

RIJEKA PSIHOLOGIJE 2020. - program ()		
Kada? Gdje?	Što? Tko?	Za koga?
ponedjeljak, 17. veljače 2020.		
09:00 - 10:30 SŠ-HKT Radionica	Novi Insta hit: kako biti mentalno fit? Gracia Dekanić, Marina Stijepić, Martina Barać Mentalno zdravlje je termin o kojem se sve češće govori. Znamo da je važan dio našeg općeg zdravlja te kvalitetnog života, no što točno ono predstavlja? Mentalno zdravlje je stanje dobrobiti u kojem prepoznamo vlastite sposobnosti, koje nam omogućuje da se nosimo sa životnim stresovima, budemo produktivni u svom radu te pridonosimo zajednici u kojoj živimo. Možemo ga očuvati tako da osvijestimo svoje osjećaje, potrebe i poteškoće s kojima se suočavamo te prepoznamo i potražimo pomoć kada nam je potrebna. Na radionici će se učenike upoznati s konceptom mentalnog zdravlja kao i najčešćim mitovima iz tog područja. Kroz grupni rad učenici će osvijestiti kako očuvati mentalno zdravlje i što oni mogu učiniti za sebe i druge u zajednici.	SŠ
10:00 - 14:00 KORZO Prodajno promotivni štand	Promotivni i prodajni štand u humanitarne svrhe Maša Komadina, Silvija Šikić, Katarina Banov Rijeka psihologije i ove godine ima humanitarni karakter. Prodajom promotivnih predmeta prikupljat će se sredstva za Podcentar predškolskog odgoja „Maestral“ za nabavu opreme za rad s djecom s poremećajima iz spektra autizma. Magnete i privjeske sa zanimljivostima iz psihologije, držače za mobitele, rašpice za nokte, mozgalice, krpice za naočale s logom manifestacije te neke druge predmete možete kupiti na našem prodajno-promotivnom štandu. Osim kupnjom promotivnih predmeta u ovu se akciju možete uključiti i uplatom sredstava na žiro-račun Filozofskoga fakulteta, koji se vodi u Zagrebačkoj banci (IBAN: HR9123600001101536455, poziv na broj: 70505505759-06, svrha uplate: Humanitarna akcija).	G
11:00 - 11:30 FFRI Predavanje	Policajci i psihologija Ivana Glavina Jelaš, Jurica Pačelat, Kruno Mahnet Polijski je posao jedno od najstresnijih zanimanja, a javnosti i jedno od najinteresantnijih. Seleksijski postupak za prijem u policiju podrazumijeva provjeru određenih tjelesnih i psihičkih sposobnosti. No unatoč valjanom odabiru najsposobnijih, policijski posao ostavlja posljedice po zdravlje službenika. Stresori kojima su svakodnevno izloženi mogu ugroziti zdravlje i najotpornijih policajaca - ukoliko se valjano ne vodi briga o	S, G

	njihovom mentalnom zdravlju. Prethodno predstavlja izazov psiholozima u policijskim sustavima, između ostalog i zbog karakteristika policijske subkulture zbog koje su policajci manje skloni priznati tegobe i tražiti pomoć. Stoga je u kontekstu brige za mentalno zdravlje jako važna prilagodba pristupa obilježjima policijske organizacije i mentaliteta.	
16:00 - 20:00 ZTC Prodajno promotivni štand	Promotivni i prodajni štand u humanitarne svrhe Gracia Dekanić, Matea Milin, Tamara Mohorić Rijeka psihologije i ove godine ima humanitarni karakter. Prodajom promotivnih predmeta prikupljat će se sredstva za Podcentar predškolskog odgoja „Maestral“ za nabavu opreme za rad s djecom s poremećajima iz spektra autizma. Magnete i privjeske sa zanimljivostima iz psihologije, držače za mobitele, rašpice za nokte, mozgalice, krpice za naočale s logom manifestacije te neke druge predmete možete kupiti na našem prodajno-promotivnom štandu. Osim kupnjom promotivnih predmeta u ovu se akciju možete uključiti i uplatom sredstava na žiro-račun Filozofskoga fakulteta, koji se vodi u Zagrebačkoj banci (IBAN: HR9123600001101536455, poziv na broj: 70505505759-06, svrha uplate: Humanitarna akcija).	G
16:30 - 17:30 PSQ Radionica	Kako pronaći sreću (u poslu)? Tijana Debelić Pomisao na ponedjeljak uništava vam nedjelju, a unutar sebe osjećate da ovo nije vaš put. Dosadno vam je na poslu, ne dajete najbolje od sebe, a sve češće se pitate čemu sve to. Posao je počeo negativno utjecati na vaš privatni život i duboko u sebi sanjate o tome da ga promijenite? Možda biste trebali i pokušati. Ili barem dobro razmisliti o toj mogućnosti. Radionica je namijenjena svima vama u kojima tinja želja za promjenom posla, ali ne znate kako to učiniti, što biste drugo mogli raditi, od kuda krenuti te kako to ostvariti. <i>Obavezna najava na: info@psiqonsult.com ili 095 821 7232</i>	G
17:00 - 18:15 DV-P Predavanje	Ljubav i granice u odgoju djeteta Darko Sambol Djeca imaju pravo na odgoj bez nasilja, ali i na vodstvo i usmjeravanje. To znači da roditelji trebaju djeci usaditi svoje obiteljske vrijednosti, postaviti se između djeteta i neadekvatnih vrijednosti koje mu se danas nameću sa svih strana i biti u stanju preuzeti roditeljsku odgovornost te postaviti jasne, konkretne i dobro definirane granice te čvrsto reći “ne” kad smatraju da je to potrebno. Granice su najdjelotvornije kada se postavljaju u atmosferi ljubavi, prihvaćanja i međusobnog poštivanja. Na ovom predavanju i radionici osvijestit ćemo kako	PG Roditelji djece rane i predškolske dobi

	<p>roditeljsko ponašanje uz davanje ljubavi, pažnje i nježnosti - dok je dijete jasljučke i predškolske dobi, izgrađuje osobnost i zašto su važne granice u odgoju.</p> <p><i>Obavezna najava na: darko.sambol@rivrtici.hr</i></p>	
<p>17:00 - 18:30</p> <p>OŠ-FKF</p> <p>Radionica</p>	<p>Djeca pod teretom stresa - kako im pomoći?</p> <p>Danijela Šekuljica, Iva Žužić</p> <p>Pogađaju li stresori samo odrasle ljude ili su njima pogođena i djeca? Što sve može biti izvor stresa za djecu i mlade ljude? Kako pomoći tinejdžerima da lakše podnesu efekte stresnog načina života? To je samo djelić onog što ćemo pokušati pojasniti kroz predavanja i radionice namijenjene roditeljima učenika 7. i 8. razreda. Djeca i mladi uče oponašanjem i promatranjem svojih roditelja pa je od velikog značaja poučiti odrasle adekvatnim načinima suočavanja sa stresom. Stoga je ova radionica usmjerena na uvježbavanje tehnika suočavanja sa stresom koje će roditelji moći primjenjivati u svakodnevnim problemskim situacijama i na taj način postati primjer kako se problem nastoji riješiti.</p> <p><i>Obavezna najava na: danijela.sekuljica@skole.hr</i></p>	<p>PG</p> <p>Roditelji učenika 7. i 8. razreda PŠ Punat</p>
<p>17:00 - 18:30</p> <p>DND-O</p> <p>Radionica</p>	<p>Osjećaji su...</p> <p>Ana Jantolek</p> <p>Glavno obilježje emocionalnog razvoja u dječjoj dobi je prepoznavanje emocija putem socijalnih kognicija. U predškolskoj dobi raste dječja prilagodba na identifikaciju emocionalnih izražaja i situacija iz okoline koje se mogu jasno verbalizirati na temelju vlastitih emocija i emocija drugih. Pokazatelji dobrog emocionalnog stanja djeteta su dječja sposobnost kontroliranja širokog dijapazona emocionalnih doživljaja i prikladnih reakcija u tim emocionalnim situacijama. Radionica je namijenjena djeci od 5 do 7 godina na kojoj će kroz igru, prepoznavanje emocija u različitim situacijama, gledanje kratkih filmića, djeca učiti imenovati različite emocije i prepoznati u kojim se situacijama pojavljuju.</p> <p><i>Obavezna najava na: dnd.opatija@gmail.com ili 091 531 0070</i></p>	<p>PŠ</p>
<p>18:00 - 19:30</p> <p>DV-F, Prizemlje - zbornica</p>	<p>Sindrom sagorijevanja - kako se opustiti?</p> <p>Veronika Kostrenčić, Irena Križanec</p> <p>Istovremeno prisustvo više stresora na poslu te dugotrajna izloženost istima dovodi do sindroma izgaranja na poslu -</p>	<p>G, PG</p> <p>Odgovitelji u predškolskom odgoju i</p>

Radionica	<p>sindroma burnout, koji može biti udružen s pojavom simptoma anksioznosti i depresije kod radnika. Stres vezan uz posao je situacija u kojoj čimbenici posla u interakciji s radnikom mijenjaju njegovo psihološko ili fiziološko stanje do te mjere da odstupa od normalnog funkcioniranja. Ti su čimbenici posljedica neodgovarajućih zahtjeva radne okoline, koji su u neskladu s mogućnostima zaposlenih. No što se može poduzeti da do sindroma ne dođe ili da se ublaže njegove posljedice? Mnogo je smjernica za život s sindromom sagorijevanja - usvajanje zdravog stila života, pozitivniji pogled na život, sporiji tempo i vrijeme za opuštanje itd.</p> <p><i>Obavezna najava na: psiholog@dv-fijolica.hr</i></p>	obrazovanju
18:00 - 19:30 CIRCOLO Predavanje	<p>Otvaranje Rijeke psihologije Emocionalna inteligencija i kompetencija – uvjet bez kojega se (danas više) ne može</p> <p>Vladimir Takšić</p> <p>Ne tako davno smatralo se da emocije treba pod svaku cijenu isključiti iz naše kognicije, jer one samo mogu poremetiti naše razumno djelovanje. Međutim, vrlo se brzo uvidjelo da bi „... razum bez emocija bio impotentan, a emocije bez razuma bile bi slijepa” (Tomkins, 1962, str. 112). Emocije su svuda oko nas, pa će kroz primjere iz najnovijih istraživanja i prakse biti opisano kako emocije i kognicija uspješno koegzistiraju u konceptu emocionalne inteligencije i doprinose našem uspjehu i sretnijem životu. Čak i najveći skeptici se danas slažu da nije pretenciozno tvrditi da je ona „uvjet bez kojega se ne može“.</p>	G
utorak, 18. veljače 2020.		
09:00 - 10:30 HZZ Radionica	<p>Osnajivanje i priprema za razgovor s poslodavcem</p> <p>Boris Pilepić, Arna Agbaba</p> <p>Nezaposlene osobe s invaliditetom moći će nadograditi vještine samoprezentacije prilikom traženja zaposlenja, ali i poraditi na razvoju i jačanju vlastita samopouzdanja. Bit će im pružena pomoć u realnom sagledavanju vlastitih mogućnosti i profesionalnih potreba. Saznat će nešto više o: (1) načinima traženja posla (kojim se izvorima informacija koristiti i kako čitati oglase), (2) pisanju zamolbe i životopisa, (3) pripremi za razgovor za posao (najčešća pitanja na intervjuu, igranje uloga poslodavca i posloprimca, kako govoriti o svom invaliditetu te istaknuti samopoštovanje i pozitivnu sliku o sebi, što kada se osjećamo nesigurno i nemoćno) te (4) pogodnostima pri zapošljavanju osoba s invaliditetom, odnosno mjerama aktivne politike zapošljavanja.</p>	PG Nezaposlene osobe s invaliditetom iz evidencije Hrvatskog zavoda za zapošljavanje
09:00 - 12:00	Dobrodošli u Psihološko savjetovalište Smokvina -	OŠ, SŠ, S, G

<p>SAVSM</p> <p>Dan(i) otvorenih vrata</p>	<p>bilježimo 10 godina rada</p> <p>Bojana Smokvina Jokić</p> <p>Nakon prvih deset godina rada puni smo dojmova i lijepih iskustava. Dođite na Dan otvorenih vrata i dajte svoj doprinos desetoj obljetnici rada u obliku pitanja o uslugama koje se nude unutar Savjetovaništa danas. Sudjelujte u raspravi o tome što za vas znači obitelj, partnerstvo ili roditeljstvo. Dan otvorenih vrata zamišljen je kao interaktivni dan s klijentima koji su već bili korisnici Savjetovaništa, ali i sa onima koji će to tek postati. Pitanja vezana uz stres, tjeskobu, tugu te nošenje s kriznim situacijama ili pak ona u vezi velikih životnih promjena, odluka ili odabira vječna su i univerzalna, tiču se svakog od nas no različito nas pogađaju u različitim razvojnim razdobljima u životu. Dođite, informirajte se i sudjelujte aktivno u razbijanju svojih tabua.</p> <p><i>Obavezna najava na: 091 553 4580</i></p>	
<p>10:00 - 14:00</p> <p>KORZO</p> <p>Prodajno promotivni štand</p>	<p>Promotivni i prodajni štand u humanitarne svrhe</p> <p>Maša Komadina, Silvija Šikić, Katarina Banov</p> <p>Rijeka psihologije i ove godine ima humanitarni karakter. Prodajom promotivnih predmeta prikupljat će se sredstva za Podcentar predškolskog odgoja „Maestral“ za nabavu opreme za rad s djecom s poremećajima iz spektra autizma. Magnete i privjeske sa zanimljivostima iz psihologije, držače za mobitele, rašpice za nokte, mozgalice, krpice za naočale s logom manifestacije te neke druge predmete možete kupiti na našem prodajno-promotivnom štandu. Osim kupnjom promotivnih predmeta u ovu se akciju možete uključiti i uplatom sredstava na žiro-račun Filozofskoga fakulteta, koji se vodi u Zagrebačkoj banci (IBAN: HR9123600001101536455, poziv na broj: 70505505759-06, svrha uplate: Humanitarna akcija).</p>	<p>G</p>
<p>10:00 - 20:00</p> <p>PP-AČN</p> <p>Dan(i) otvorenih vrata</p>	<p>Priprema trudnica za porođaj u hipnozi</p> <p>Neli Abramić Čehić</p> <p>Individualne radionice namijenjene trudnicama kao priprema za porođaj u hipnozi. Hipnoza je prirodan fenomen, a definira se kao stanje duboke mentalne i tjelesne relaksacije u kojem je vaš um otvoreniji i spremniji prihvatiti predložene promjene koje su povezane s ciljem koji želite postići. Hipnoza pomaže budućim majkama da prevladaju anksioznost vezanu za trudove i porođaj, te umanje osjećaj boli. Neka su istraživanja pokazala da trudnice koje rađaju u hipnozi imaju značajno manju potrebu za lijekovima protiv bolova, te ocjenjuju svoj doživljaj boli kao značajno blaži, a oporavak nakon porođaja je brži i lakši. Budući da je hipnoza prirodna, nema nikakvih rizika, niti nuspojava, a može se primijeniti neovisno o drugim medicinskim postupcima</p>	<p>PG</p> <p>Trudnice</p>

	(npr. epiduralna anestezija). <i>Obavezna najava na: neliabramic@gmail.com ili 099 869 1546</i>	
11:00 - 13:00 TEHRI, Predavaonica P1 (prizemlje) Radionica	Životopis (CV) i intervju za posao - kako se što bolje pripremiti za razgovor s poslodavcem? Martina Ožanić Jukić Tražiš posao i pišeš svoj životopis? Ideš na prvi razgovor s poslodavcem ili se pripremaš za budućnost? Od „hrpe“ informacija i savjeta na webu ne znaš što i kada iskoristiti? Možda imaš i tremu? Jednostavno dođi na radionicu o pisanju životopisa (CV) i čuj jasna pravila, ali i tips and tricks kako se ponašati na razgovoru u određenoj tvrtki. Radionica je namijenjena svim studentima Tehničkog fakulteta. Proći ćemo: pisanje sadržaja i vizualno uređivanje životopisa, sastavljanje i prilagođavanje zamolbe za posao/ motivacijskog pisma, priprema za intervju, vrste selekcijskog postupka, preporučena i dozvoljena pitanja, slobodna pitanja sudionika... Sudionici radionice mogu donijeti i dobiti savjete za svoj životopis. <i>Obavezna najava na: mozanic@aitac.nl</i>	S
12:00 - 14:00 SAVSM Interaktivno predavanje	Profesionalno usmjeravanje nakon osnovne i srednje škole - koriste li djeca i roditelji taj resurs psihološke struke dovoljno? Bojana Smokvina Jokić Na ovom interaktivnom predavanju sudionici će biti upoznati što je to profesionalno usmjeravanje ili orijentacija, čemu služi i koji su dosezi. Također će se objasniti princip rada unutar Savjetovaništa Smokvina koji se sastoji od primjene seta specifičnih upitnika koji se odnose na profesionalno usmjeravanje odnosno pojedinačne afinitete, njegovu ličnost, intelektualne sposobnosti ali i od detaljnog intervjua djeteta i roditelja. Pokazat će se primjeri izvješća koje korisnik po završetku ispitivanja dobije. Dat će se osvrt na to kako se djeci u drugačijim kulturalno-obrazovnim okruženjima (npr u Coloradu u Americi) pomaže da bolje upoznaju sebe i svoju 'vokacijsku ličnost' da bi bili sigurniji u odabir srednje škole ili fakulteta. Obavezne najave na 091 553 4580 <i>Obavezna najava na: 091 553 4580</i>	OŠ, SŠ, PG roditelji osmaša i maturanata
14:15 - 15:45 SŠ-PSHG	Skladanje odnosa Lina Debelić, Antonela Gojević	PG Nastavnici Prve

Radionica	U odgojno-obrazovnom procesu nastavnici imaju izuzetno važnu ulogu jer se nalaze u svakodnevnoj i direktnoj interakciji s učenicima. Kvalitetna komunikacija čini temelj svakog odnosa, pa tako i odnosa učenika i nastavnika. U kontekstu razreda, ona pospješuje razvoj pozitivnog ozračja, pri čemu se svi osjećaju slobodno izraziti svoje misli i ideje. Pozitivni odnosi nastavnika i učenika dovode do samoregulirajućeg ponašanja kod učenika, koji se značajno odražava na njihovo školsko postignuće, ali i općenito na razvoj kognitivnih, socijalnih i emocionalnih vještina. Polaznici će: <ul style="list-style-type: none"> • upoznati osnovne komunikacijske vještine i načine primjene u nastavi • upoznati se s ulogom odnosa u procesu učenja 	sušačke hrvatske gimnazije u Rijeci
16:00 - 17:00 OŠ-P Radionica	Dar mal (daroviti malci) Nada Kegalj Učenici od 8 do 12 godina bit će igrači u pustolovnoj igri u kojoj će rješavati zagonetke, koristeći tragove i razne strategije. Učenicima - igračima se zada određeno vremensko ograničenje od 40 minuta kako bi otkrili ključ za izlazak iz sobe. Igre su postavljene na različitim izmišljenim mjestima. Za starije učenike i odrasle osobe igra je slična, ali prilagođena uzrastu. Ovom igrom razvija se logičko i kreativno mišljenje, suradnički odnos i najvažnije, igra je dobra zabava. Aktivnost se održava u tri termina u 16, 17 i 18h. <i>Obavezna najava na: nadakegalj@yahoo.com ili 098 594 721</i>	OŠ
16:00 - 20:00 ZTC Prodajno promotivni štand	Promotivni i prodajni štand u humanitarne svrhe Gracia Dekanić, Matea Milin, Tamara Mohorić Rijeka psihologije i ove godine ima humanitarni karakter. Prodajom promotivnih predmeta prikupljat će se sredstva za Podcentar predškolskog odgoja „Maestral“ za nabavu opreme za rad s djecom s poremećajima iz spektra autizma. Magnete i privjeske sa zanimljivostima iz psihologije, držače za mobitele, rašpice za nokte, mozgalice, krpice za naočale s logom manifestacije te neke druge predmete možete kupiti na našem prodajno-promotivnom štandu. Osim kupnjom promotivnih predmeta u ovu se akciju možete uključiti i uplatom sredstava na žiro-račun Filozofskoga fakulteta, koji se vodi u Zagrebačkoj banci (IBAN: HR912360001101536455, poziv na broj: 70505505759-06, svrha uplate: Humanitarna akcija).	G
16:30 - 17:30 OŠ-VCE, Učionica STEM 1 Radionica	Pod staklenim zvonom (prevencija zlostavljanja djece) Deniza Dinić, Maja Bolterstein, Rahela Grozdanov Jedna od najraširenijih predrasuda o seksualnom zlostavljanju djece govori da su počinitelji djeci nepoznate osobe, „lica s potjernice“. Suprotno tome, prema statističkim pokazateljima,	G, PG Roditelji

	<p>oko 85% napada čine osobe koje djeca poznaju i vjeruju im. Radom u radionici, sudionici će demistificirati ovaj i slične mitove. U nizu fotografija optuženih zločinaca i „običnih građana“ identificirati će napadače, opisati različite vrste zlostavljanja i vježbati prepoznavanje znakova koji su vidljivi kod djece žrtava nasilja. Upoznati će načine na koji mogu razvijati preventivne vještine djece.</p> <p><i>Obavezna najava na: deniza.dinic@skole.hr</i></p>	
<p>17:00 - 18:00</p> <p>DV-V</p> <p>Interaktivno predavanje</p>	<p>Veliki osjećaji "malih" ljudi</p> <p>Sonja Pribela-Hodap</p> <p>'Nije vaš zadatak da dijete nikad nema tantrum, vaš je zadatak da ga i vi ne dobijete', u toj rečenici je sažeta gotovo sva mudrost što činiti kad dijete uhvati napad bijesa. Na ovom interaktivnom predavanju govorit ćemo o nekontroliranim izljevima ljutnje, frustracije i bijesa kod male djece, tzv. tantrumima. Tantrumi su očekivana pojava u odgoju male djece no mogu biti jako izazovni za dijete i roditelja (i stručnjaka) koji s djetetom radi. Kako reagirati na ispade bijesa? Zašto se događaju? Mogu li se spriječiti? Zajedno ćemo potražiti odgovore zašto dolazi do tantruma te kako se roditelji i stručnjaci mogu nositi s njima.</p>	<p>G, PG</p> <p>Roditelji i stručnjaci koji rade s malom djecom</p>
<p>17:00 - 18:30</p> <p>TIĆ</p> <p>Radionica</p>	<p>"Škola za razvedene roditelje" - program psihološke podrške razvedenim roditeljima</p> <p>Tamara Žakula, Ljiljana Bubnić</p> <p>Polazeći od ideje da svi roditelji trebaju potporu roditeljstvu te da većini roditelja u razdobljima kriza nedostaju znanja i vještine za postizanje "dobrog roditeljstva" Dom „Tić“ organizira „Školu za razvedene roditelje“. Cilj programa je olakšati prilagodbu djece i roditelja na nove životne okolnosti te im pomoći u smanjivanju opterećenja uvjetovanih rastavom uz jačanje roditeljske kompetencije u odgoju, a time i osjećaja zadovoljstva roditeljskom ulogom. Program uključuje mogućnost razmijene iskustava u grupi te pružanje teorijskih znanja i informacija o različitim aspektima razvoda braka i njegovom utjecaju na razvoj djece, s naglaskom na razvijanje vještina konstruktivnog zajedničkog roditeljstva nakon rastave. Program se provodi kroz 5 radionica, utorkom od 18.2. do 17.3.2020.</p> <p><i>Obavezna najava na: 051 215 670</i></p>	<p>PG</p> <p>Roditelji koji su razvedeni ili je razvod braka u tijeku</p>
<p>17:00 - 18:30</p> <p>DV-C-N</p>	<p>Sva lica roditeljstva</p> <p>Tanja Perić</p>	<p>PG</p> <p>Roditelji djece rane i</p>

Okrugli stol	<p>Obitelj je osnovna društvena jedinica, prvi kontakt djeteta sa svijetom i prva stanica na putu njegova odrastanja. Odnosi unutar obitelji temeljni su za razvoj zdravog pojedinca. U obiteljskom okružju dijete stječe prva iskustva, uči na temelju roditeljskog ponašanja, formira mišljenje i stavove, razvija svoje osobne potencijale i socijalne odnose. Stoga su obitelj i odnos roditelja najznačajniji čimbenici razvoja pojedinca i njegove cjelokupne ličnosti. Stalna spremnost za izazove roditeljstva i otvorenost za učenje očekuju se od suvremenih kompetentnih roditelja. Zadaće koje se stavljaju pred roditelja uistinu su zahtjevne i složene, a roditeljska uloga mnogim majkama i očevima jedan je od najvećih životnih izazova.</p>	predškolske dobi
<p>17:00 - 19:00</p> <p>UZOR</p> <p>Radionica</p>	<p>Internet i ja – što mi donosi, a što odnosi?</p> <p>Katarina Banov, Maša Komadina</p> <p>Internet - nevjerojatan izvor informacija, prilika za povezivanje s drugima, pronalazak posla, slobodu izražavanja, prevazilaženje sramežljivosti i drugih prepreka. Umjerenim korištenjem možemo postići bolju kvalitetu života no, što kada umreženost „izmakne kontroli“? Ovaj kradljivac vremena otežava usmjeravanje na školu, druženje „uživo“ i postaje izvor nerazumijevanja među generacijama. Opasnosti od nekritičkog čitanja, opterećenost „popularnošću“ ili korištenje stranica za internetsko klađenje prijete mladima. Kada obitelji nisu upoznate s Internet-navikama mladih, teško ih uspijevaju zaštititi od ovih opasnosti. Kroz radionicu za mlade raspravljat ćemo o prednostima i opasnostima korištenja popularnih aplikacija te potaknuti brigu za kvalitetu svojih odnosa u “stvarnom svijetu”.</p> <p><i>Obavezna najava na: mladi@udruga-uzor-rijeka.hr</i></p>	SŠ
<p>17:15 - 18:30</p> <p>DV-K</p> <p>Predavanje</p>	<p>Vizualna podrška u radu s djecom s poremećajem iz spektra autizma</p> <p>Anita Marić</p> <p>Strategije vizualne podrške predstavljaju jedan od znanstveno utemeljenih pristupa u radu s djecom s poremećajima iz spektra autizma. Obuhvaćaju različite oblike vizualnih materijala, od dnevnih rasporeda do komunikacijskih knjiga, koje omogućavaju bolje razumijevanje svakodnevnih situacija, uspješnije nošenje s promjenama u rutini i doprinose razvoju komunikacije i socijalnih vještina. U predavanju će se dati prikaz korištenja vizualnih strategija u odgojno-obrazovnoj skupini, načinima njihove pravilne primjene, procjeni odgovarajuće strategije s obzirom na djetetove sposobnosti receptivnog razumijevanja.</p> <p><i>Obavezna najava na: anita.marić@rivrtici.hr</i></p>	PG odgojitelji- rehabilitatori, odgojitelji Dječjeg vrtića Rijeka

17:15 - 19:15	Igra u radu s anksioznom i agresivnom djecom	PG
DV-M, Dvorana	Ana Silov	Odgojitelji Centra predškolskog odgoja Maestral
Radionica	<p>Djeca predškolske dobi većinu vremena provode u igru koja predstavlja primarni način učenja o sebi, drugima i okolini. S obzirom na to da igrom dijete uči, razvija se i otkriva sebe i svijet oko sebe pokazala se korisnom u radu s anksioznom i agresivnom djecom. Njome djeca razvijaju osjećaj sigurnosti, samostalnosti, samokontrole te jačaju svoje samopouzdanje. Sudionici će ovom radionicom dobiti uvid u načine poticanja i oblike igara koje se mogu primjenjivati u radu s anksioznom i agresivnom djecom u vrtićkom okruženju.</p> <p><i>Obavezna najava na: anasilov@ymail.com</i></p>	
17:30 - 18:30	Moja obitelj = moj imunitet	PG
DV-GI	Morena Damijanjević	Roditelji djece predškolske dobi
Radionica	<p>Mentalno zdravlje djeteta podrazumijeva stanje dobrobiti djeteta u kojem ono može realizirati svoje sposobnosti, adekvatno se suočiti s normalnim životnim stresovima, produktivno se igrati te na svoje zadovoljstvo pridonositi sebi i svojoj zajednici. Prve korake života dijete uči u obitelji, stoga je ona važan čimbenik rizika i zaštite mentalnog zdravlja djece. U obitelji dijete dobiva bezbroj informacija prema kojima stvara sliku o sebi, procjenjuje odnose drugih prema sebi te na temelju toga određuje svoju vrijednost i razinu samopoštovanja. Na radionici će se razgovarati kako kvaliteta obiteljskih odnosa i interakcija utječe na psihološki razvoj djece, preispitati svoj doprinos atmosferi unutar obitelji te naći načine kako ju poboljšati.</p> <p><i>Obavezna najava na: mdamijanjevic@gmail.com ili 091 565 2200</i></p>	
17:30 - 19:00	Psihologija bajki	G
DV-S	Lahorka Jurčić	
Predavanje	<p>Psihologija promatra bajke kao alegorije i dramatične prikaze složenih psiholoških procesa kao što su osobna promjena i rast. Poput mitova, bajke nose vrijedna znanja o ljudskoj prirodi ispričana na simboličan način. U bajci se, poput zrcala, ogleda naš nemir i konflikti, gledamo prijelaze koje moramo savladati na putu prema zrelosti, miru i pomirenju sa svijetom. U ovom ćemo predavanju govoriti o osnovnim funkcijama bajke u osobnom rastu i istraživati simbolički jezik bajki. Tražit ćemo odgovore kako nam bajka može biti vodič u boljem upoznavanju sebe, pokretač za osobne uvide i spoznavanje sebe i istražiti</p>	

	vrijednost bajki i njihov pozitivan utjecaj na cjeloviti razvoj. <i>Obavezna najava na: lahorka.jurcic@rivrtici.hr</i>	
17:30 - 19:00 SAC Interaktivno predavanje	Kako razvijati organizaciju uz psihoterapiju/coaching? Darko Sambol Na interaktivnom predavanju upoznat ćemo vas kako poboljšati komunikaciju, timski rad, klimu, kako razviti leaderske potencijale i kako rješavati neizbježne konflikte u vašoj organizaciji uz pomoć gestalt coaching metoda koje su nastale iz gestalt psihoterapije. Coaching je jedna od najbrže rastućih profesija u svijetu, no važno je da ga provode iskusni stručnjaci sa psihološkim znanjima i vještinama. Provjerite zašto! <i>Obavezna najava na: darko.sambol@ri.t-com.hr</i>	PG HR manageri, coachevi, djelatnici u ljudskim potencijalima, direktori, vlasnici firmi
17:30 - 19:00 UOO Interaktivno predavanje	Zajednički jezik - stvaranje komunikacije s djetetom s teškoćama u razvoju Dubravka Veršić, Maja Ivić Komunikacija je proces davanja i primanja informacija preko razumijevanja i dogovorenog sistema znakova. Svaki roditelj i učitelj koji se susreće s djetetom koje ima teškoća u razvoju želi znati kako pomoći djetetu u uspostavljanju komunikacije. Kako bi se ostvario zajednički jezik ponekad je potrebna „prava umjetnost“. Svoja iskustva u kreiranju poticajne i kvalitetne komunikacije s djetetom će na interaktivnom predavanju podijeliti roditelj djeteta s višestrukim teškoćama i psiholog s dugogodišnjim iskustvom rada s djecom s teškoćama <i>Obavezna najava na: dversic@yahoo.com</i>	G
18:00 - 19:00 FFRI Predavanje	Perfekcionizam - kada ni savršeno nije dovoljno Petar Nikolić Analiza istraživanja perfekcionizma u zadnjih 30 godina pokazuje da je perfekcionizam u velikom porastu. To ne znači da svaka generacija postaje uspješnija, nego postaje više bolesna, manje sretna i zapravo ne ostvaruje svoj potencijal. Perfekcionizam nije ponašanje, već način razmišljanja o sebi. Perfekcionista za sebe postavlja vrlo zahtjevne standarde koje pokušava ostvariti pod svaku cijenu. Svoju vrijednost temelji gotovo isključivo prema uspjehu u ostvarivanju tih standarda. Budući da postavlja jako visoke kriterije za uspjeh, često ih ne ostvaruje. Čak i ako ih ostvari, sklon je odbaciti postignuće i postaviti za sebe još teže ciljeve. U svom radu s mladim	SŠ, S, G, PG Sportaši i poduzetnici.

	<p>sportašima i poduzetnicima primjećujem perfekcionizam kao jedan od glavnih psiholoških problema uspješnih ljudi danas.</p>	
<p>18:00 - 19:00</p> <p>PSQ</p> <p>Interaktivno predavanje</p>	<p>Prestani odgađati, pokreni se!</p> <p>Tijana Debelić</p> <p>Subota je. Posao treba obaviti do ponedjeljka. I, što radite? Stojite pred otvorenim hladnjakom i kopate po njemu dok vam misli lutaju. Ne tražite ništa posebno. Vraćate se za kompjuter i počinjete pisati. Sjetite se da ste zaboravili napraviti krevet. Odlazite u spavaću sobu i napravite ga. Ponovno sjedate za radni stol, ali uviđate da ste umorni pa odlučujete kratko predahnuti igranjem igrice. Nakon sat vremena shvaćate koliko je vremena prošlo. Prepoznali ste se? S vremena na vrijeme, većina ljudi odgađa napraviti nešto, iz ovog ili onog razloga. Odgađati je dakle normalno. Problem je kad odgađanje počinje negativno utjecati na naš život. Ukoliko zbog odgađanja ne uspijevate ostvariti ono što želite i ne znate kako se riješiti te loše navike, dođite na ovo predavanje.</p> <p><i>Obavezna najava na: info@psiqonsult.com ili 095 821 7232</i></p>	G
<p>18:00 - 19:30</p> <p>PSISANO</p> <p>Interaktivno predavanje</p>	<p>Postoje li konfliktni ljudi? – kako se zaštititi od konflikta</p> <p>Ines Denona</p> <p>Svatko od nas barem je jednom u životu iskusio konfliktnu situaciju i neugodu koju ona donosi. Zna li da prema mišljenju nekih psihoterapeuta doživljaju konfliktu pridonose suprotstavljeni dijelovi naše ličnosti koji se uglavnom uspijevaju „pomiriti“ osvještavanjem i uspostavljanjem dijaloga. No ponekad nije tako. Ljudi zauzimaju suprotne strane, ne vide svoj udio u konfliktu i rješenje vide u obezvrjeđivanju i omalovažavanju drugih. Postoje li doista konfliktni ljudi, može li se s njima postići dijalog ili je jedino moguće naučiti ih prepoznati i zaštititi se. Napravite korak prema sebi, dođite i naučite kako se zaštititi od štetnih utjecaja konflikta.</p> <p><i>Obavezna najava na: ines.denona@gmail.com</i></p>	SŠ, S, G, U
<p>18:00 - 19:30</p> <p>Dom kulture "Matija Mažić"</p> <p>Bakar, mala dvorana</p> <p>Interaktivno predavanje</p>	<p>Ekрани - dječji (ne)prijatelji</p> <p>Helena Žagar, Irena Jelenić Acimović</p> <p>Elektronički mediji neizostavni su dio današnjeg odrastanja. Djeca su okružena modernom tehnologijom koja utječe na njihov motorički, kognitivni, socijalni i emocionalni razvoj. U predškolskom se razdoblju razvija preko 70% sinapsi u mozgu, što ovo razdoblje čini najosjetljivijim za djetetove kasnije sposobnosti. Ako u tom periodu izostane stimuliranje, neke od funkcija neće biti razvijene u potpunosti. Jasno je da dijete ne možemo u cijelosti udaljiti od ekrana, ali moramo biti svjesni</p>	<p>S, G, PG</p> <p>Odgovornici, učitelji, roditelji</p>

	negativnih učinaka koje oni uzrokuju i, vodeći se time, upotrebljavati ih na način prikladan djeci. U predavanju će se razgovarati o utjecajima ekrana na različite aspekte djetetova razvoja. Istovremeno će se ukazati na poželjne aktivnosti kojima se može potaknuti cjelokupni dječji rast i razvoj.	
19:00 - 20:00 HKD Predstava	<p>U mojoj glavi</p> <p>Kazalište Tirena</p> <p>Kazalište Tirena iz Zagreba donosi nam priču o dvoje tinejdžera, Borni i Vanji, koji ne znaju kako si pomoći u suočavanju s anksioznošću i depresivnošću. U predstavi „U mojoj glavi“ Borna mora odlučiti koju će srednju školu upisati, a kako vrijeme odmiče, tako je pod sve većim pritiskom. Postaje tjeskoban i dobiva napadaje panike. Vanja trenira odbojku i ostavlja dojam vesele i samosvjesne osobe, no u njenoj glavi odvija se neka druga priča. Osjeća se sve lošije, gubi interes za stvari koje su je prije veselile i postaje bezvoljna. Nitko, pa ni ona sama, ne prepoznaje ozbiljnost depresije. Ulaz je besplatan uz obaveznu prethodnu rezervaciju karata putem e-pošte na: predstava.rijekapsihologije@gmail.com. Prije i poslije predstave moći ćete se uključiti u humanitarnu akciju manifestacije.</p> <p><i>Obavezna najava na: predstava.rijekapsihologije@gmail.com</i></p>	SŠ, S, G, U
srijeda, 19. veljače 2020.		
09:00 - 10:30 HZZ Radionica	<p>Priprema za zapošljavanje</p> <p>Natalija Marković, Arna Agbaba</p> <p>Radionica je osmišljena s ciljem informiranja o mogućnostima obrazovanja i motiviranja nezaposlenih osoba romske nacionalne manjine za uključivanje u obrazovni proces, prije svega završetak osnovne škole (opismenjavanje), a potom i na stjecanje kvalifikacije odnosno polukvalifikacije. Korisnici će osvijestiti važnost obrazovanja i učenja u povećanju razine zapošljivosti i konkurentnosti na tržištu rada, bit će upoznati s osnovnim načinima traženja posla i predstavljanja poslodavcu s naglaskom na aktivni stav i preuzimanje odgovornosti. Korisnicima će se pružiti podrška u suočavanju s predrasudama, stereotipima i diskriminacijom te će se raspraviti o mogućim načinima njihova prevladavanja</p>	PG Nezaposlene osobe, pripadnici romske nacionalne manjine u evidenciji HZZ RU Rijeka
09:30 - 10:30 DV-M, Dvorana Predavanje	<p>Što u vrtiću radi psiholog?</p> <p>Ana Silov, Anita Marić</p> <p>Psiholog u predškolskoj ustanovi obično je, uz pedagoga i edukacijskog rehabilitatora, dio stručnog tima. Područja rada predškolskih psihologa odnose se na prevenciju (procjena,</p>	S, PG Studenti psihologije

	<p>identifikacija i edukacija) i ranu intervenciju te je zadatak psihologa osigurati odgovarajuće, sigurno i poticajno okruženje za svako dijete. Cilj je ovog predavanja sudionicima dati uvid u specifičnosti rada predškolskih psihologa te mogućnostima koje rad u vrtiću pruža.</p> <p><i>Obavezna najava na: anita.maric@rivrtici.hr</i></p>	
<p>10:00 - 11:30</p> <p>OŠ-IM</p> <p>Timsko rješavanje problema</p>	<p>Potruga za gusarskim blagom Novog Vinodolskog</p> <p>Andrea Bačić-Pavat, Borka Babić</p> <p>Zanimljiva, zabavna i poticajna igra u kojoj igrači rješavaju niz zagonetki koristeći tragove i razne strategije kako bi pravovremeno pronašli blago. Za uspješano pronalaženje blaga potrebno je: timski rad, intuicija, logičko zaključivanje, kreativno mišljenje, održavanje koncentracije i pažnje usmjereno cilju, uspješno nošenje s emocijama. Ovakve tematske sobe daju djeci glavnu ulogu gdje ih čekaju izazovi (zagonetke, puzzle, matematički zadaci, šifrirani zadaci). Ova igra najviše se koristi u radu sa darovitim učenicima. Zadaci koji se rješavaju su jedinstveni, poticajni i jako intrigantni. Pitaš se kako sudjelovati? Vrlo jednostavno, ako si učenik petog ili šestog razreda, skupi ekipu i prijavi se psihologinji škole i kreni u potragu.</p> <p><i>Obavezna prijava psihologinji škole</i></p>	OŠ
<p>10:00 - 14:00</p> <p>KORZO</p> <p>Prodajno promotivni štand</p>	<p>Promotivni i prodajni štand u humanitarne svrhe</p> <p>Maša Komadina, Silvija Šikić, Katarina Banov</p> <p>Rijeka psihologije i ove godine ima humanitarni karakter. Prodajom promotivnih predmeta prikupljat će se sredstva za Podcentar predškolskog odgoja „Maestral“ za nabavu opreme za rad s djecom s poremećajima iz spektra autizma. Magnete i privjeske sa zanimljivostima iz psihologije, držače za mobitele, rašpice za nokte, mozgalice, krpice za naočale s logom manifestacije te neke druge predmete možete kupiti na našem prodajno-promotivnom štandu. Osim kupnjom promotivnih predmeta u ovu se akciju možete uključiti i uplatom sredstava na žiro-račun Filozofskoga fakulteta, koji se vodi u Zagrebačkoj banci (IBAN: HR9123600001101536455, poziv na broj: 70505505759-06, svrha uplate: Humanitarna akcija).</p>	G
<p>12:00 - 15:00</p> <p>FFRI, Učionica F354</p> <p>Dan(i) otvorenih</p>	<p>Dan otvorenih vrata Odsjeka za psihologiju</p> <p>Rosanda Pahljina-Reinić, Zoran Sušan, Tamara Mohorić, Irena Miletić</p> <p>Odsjek za psihologiju Filozofskoga fakulteta u Rijeci i ove će godine u okviru "Dana otvorenih vrata Odsjeka za psihologiju"</p>	SŠ, S, G

vrata	otvoriti svoja vrata svim zainteresiranim posjetiteljima. Aktivnost je namijenjena prvenstveno maturantima i učenicima srednjih škola koji se nalaze pred izborom studija. Učenici će se moći informirati o studijskim programima koji se izvode na Odsjeku za psihologiju (Preddiplomski i Diplomski studij psihologije). Studenti i ostali posjetitelji moći će se upoznati s mogućnostima znanstvenog (Poslijediplomski sveučilišni doktorski studij iz psihologije) i stručnog usavršavanja (Specijalistički studij "Psihološko savjetovanje"), ali i s ostalim djelatnostima našeg Odsjeka kao što su aktivnosti Centra za primijenjenu psihologiju.	
13:00 - 15:00 DV-K Radionica	Umijeće komunikacije s roditeljima Josipa Kuretić Preduvjet efikasne suradnje s roditeljima jest stručnost odgojitelja i posjedovanje kompetencija za ostvarivanje te suradnje. Cilj radionice je usavršiti komunikacijske vještine i vještine planiranja koje će odgojiteljima omogućiti efikasniju suradnju s roditeljima, posebice na individualnoj razini. Namijenjena je odgojiteljima Dječjeg vrtića Rijeka: CPO-a Turnić. Teme kojima ćemo se baviti jesu oblici suradnje s roditeljima, njegovanje odnosa, planiranje razgovora s roditeljima, komunikacijske vještine. <i>Obavezna najava na: jospakuretic@gmail.com</i>	PG Odgojitelji Centra predškolskog odgoja Turnić
15:00 - 16:00 FFRI Predavanje	Upomoć, moram izlagati! - Strah od javnog nastupa Jasna Borbelj Čeko, Ines Jakovčić Trema je uobičajena reakcija ili popratna pojava svakog javnog nastupa. Vjerojatno ćete se složiti da je javne nastupe teško izbjeći neovisno o tome čime se bavimo u životu, a pogotovo tijekom školskih i studentskih dana. Mala do umjerena trema pred javni nastup sasvim je normalna i poželjna jer aktivira cijeli organizam da damo najbolje od sebe. Problem s javnim nastupom nastaje onda kada ta umjerena trema prijeđe sve razine koje trebamo i želimo osjećati te nas zapravo blokira da kvalitetno i uspješno odradimo nastup. U predavanju ćemo pokušati dati odgovor na pitanja što je to strah od javnog nastupa te dati praktične smjernice za prevladavanje ovog straha. Predavanje je namijenjeno studentima, no dobrodošli su i svi ostali.	SŠ, S
16:00 - 18:00 OŠ-P Radionica	Dar mal (daroviti malci) Nada Kegalj Učenici od 8 do 12 godina bit će igrači u pustolovnoj igri u kojoj će rješavati zagonetke, koristeći tragove i razne strategije. Učenicima - igračima se zada određeno vremensko ograničenje od 40 minuta kako bi otkrili ključ za izlazak iz sobe. Igre su	OŠ

	<p>postavljene na različitim izmišljenim mjestima. Za starije učenike i odrasle osobe igra je slična, ali prilagođena uzrastu. Ovom igrom razvija se logičko i kreativno mišljenje, suradnički odnos i najvažnije, igra je dobra zabava. Aktivnost se održava u tri termina u 16, 17 i 18h.</p> <p><i>Obavezna najava na: nadakegalj@yahoo.com ili 098 594 721</i></p>	
<p>16:00 - 20:00</p> <p>ZTC</p> <p>Prodajno promotivni štand</p>	<p>Promotivni i prodajni štand u humanitarne svrhe</p> <p>Gracia Dekanić, Matea Milin, Tamara Mohorić</p> <p>Rijeka psihologije i ove godine ima humanitarni karakter. Prodajom promotivnih predmeta prikupljat će se sredstva za Podcentar predškolskog odgoja „Maestral“ za nabavu opreme za rad s djecom s poremećajima iz spektra autizma. Magnete i privjeske sa zanimljivostima iz psihologije, držače za mobitele, rašpice za nokte, mozgalice, krpice za naočale s logom manifestacije te neke druge predmete možete kupiti na našem prodajno-promotivnom štandu. Osim kupnjom promotivnih predmeta u ovu se akciju možete uključiti i uplatom sredstava na žiro-račun Filozofskoga fakulteta, koji se vodi u Zagrebačkoj banci (IBAN: HR912360001101536455, poziv na broj: 70505505759-06, svrha uplate: Humanitarna akcija).</p>	G
<p>16:30 - 17:30</p> <p>PSQ</p> <p>Radionica</p>	<p>Budi mindful – živi svjesnije</p> <p>Tijana Debelić, Borka Babić</p> <p>Zatrpani do grla sastancima, rokovima i dogovorima naši dani izgledaju kao dugačak popis obaveza, a stisnuti rokovima, najčešće potpuno nesvjesno, jurcama okolo kao da smo na autopilotu. Koliko puta vam se dogodilo da negdje dođete, a da ne znate kojim ste putem došli? Ili da jedete u žurbi dok razgovarate telefonom? Sve su ove automatske radnje iskustva koja živimo nesvjesno. S vremenom, kako treniramo mindfulness, postajemo svjesniji i počinjemo upoznavati koji su pokretači naših riječi i djela, koje su to namjere (često nesvjesne) koje upravljaju našim životom i koje nas vrlo često čine nesretnima. Na taj način otvaraju se pred nama prilike za drugačije odluke i odabire, otvara nam se put prema slobodnijem i sretnijem životu.</p> <p><i>Obavezna najava na: info@psiqonsult.com ili 095 821 7232</i></p>	G
<p>16:30 - 18:00</p> <p>DV-C</p> <p>Predavanje</p>	<p>Socijalna uključenost djece</p> <p>Patricija Kučica Vajentić</p> <p>Kada ste se posljedni put osjećali isključeno iz neke skupine ili zajednice? Kako ste se osjećali u toj situaciji? Socijalna</p>	<p>PG</p> <p>Odgojno-obrazovni djelatnici Dječjeg vrtića Cvrčak,</p>

	isključenost je socijalni fenomen prilikom kojega pojedinac ili skupina isključuje ili ignorira drugoga pojedinca ili skupinu. Predavanje će se usmjeriti na socijalno isključivanje djece rane i predškolske dobi. Definirat će se rizični čimbenici, posljedice socijalne isključenosti te alati koje možemo koristiti u radu s djecom koja su izložena socijalnoj isključenosti.	Mali Lošinj
16:30 - 18:30 OŠ-FKF Radionica	Male tajne uspješnog učenja - može li učenje biti zabavno? Iva Žužić, Danijela Šekuljica Osnovna roditeljska uloga u procesu učenja odnosi se na stvaranje pogodne obiteljske klime za razvoj djetetove samostalnosti i pozitivnog odnosa prema učenju. Što je dijete češće izloženo pojavi neuspjeha u učenju, a to se najčešće događa prijelazom u više razrede, počinje i učenje doživljavati kao neugodu. Ovom ćemo radionicom poučiti roditelje i njihovu djecu vještinama kojima bi mogli prevladati te probleme te ujedno osnažiti roditelje u nastojanju da potaknu svoje dijete da ono samo poduzme vlastiti mentalni napor i angažman u procesu učenja. Kroz aktivnosti u radionici baviti ćemo se organizacijom učenja, motivacijom za učenje, kao i procesima samoregulacije učenja. <i>Obavezna najava na: iva.zuzic@skole.hr</i>	PG roditelji učenika 4. i 5. razreda PŠ Punat
16:50 - 17:35 SŠ-M, Konferencijska dvorana Radionica	Rješavanje sukoba na radnom mjestu Andrea Rubčić, Andrea Vucelić Sukobi u svakodnevnom životu gotovo su pa neizbježna pojava, bilo da je riječ o sitnim nesuglasticama ili žestokim verbalnim svađama. Mogu se javiti na svim poljima, među članovima obitelji, prijateljima, kolegama na poslu. Međuljudski sukobi mogu imati različite negativne posljedice, a često su praćeni različitim negativnim emocijama te mogu dovesti do nezadovoljstva, loše međuljudske komunikacije, nedostatka povjerenja te smanjenja uspješnosti. S druge strane, ukoliko je sukob konstruktivan, može poslužiti kao sredstvo za rješavanje problema te potaknuti sukobljene strane na promjene. U ovoj radionici nastojat ćemo osvijestiti moguće uzroke sukoba na radnom mjestu, upoznati polaznike s načinima rješavanja sukoba te isprobati određene tehnike na primjerima. <i>Obavezna najava na: andrea.rubcic@skole.hr ili andrea.vucelic@skole.hr</i>	PG Učenici Medicinske škole u Rijeci
17:00 - 18:30 S-SVA	Kako biti sova, a ne morski pas - naučite djelotvorno rješavati svađe i sukobe	G

Radionica	<p>Laura Pavičić</p> <p>Sukobi među pojedincima događaju se kada postoje suprotna ponašanja, nastojanja ili zbivanja uz uzajamno snažan doživljaj suprotnih interesa. Sukobi su dio ljudske prirode i u umjerenjosti pružaju mogućnost za pozitivne promjene. No, ako sudjelujete u velikom broju sukoba i često gubite kontrolu nad njima vrlo vjerojatno trpate negativne posljedice. Na radionici će biti riječi o pojmovima bitnim za razumijevanje sukoba te će se sudionici upoznati s načinima na koje ih mogu kvalitetno prevladati. Naučit će zašto je u situaciji svađe bolje biti "mudra sova" nego "morski pas".</p> <p><i>Obavezna najava na: psiholog@sv-ana.com; 098 944 0289</i></p>	
17:00 - 18:30 DV-VN Okrugli stol	<p>Nepoželjna ponašanja djece, koja su i zašto se javljaju?</p> <p>Maja Škrinjar, Marina Marghetti</p> <p>Nepoželjna ponašanja su ponašanja koja nanose štetu, interferiraju sa svakodnevnim aktivnostima, neobična se i nefunkcionalna.... Kod neke se djece javljaju često, kod neke rijetko. Kako bismo razumjeli zašto se netko ponaša na određeni način, potrebno je razumjeti što se zbivalo prije pojave nepoželjnog ponašanja, tko je bio prisutan, mjesto događanja, vrijeme i slično. Važno je znati što se dogodilo nakon pojave ponašanja, posljedice, kako je okolina reagirala na njih. Razumijevanje ponašanja pomaže nam pri odabiru metoda i tehnika koje možemo primjenjivati u svakodnevnom životu i radu. Odgojno obrazovni djelatnici često napominju kako kazna nije način za trajno i uspješno rješavanje nepoželjnih ponašanja djece. Ponekad je nužna, ali valjalo bi znati kako pravilno definirati i primjenjivati kaznu. U kojim situacijama koristiti „time-out metodu“ i može li ignoriranje zaista pomoći?</p> <p>Cilj nam je kroz životne situacije razumjeti osnove nepoželjnih ponašanja i pronaći najbolji način kako na njih reagirati.</p> <p><i>Obavezna najava na: psihologinja@vrtic-kastav.com</i></p>	<p>PG</p> <p>Roditelji, odgajatelji, stručni suradnici</p>
17:00 - 18:30 TIĆ Radionica	<p>Ja, mama i tata - zajedno dva sata</p> <p>Nataša Makarun, Ljiljana Bubnić</p> <p>Roditelji često imaju osjećaj da se svojem djetetu ne posvećuju dovoljno ili da ne provode vrijeme na način koje dijete ispunjava i čini zadovoljnim. Djeca svoje nezadovoljstvo i potrebu za pažnjom često iskazuju kroz nemir, plač i neprimjeren ponašanje. Radionica „Ja, mama i tata – zajedno dva sata“ namijenjena je roditeljima i djeci predškolskog i nižeg školskog</p>	<p>PG</p> <p>Roditelji i djeca predškolskog i nižeg školskog uzrasta</p>

	<p>uzrasta. Usmjerena je na prezentiranje osnovnih značajki i demonstraciju zajedničkog vremena roditelja i djeteta koje će djetetu ispuniti potrebu za pažnjom roditelja i učiniti zadovoljnijim i dijete i roditelje. Uz upoznavanje s osnovnim principima kvalitetnog zajedničkog vremena, djeca i roditelji će imati priliku sudjelovati u nekoliko zajedničkih aktivnosti koje će moći primjenjivati u svakodnevnom životu.</p> <p><i>Obavezna najava na: 051 215 670</i></p>	
<p>17:30 - 18:30</p> <p>OŠ-T, Učionica 20</p> <p>Interaktivno predavanje</p>	<p>Podrška roditeljima tijekom prijelaza i prilagodbe u dječjem vrtiću i osnovnoj školi</p> <p>Sanja Tatalović Vorkapić, Jadranka Perković Sušan, Radmila Bajić</p> <p>Tijekom ranog i predškolskog, te osnovnoškolskog perioda djeca stječu svoja prva iskustva prijelaza i prilagodbe u dječjim vrtićima i osnovnim školama. Prijelazna razdoblja i prilagodbe djece, predstavljaju pravi izazov, kako za djecu, tako i za roditelje. S obzirom da je osnažen roditelj najbolja podrška svojem djetetu tijekom ovih izazovnih perioda u djetinjstvu, od iznimne su važnosti podrška i suradnja s odgajateljima, učiteljima i stručnim suradnicima. Kakva su iskustva roditelja tijekom prijelaza i prilagodbe njihove djece u dječjem vrtiću i osnovnoj školi? Kakva pitanja imaju, te raspolažu li svim važnim informacijama? Nakon uvoda o projektima koji se provode, te izazova i iskustava iz prakse, nastojat će se tijekom interaktivnog predavanja odgovoriti na ova i druga pitanja.</p> <p><i>Obavezna najava na: sanjatv@uniri.hr</i></p>	<p>PG</p> <p>Roditelji djece rane i predškolske dobi, te roditelji djece prvih razreda osnovne škole</p>
<p>17:30 - 18:30</p> <p>DV-O</p> <p>Interaktivno predavanje</p>	<p>Moje dijete ne želi jesti! Kako mu mogu pomoći?</p> <p>Gorana Mišćenić</p> <p>Zdrave navike hranjenja važne su za normalan rast i razvoj predškolske djece kao i zbog prevencije razvoja bolesti vezanih uz prehranu u kasnijoj dobi. Unatoč tome, danas se sve češće susrećemo s lošom prehranom kao i brojnim problemima hranjenja u djece. Rano djetinjstvo predstavlja osjetljiv period za razvoj prehrambenih obrazaca. Unatoč određenim promjenama koje se događaju pod utjecajem različitih čimbenika, valja istaknuti da se rana iskustva vezana uz izbor i konzumaciju hrane ipak održavaju i tijekom kasnijeg života. Kroz ovo predavanje odgovorit ćemo na pitanja o tome što odrasli mogu učiniti kako bi potakli djecu da razviju zdrave navike hranjenja te prevenirali probleme hranjenja.</p>	<p>PG</p> <p>Odgajno-obrazovni djelatnici DV Opatija</p>
<p>18:00 - 19:00</p>	<p>Ja, beba: čudesno putovanje od rođenja do prvog</p>	<p>PG</p>

GK-T Predavanje	<p>rođendana</p> <p>Sanja Mazor Češarek</p> <p>Rođenjem djeteta počinje njegov intenzivan rast i razvoj. Razvoj je dinamičan i stalno promjenjiv proces stjecanja znanja i vještina. Iako je taj proces individualan, prate ga karakteristične promjene vezane uz određena razdoblja na raznim razvojnim područjima: motoričkom, kognitivnom, socijalnom, emocionalnom i govorno-jezičnom. Na predavanju ćete saznati koje su važne razvojne prekretnice u prvoj godini života, kada započinje učenje, kako bebe razumiju svijet, što je važnije geni ili okolina, kako bebin temperament utječe na odgoj, zašto je znakovanje korisno za razvoj govora, kako roditelji mogu podržati i poticati rani razvoj... Saznati ćete i kako na Bebarijama (radionicama za roditelje i bebe) kroz igru, pjesmu i ples potičemo rani razvoj i razvijamo roditeljske vještine.</p>	Trudnice i roditelji djece u prvoj godini života
18:00 - 21:00 AKVARIJ Tribina	<p>Practice caffè</p> <p>Zoran Sušanj, Nikoleta Zubić, Bernard Šešo, Adriana Blanuša-Lošić, Barbara Blažić, Veronika Kostrenčić, Iva Gortan, Lovro Gajski, Nikolina Levak</p> <p>Practice caffè se organizira s ciljem upoznavanja studenata s radom psihologa u praksi. Mladi psiholozi i vježbenici iz različitih područja psihologije predstaviti će studentima svoja prva radna iskustva, stečena praktična znanja i vještine te izazove s kojima su se susreli nakon ulaska u svijet rada. I ovogodišnji Practice caffè ugostiti će nastavnike različitih primijenjenih područja psihologije, a svoja će profesionalna iskustva izložiti: Bernard Šešo i Adriana Blanuša-Lošić (Klinički bolnički centar Rijeka), Barbara Blažić (Centar za pružanje usluga u zajednici „Izvor“, Selce), Veronika Kostrenčić (Dječji vrtić Fijolica, Novi Vinodolski), Iva Gortan (OŠ Vladimira Nazora, Pazin), Lovro Gajski (Croatia osiguranje d.d., Zagreb) i Nikolina Levak (Valamar Riviera d.d., Poreč).</p>	S, PG Studenti psihologije i srodnih struka
19:00 - 20:00 UD-L Radionica	<p>Reci mi nježno, a snažno - asertivnost</p> <p>Sandra Pandžić</p> <p>Pojam asertivnosti odnosi se na sposobnost zalaganja za vlastita prava kroz izražavanje vlastitih misli, osjećaja i uvjerenja na direktan, iskren i prikladan način, uz uvažavanje tuđih prava. Iako se asertivnost često miješa s agresivnošću, ne radi se o istim pojmovima: agresivna osoba ne bira sredstva za postizanje vlastitog cilja za razliku od asertivne osobe koja pri ostvarivanju vlastitih interesa vodi računa i o željama i potrebama drugih ljudi. Ukoliko ste neasertivna osoba te "rješavate" probleme povlačenjem, neodlučnošću te u konačnici odustajanjem od rješavanja problema, ipak postoji dobra vijest: asertivnost je nešto što je moguće naučiti! U ovoj radionici naučiti ćete nešto</p>	PG Učenici i studenti Učeničkog doma Lovran

	više o asertivnosti te zašto, kada i kako biti asertivan.	
19:00 - 20:30 VOM Interaktivno predavanje	<p>Anksioznost - naš saveznik ili neprijatelj?</p> <p>Tamara Sremec</p> <p>Anksioznost (tjeskoba, briga, napetost,) jedan je od uobičajenih ljudskih osjećaja i dio našeg svakodnevnog života. Kada nikada ne bismo bili anksiozni izlagali bismo se nepotrebnim rizicima i manje truda bismo ulagali u postizanje željenog cilja. Istovremeno, anksioznost je jedan od čestih psihičkih problema zbog kojeg znatan broj ljudi osjeća psihičku patnju i traži pomoć stručnjaka. Ako vas zanima kada je anksioznost zdrava i poželjna a kada postaje problem dođite na predavanje i saznajte više o tome. Na predavanju ćete imati priliku naučiti nešto više o svojoj anksioznosti (što ju potiče?, kako ju osjećate?, kako si pomažete?). Kroz vježbe i demonstracije naučiti ćete i različite tehnike ovladavanja anksioznošću koje vam mogu pomoći kako bi vam anksioznost (p)ostala saveznik.</p>	G
19:30 - 21:00 DUSUŠ Radionica	<p>Što je ljubav?... pitao se Shakespeare</p> <p>Ante Papić, Elizabeta Galić-Papić</p> <p>U veljači, potaknuti obilježavanjem dana Sv. Valentina, nije na odmet opet se zapitati: što ljubav jeste, a što ljubav ipak nije? Je li moguć odgovor na to gotovo nemoguće pitanje...!? Zašto uopće volimo, u koga se zaljubljujemo, čime su određeni naši ljubavni izbori, jesu li sve ljubavi doista ljubavi ili nešto posve drugo i različito, može li istinska ljubav boljeti ...!? I zašto se, zapravo, predano i sa strašću. Odazivamo slavljenju Valentinova, dana kada nastojimo svima, koje na razne načine volimo, iskazati ljubav barem na simboličan način? Stoga sve radoznale, koji žele, pozivamo da, zajedno s nama, podijele radost sudionništva u govorenju o misteriju ljubavi i iskustvenog dijeljenja osobnih doživljaja ljubavi.</p> <p><i>Obavezna najava na: elizabetagp@gmail.com ili 099 214 8999</i></p>	SS, S, G
četvrtak, 20. veljače 2020.		
08:50 - 09:35 Osnovna škola "Dr. Andrija Mohorovičić" Matulji Radionica	<p>Escape room: čovječe ne ljuti se</p> <p>Sandra Andabaka</p> <p>Sama po sebi, ljutnja nije ni dobra ni loša. Ljutnja je normalna emocija. Ljutnja je sveprisutna emocija. Ljutnja je najstrastvenija emocija. Ljutnja je produktivna kada daje energiju za odlučnost, snagu i izdržljivost u ulaganju napora u produktivno suočavanje, na način da mijenjamo svijet oko sebe u ono što bi trebao biti. Izražavanje ljutnje može biti zdravo, ali gubitak kontrole to nije. Tada ljutnja postaje najopasnija emocija. Ako svatko postavi</p>	OŠ, PG Učenici petog razreda OŠ "Dr. Andrija Mohorovičić" Matulji

	<p>sebi pitanje s kojom emocijom se najteže "izlazi na kraj", koja se najteže kontrolira, odgovor će najčešće biti – ljutnja. Upravljanje ljutnjom može postati neograničen izvor naše osobne snage. Na radionici će učenici kroz zabavnu i izazovnu igru Escape room (Soba za bijeg) naučiti kako svoju ljutnju izraziti na prikladniji način.</p>	
<p>10:00 - 14:00</p> <p>KORZO</p> <p>Prodajno promotivni štand</p>	<p>Promotivni i prodajni štand u humanitarne svrhe</p> <p>Maša Komadina, Silvija Šikić, Katarina Banov</p> <p>Rijeka psihologije i ove godine ima humanitarni karakter. Prodajom promotivnih predmeta prikupljat će se sredstva za Podcentar predškolskog odgoja „Maestral“ za nabavu opreme za rad s djecom s poremećajima iz spektra autizma. Magnete i privjeske sa zanimljivostima iz psihologije, držače za mobitele, rašpice za nokte, mozgalice, krpice za naočale s logom manifestacije te neke druge predmete možete kupiti na našem prodajno-promotivnom štandu. Osim kupnjom promotivnih predmeta u ovu se akciju možete uključiti i uplatom sredstava na žiro-račun Filozofskoga fakulteta, koji se vodi u Zagrebačkoj banci (IBAN: HR9123600001101536455, poziv na broj: 70505505759-06, svrha uplate: Humanitarna akcija).</p>	G
<p>10:00 - 16:00</p> <p>STEPRI</p> <p>Interaktivno predavanje</p>	<p>Kako odabrati najprikladnijeg kandidata za posao</p> <p>Natalija Marković</p> <p>Na svakom pojedinom radnom mjestu postoji niz čimbenika koji utječu na postizanje učinkovitosti i kvalitete. Odabir kadrova se provodi radi postizanja bolje usklađenosti zahtjeva posla i uvjeta u kojima se posao obavlja, s jedne strane, i kompetencija radnika, s druge strane. Hrvatski zavod za zapošljavanje poslodavcima pruža uslugu profesionalne selekcije za zapošljavanje u svrhu dobivanja kvalitetnih i pouzdanih informacija o kandidatima za zapošljavanje i preporuka kandidata koji najbolje udovoljavaju zahtjevima poslodavca temeljem psihologijskih metoda provjerene vrijednosti. Uslugom profesionalne selekcije kandidata osiguravaju se kvalitetni zaposlenici i štediti se vrijeme potrebno za odabir novog radnika.</p> <p><i>Obavezna najava na: psiholoziPGZ@gmail.com</i></p>	<p>PG</p> <p>Poduzetnici</p>
<p>10:00 - 16:00</p> <p>STEPRI</p> <p>Interaktivno predavanje</p>	<p>Mindfulness na radnom mjestu</p> <p>Tijana Debelić</p> <p>Isprobajte ovaj test: mjerite vrijeme od 30 sekundi i brojite koliko različitih misli, briga ili zadataka pluta u vašem umu. Vjerojatno ćete biti zaprepašteni brojem. Razlog se krije u današnjem načinu života. Naši dani sve češće izgledaju kao dugačak popis obaveza, a stisnuti rokovima, najčešće potpuno nesvjesno, jurcamo okolo kao da smo na autopilotu. Rezultat je stalna i</p>	<p>PG</p> <p>Poduzetnici</p>

	<p>intenzivna mentalna iscrpljenost. Mindfulness je upravo suprotno stanje: biti svjesni onoga što se događa u sadašnjem trenutku. Sve je veći trend među vodećim tvrtkama da svojim zaposlenicima nude mindfulness treninge kao pomoć u rješavanju stresa, poboljšanju komunikacijskih vještina i obuku za rješavanje sukoba. Saznajte kako inkorporirati vježbe mindfulnessa u rutinu vašeg radnog mjesta, za manje stresan dan.</p> <p><i>Obavezna najava na: psiholoziPGZ@gmail.com</i></p>	
10:00 - 16:00	<p>Kompanijski narativ - koju priču pričaš?</p> <p>Nataša Ivanković</p> <p>Znate li da je 60% spremnosti ljudi da preporuča, rade za ili investiraju u neku kompaniju vođeno njihovom predodžbom kompanije, a 40% predodžbom proizvoda? Znate li da kompanije sa snažnim narativom imaju bolji ugled, motiviranije zaposlenike, lakše privlače i zadržavaju kvalitetan kadar te ostvaruju veći prihod? Znate li da su u periodima krize kompanijama s boljim ugledom investitori spremniji "progledati kroz prste"? Poznato je da bolje pamtimo činjenice prezentirane u obliku narativa, no što je to kompanijski narativ (i kako se razlikuje od storytellinga)? Kako kreirati moćan strateški narativ i narativ za promjenu? Kako pridobiti zaposlenike da ga koriste? O neiskorištenom potencijalu kompanijskog narativa pričat će Nataša Ivanković, organizacijski psiholog i coach.</p> <p><i>Obavezna najava na: psiholoziPGZ@gmail.com</i></p>	PG Poduzetnici
10:00 - 16:00	<p>9. konferencija "Psihologija za gospodarstvenike"</p> <p>Tijana Debelić</p> <p>Anamaria Blažić, Ani Cvjetović, Tijana Debelić, Jadranka Delač Hrupelj, Hrvoje Gligora, Nina Gotal Škacan, Nataša Ivanković, Sanjin Linić, Natalija Marković, Barbara Marot, Alen Marot, Martina Ožanić Jukić - Molim Vas da mi dozvolite da Vam naknadno dostavim točna imena izvođača i tema koje će obraditi na Konferenciji obzirom da mi nisu još svi dostavili potrebne podatke. Hvala Vam na razumijevanju. Lp</p> <p><i>Obavezna najava na: psiholoziPGZ@gmail.com</i></p>	PG Gospodarstvenici
10:00 - 16:00	<p>Prikaz kolaborativnog istraživanja odnosa pojedinca prema sustavu</p> <p>Ani Cvjetović, Anamaria Blažić</p>	PG Poduzetnici

Predavanje	<p>U svom smo radu primijenile metodu kolaborativnog istraživanja u kojem participanti (studenti psihoterapije u Školi za kibernetiku i sistemsku terapiju) i istraživači u zajedničkom kreiranju ishoda konverzacije pronalaze nove ideje koje se zatim provjeravaju i testiraju u organizacijskom kontekstu sudionika. Zanimalo nas je kako nova iskustva i znanja o različitim sustavima kojima participanti istraživanja pripadaju utječu na promjenu perspektive bespomoćnosti ili nemogućnosti aktivnog djelovanja unutar sustava. Rezultati koje smo dobili u devetomjesečnom periodu praćenja sudionika u odnosu na primjenu novih ideja, ukazuju na prednosti uvođenja kolaborativnog dijaloga kao modela za kreiranje sustava u kojem će se pojedinac osjećati kao njegov aktivni i kreativni resurs.</p> <p><i>Obavezna najava na: psiholoziPGZ@gmail.com</i></p>	
10:00 - 16:00 STEPRI Predavanje	<p>Razvoj karijere – izazov za zaposlenike, ali i za poslodavce</p> <p>Hrvoje Gligora</p> <p>Promjene u vrstama poslova, načinima rada i komuniciranju, razvoj tehnologija, te istovremeni 'ulazak novih generacija' u svijet rada samo su neki od izazova s kojima se suočavamo u našoj karijeri. Koliko nam to predstavlja izazov, a koliko je izazov poslodavcu koji želi zadržati svoje zaposlenike? Izlaganje daje neke odgovore na pitanja kako razvijati karijeru, kako zaposlenicima, tako i poslodavcima.</p> <p><i>Obavezna najava na: psiholoziPGZ@gmail.com</i></p>	PG Gospodarstvenici
11:00 - 12:00 STEPRI Interaktivno predavanje	<p>Zašto volimo kupovati, a mrzimo kad nam se prodaje?</p> <p>Alen Marot</p> <p>U današnje vrijeme se skoro na svakom radnom mjestu od nas očekuje da nešto prodajemo. No, zbog toga kako se obično prodaje to je postalo strašno odbojno zanimanje i dio posla. Uglavnom je razlog tome prevladavajući pristup prodaji koji smatra da je svatko potencijalni kupac i da prodavač svojom vještinom treba uvjeriti kupce da im nešto treba. Zato se je prodaja svela na guranje, manipulaciju, uvjeravanje i "uvaljivanje". Iako neki u tome uživaju, za većinu prodavača, ali i kupaca, to je postalo vrlo mučan doživljaj. Srećom, prodaji je moguće i nužno pristupiti na drugi način.</p>	G, PG Gospodarstvenici
13:00 - 13:30 STEPRI Predavanje	<p>Važnost kvalitetnog mentorstva u organizaciji – imate li ga?</p> <p>Martina Ožanić Jukić</p> <p>Mentorstvo je jedna od metoda osposobljavanja novog zaposlenika. Svrha je što prije i učinkovito osposobiti novu</p>	PG poduzetnici - u sklopu Konferencije za gospodarstvenike

	<p>osobu za samostalan rad i korištenje svog punog potencijala. Tvrtka koja drži do sebe, do kvalitete pružanja usluga ili proizvoda, kojoj je važno imati kompetentne i motivirane zaposlenike, trebala bi imati sustav mentorstva. To je odlična metoda za profesionalni rast i razvoj, mentora i zaposlenika, što i je krajnji cilj procesa, a utječe i na organizacijsku kulturu. U našoj tvrtki AITAC, (projektiranje luksuznih kruzera i jahti, konzultantske usluge), veliki broj inženjera kvalitetni su mentori, nesebično dijele svoje vrijeme, energiju i znanje. Na predavanju ću dati odgovore na pitanja o mentorstvu. Sudionici će moći razmijeniti ideje iz prakse. Raduje me čuti Vaša iskustva.</p> <p><i>Obavezna najava na: psiholoziPGZ@gmail.com</i></p>	-
13:30 - 15:00 DOO-T Radionica	<p>Malo nam za sreću treba: aktivnosti uz pomoć životinja</p> <p>Jasmina Kardoš, Sanja Korkut, Urška Ivanovič, Irma Golob, Irena Koren, Borut Šerbela, Nika Erjavec, Neža Varoga, Andrea Novak</p> <p>Odnos između čovjeka i životinje kroz povijest izrazito je zanimljiv. Različita istraživanja su pokazala da interakcija između čovjeka i životinje ima mnoge pozitivne učinke: spontanost, opuštenost, osjećaj sigurnosti, samopouzdanje, bezuvjetno prihvaćanje, smanjenje osjećaja usamljenosti i depresije, poboljšanje komunikacije s drugim ljudima i dr. Korisnici i djelatnici Doma Turnić upoznat će se s načinima uključivanja životinja u terapijski proces te će imati priliku iskustveno doživjeti pozitivne učinke interakcije s terapijskim životinjama.</p>	PG Korisnici i djelatnici Doma za odrasle osobe Turnić
14:00 - 14:30 STEPRI Radionica	<p>Pohvala, kritika ili možda oboje?</p> <p>Barbara Marot</p> <p>Kada pitate zaposlenike kako znaju da dobro rade svoj posao najčešći odgovor koji ćete dobiti je: "Nitko se ne žali." S druge strane kada pitate njihove nadređene koliko često pohvale svoje zaposlenike za dobro obavljen posao dobivate začuđeni pogled: "Pa za to su plaćeni!" Međutim, i u situacijama kada loše rade zaposlenici u pravilu ne dobivaju povratnu informaciju ili je ne dobivaju na sustavan način. Rukovoditelji se često izbjegavaju zamjeriti svojim donedavnim kolegama i izbjegavaju ih kritizirati sve dok im već nije svega dosta ili su loše volje pa se na njih "istresu". Davanje povratne informacije koja će održati motivaciju i razviti kompetencije kod suradnika vještina je kojom vladaju najuspješniji rukovoditelji, a osnovna pravila možete saznati na ovoj radionici.</p> <p><i>Obavezna najava na: psiholoziPGZ@gmail.com</i></p>	PG Poduzetnici

14:00 - 15:00	Pronađimo zamke u tvome učenju	OŠ, PG
KOŠ-JP Radionica	Danijela Perić Kosović, Nataša Šepić Adamec Puno je razloga koji mogu utjecati na teškoće i probleme učenja. Neke probleme se vrlo brzo i lako otkrije, a potom i riješi. Međutim, ponekad se problemi učenja čine preteškim i prevelikim, jednostavno nerješivim. Kroz radionicu ćemo pokušati otkriti nove i bolje načine rješavanja problema učenja kroz pronalazak zamki odnosno pogrešaka koje činiš u učenju. Važno je znati da postoji povezanost između onog što misliš, kako se osjećaš i što činiš. Raditi ćemo zajedno, u grupi, skupljati ideje i pronalaziti načine da zamki učenja bude što manje. <i>Obavezna najava na: psiholog@kat-os-jpavlisic.hr</i>	Učenici 5. razeda osnovne škole
14:00 - 15:30	Vrijeme za mindfulness	PG
UZOR Radionica	Paula Bogović, Duška Car Drljača Mindfulness ili usredotočena svjesnost predstavlja obraćanje pozornosti na poseban način: namjerno, svjesno, u sadašnjem trenutku, bez prosuđivanja (Jon Kabat Zinn). U ubrzanoj svakodnevnicu mnogi užici gledanja, slušanja, kušanja, mirisanja i dodirivanja prolaze mimo nas. Za stručnjake koji rade s nezaposlenima a uključeni su u projekt "Osnaživanjem i edukacijom do veće socijalne uključenosti" pripremili smo radionicu koja se sastoji od niza iskustvenih vježbi kojima obraćamo pažnju i unosimo punu svjesnost na ono što radimo te tako obogaćujemo svakodnevno iskustvo. <i>Obavezna najava na: uzor@udruga-uzor-rijeka.hr</i>	Stručnjaci koji rade s nezaposlenima
14:30 - 15:00	Korak dalje feedback 360° - razvojni alat	PG
STEPRI Interaktivno predavanje	Nina Gotal Škacan Korak dalje Feedback 360° alat je za upravljanje promjenom i razvojem pojedinaca kojim se procjenjuje razvijenost i zastupljenost određenih ponašanja kod zaposlenika na svim organizacijskim razinama. Ovaj alat implementira se u timovima i kompanijama kako bi se dobio što je moguće objektivniji uvid u područja/potrebe za promjenom i razvojem pojedinaca. Fokus je na ponašanjima pojedinca u poslovnom kontekstu i za razliku od klasične povratne informacije „jedan na jedan“ kada pojedinac dobiva feedback od jedne osobe, F360° daje pogled iz više perspektiva. Na predavanju polaznici će se upoznati sa osnovnim konceptima F360° alata i načinom njegove primjene. Uz to, moći će vidjeti kako izgleda proces implementacije, na što	Poduzetnici

	<p>treba obratiti pažnju i koji su koraci koji slijede nakon primjene.</p> <p><i>Obavezna najava na: psiholoziPGZ@gmail.com</i></p>	
<p>15:00 - 15:30</p> <p>STEPRI</p> <p>Predavanje</p>	<p>Upravljanje promjenama: ljudska strana promjene</p> <p>Sanjin Linić</p> <p>Promjena je život. Stagnacija – to je smrt! Tempo promjena u modernom poslovanju već je sada iznimno brz, a nema znakova usporavanja na vidiku. Velike, možemo reći paradigmatičke, promjene čuče iza svakog ugla i nemoguće je prognozirati koja će sljedeća uzdrmati pojedinu industriju. Promjene u tehnologiji, navikama kupaca, stilovima upravljanja, željama i potrebama zaposlenika samo su neke od njih. Sam ekonomski opstanak pojedine kompanije uskoro će ovisiti prvenstveno o sposobnosti nošenja s promjenama, a želite li učinkovito upravljati promjenama morate razumjeti ljudsku stranu promjene.</p> <p><i>Obavezna najava na: psiholoziPGZ@gmail.com</i></p>	<p>PG</p> <p>Poduzetnici</p>
<p>16:00 - 17:00</p> <p>SVKRI</p> <p>Predavanje</p>	<p>Joker ili koliko je društvo odgovorno za pojedinca</p> <p>Helena Rašić Radauš</p> <p>Joker je kao lik najpoznatiji negativac otkad je stripova, a zadnja filmska iteracija nas je odvela u svijet Arthura Flecka prije nego je postao Joker. Film sam po sebi odlično prikazuje pokušaje snalaženja neprilagođenog Arthura u svijetu koji ga prezire. Od izlaska filma postavljaju se pitanja koliko je za svoje ponašanje odgovoran Joker, a koliko je društvo stvorilo okruženje u kojem on nije mogao drukčije? Koliko smo mi kao društvo odgovorni za kriminalno i neprilagođeno ponašanje, a koliko ta odgovornost počiva na genetskim i biološkim čimbenicima ili odlukama pojedinca? Možemo li uopće suosjećati s osobom koja je sposobna za strašne zločine? Trebamo li? Tko je zapravo Joker, može li takav lik biti stvarna osoba među nama i kako možemo biti bolje društvo za mentalno zdravlje pojedinca?</p>	<p>S, G</p>
<p>16:00 - 17:00</p> <p>OŠ-P</p> <p>Radionica</p>	<p>Dar mal (daroviti malci)</p> <p>Nada Kegalj</p> <p>Učenici od 8 do 12 godina bit će igrači u pustolovnoj igri u kojoj će rješavati zagonetke, koristeći tragove i razne strategije. Učenicima - igračima se zada određeno vremensko ograničenje od 40 minuta kako bi otkrili ključ za izlazak iz sobe. Igre su postavljene na različitim izmišljenim mjestima. Za starije učenike i odrasle osobe igra je slična, ali prilagođena uzrastu. Ovom igrom razvija se logičko i kreativno mišljenje, suradnički odnos i najvažnije, igra je dobra zabava. Aktivnost se održava u</p>	<p>OŠ</p>

	<p>tri termina u 16, 17 i 18h.</p> <p><i>Obavezna najava na: nadakegalj@yahoo.com ili 098 594 721</i></p>	
<p>16:00 - 20:00</p> <p>ZTC</p> <p>Prodajno promotivni štand</p>	<p>Promotivni i prodajni štand u humanitarne svrhe</p> <p>Gracia Dekanić, Matea Milin, Tamara Mohorić</p> <p>Rijeka psihologije i ove godine ima humanitarni karakter. Prodajom promotivnih predmeta prikupljat će se sredstva za Podcentar predškolskog odgoja „Maestral“ za nabavu opreme za rad s djecom s poremećajima iz spektra autizma. Magnete i privjeske sa zanimljivostima iz psihologije, držače za mobitele, rašpice za nokte, mozgalice, krpice za naočale s logom manifestacije te neke druge predmete možete kupiti na našem prodajno-promotivnom štandu. Osim kupnjom promotivnih predmeta u ovu se akciju možete uključiti i uplatom sredstava na žiro-račun Filozofskoga fakulteta, koji se vodi u Zagrebačkoj banci (IBAN: HR912360001101536455, poziv na broj: 70505505759-06, svrha uplate: Humanitarna akcija).</p>	G
<p>17:00 - 18:00</p> <p>OŠ-NT, Učionica 46</p> <p>Interaktivno predavanje</p>	<p>Kako odrasli mogu pomoći - zaštita djece od zlostavljanja i zanemarivanja</p> <p>Orjana Marušić Štimac, Tatjana Bandera-Mrakovčić, Blanka Hatibović</p> <p>Škola je okruženje u kojem se intenzivno promiču i stvaraju uvjeti za realizaciju prava djece. Broj službeno evidentiranih prijava za zlostavljanje i zanemarivanje djece posljednjih godina bilježi značajan porast. Kako prepoznati i što učiniti kada posumnjamo da netko grubo krši prava djeteta? Kome se možemo obratiti i što smo kao građani dužni poduzeti? Na koji način možemo biti podrška i pomoći najmlađim članovima naše zajednice? Uz odgovore na ova pitanja razmatrat ćemo mogućnosti prevencije, načine postupanja u slučajevima sumnje na zlostavljanje i zanemarivanje te na oblike podrške djeci koja trpe posljedice propusta i neprimjerenih ponašanja odraslih.</p>	<p>PG</p> <p>Roditelji i učitelji</p>
<p>17:00 - 18:00</p> <p>DND-O</p> <p>Interaktivno predavanje</p>	<p>Razvijanje otpornosti kod djece s teškoćama u razvoju</p> <p>Ana Jantolek, Jadran Rubeša</p> <p>Mentalno zdravlje važna je sastavnica ukupnoga zdravlja, a time i preduvjet kvalitetnog života djece. U današnje vrijeme važnije je nego ikad kod djece razvijati otpornost na stres i promjene koje su događaju. Psihološka otpornost je proces dobrog prilagođavanja teškim okolnostima, traumama i značajnim izvorima stresa. Na predavanju ćemo se dotaknuti načina kako kod djece s teškoćama u razvoju potaknuti otpornost.</p>	<p>PG</p> <p>Roditelji djece s teškoćama u razvoju</p>

	<i>Obavezna najava na: dnd.opatija@gmail.com, 091/5310070</i>	
17:00 - 18:00 SŠ-AH, Učionica 7 Predavanje	Neki pokazatelji mentalnog zdravlja srednjoškolaca Elena Busanić Mentalno zdravlje, kao i zdravlje općenito, nije samo odsutstvo bolesti, nego i osjećaj dobrobiti koji omogućava osobi da razvija svoje potencijale, da se uspješno nosi sa životnim izazovima i bude produktivna. Na predavanju će biti prikazani određeni pokazatelji mentalnog zdravlja srednjoškolaca, te određeni činitelji koji pozitivno utječu na njega. Kao zaključak roditelji će imati izazov kod sebe prepoznati ponašanja koja mogu biti važna za izgradnju i očuvanje mentalnog zdravlja djeteta.	PG Roditelji srednjoškolaca i srednjoškolski nastavnici
17:00 - 18:15 OŠ-S, Učionica 20 Radionica	Kako "preživjeti" pismeni ispit? Martina Bažon, Tamara Bernobić Kvalitetna priprema učenika za sam proces vrednovanja, u pismenom ili usmenom obliku, efikasna je metoda za smanjivanje straha od ispitivanja, a što posljedično dovodi i do boljeg rezultata na ispitu. Jedan od načina kako pripremiti učenika na taj proces je i poučavanje strategija odgovaranja na pitanja tijekom pismenih ispita koje uključuju učinkovitu upotrebu vremena, pažljivo čitanje uputa, prepoznavanje važnih dijelova pitanja, razlikovanje zahtjeva različitih pitanja te informiranje o načinu bodovanja. U ovoj će radionici učenici imati prilike unaprijediti svoje strategije odgovaranja na pitanja tijekom pisanih provjera znanja te ih uvježbavati na konkretnim primjerima, a sve s ciljem kako bi ih se potaknulo na primjenu istih u realnim školskim situacijama. <i>Obavezna najava na: tpolegubic@gmail.com ili 051625950</i>	OŠ, PG Učenici petih i šestih razreda osnovne škole
17:00 - 18:30 DV-P Radionica	Podrška djeci s teškoćama u razvoju Nina Radović Broj djece s teškoćama u razvoju sve više je u porastu, a integracija djece s teškoćama je korisna kako za samu djecu s teškoćama, tako i za djecu tipičnog razvoja. Svako dijete je jedinstveno i ima različite sposobnosti i mogućnosti. Djeca uče na različite načine i različitom brzinom. Važno je da je odgojno-obrazovno okruženje inkluzivno i fleksibilno kako bi djeca s teškoćama razvijala svoj pun potencijal, fizički, socijalno, emocionalno i kognitivno. Na radionici će sudionici naučiti prepoznati i opažati različita obilježja djece urednoga razvoja i obilježja djece s razvojnim odstupanjima, naučiti nove načine poticanja djece s razvojnim odstupanjima i utvrđenim teškoćama u razvoju te planirati podršku za njih.	PG Odgojitelji Centra predškolskog odgoja Potok

	<i>Obavezna najava na: nina.radovic@rivrtici.hr</i>	
17:00 - 18:30 SOS Interaktivno predavanje	<p>Moje dijete je zaljubljeno?! Upomoć!</p> <p>Lorena Zec, Maja Sikirica</p> <p>Ljubav i zaljubljanje sastavni su dio života svih pa tako i mladih. Ponekad nam je kao roditeljima teško s djecom pričati o ljubavnim i drugim osjetljivim temama. Na predavanju pričat ćemo o kvalitetnoj komunikaciji s posebnim osvrtom na to što činiti u slučaju da se naše dijete nalazi u nezdravom i potencijalno nasilnom odnosu. Psihologinje koje rade sa žrtvama nasilja sa sudionicima će podijeliti svoja znanja o nasilnim odnosima i metodama nasilnika u partnerskim odnosima mladih. Naglasak predavanja bit će na roditeljskoj ulozi u kontekstu partnerskog nasilja.</p>	PG Roditelji
17:00 - 18:30 FFRI Interaktivno predavanje	<p>Terapija uz pomoć životinja: životinje u službi mentalnog i tjelesnog zdravlja</p> <p>Jasmina Kardoš, Urška Ivanović, Irma Golob, Irena Koren, Borut Šerbela, Nika Erjavec, Neža Varoga, Andrea Novak</p> <p>Ljudi se već stotinama godina emocionalno vežu uz životinje. Danas je odnos između čovjeka i kućnog ljubimca proširen na terapijski odnos osobe sa tjelesnim, socijalnim, emocionalnim ili kognitivnim disfunkcijama i životinje u ulozi terapeuta. Istraživanja su pokazala da terapija uz pomoć životinja smanjuje osjećaj usamljenosti, doprinosi samopoštovanju, poboljšava komunikacijske vještine, pamćenje, motoriku i dr. U prvom dijelu prezentirat će se što se podrazumijeva pod aktivnostima i terapijom uz pomoć životinja, gdje i kako se provodi, s kojim grupama korisnika te koji su pozitivni učinci. U drugom dijelu sudionici će imati priliku upoznati radne parove (vodiče i njihove terapijske životinje) te iskustveno doživjeti neke od aktivnosti koje se provode s korisnicima.</p>	S, G
17:00 - 18:30 FFRI Predavanje	<p>Ja-psiholog/inja poduzetnik/ca</p> <p>Alen Marot, Barbara Marot</p> <p>Cilj predavanja je prikazati prednosti i izazove poduzetništva organizacijskih psihologa te odgovoriti na pitanja poput kada je pravo vrijeme za ulazak u poduzetništvo, kako isplivati na hrvatskom tržištu, koje sve usluge nudi organizacijski psiholog privatnik. Također, svi zainteresirani psiholozi te budući psiholozi, a trenutno studenti psihologije, imat će priliku postaviti pitanja koja će im olakšati odluku vezanu uz moguću poduzetničku karijeru u budućnosti.</p>	S, PG Psiholozi i studenti psihologije
17:00 - 18:30	Krene pa stane	U

<p>OŠ-VN, Knjižnica</p> <p>Radionica</p>	<p>Andrea Bačić-Pavat, Borka Babić</p> <p>KRENE PA STANE Proces starenja sa sobom nosi niz promjena, sve veća pozornost pridodaje se aspektima koji utječu na unutarnju ravnotežu. Kroz prakticiranje svjesnosti poboljšavamo i um i tijelo, lakše se suočavamo sa stresom. Usredotočena svjesnost je trenutak koji traje jako kratko stoga ga je nemoguće primijetiti bez razvijanja i vježbanja metode meditacije. Meditacija kao metoda relaksacije vuče korijen iz budističke tradicije, te je važno naglasiti da usredotočena svjesnost ne uključuje nikakve duhovne, spiritualne i religijske tehnike. Kada stane nova vještina prihvaćanja sebe, svojih misli, emocija, tjelesnih promjena efikasno će pomoći da svjesno i sa izborom krenemo dalje.</p> <p><i>Obavezna najava na: savjetovalistesretnijigrad@gmail.com ili 098 962 8065</i></p>	
<p>17:00 - 19:00</p> <p>GEA</p> <p>Radionica</p>	<p>Rijeka života - k riješenju usmjeren terapijski pristup rada s obiteljima i pojedincima</p> <p>Ivona Maričić Kukuljan, Tea Čorak, Ilinka Serdarević</p> <p>Rijeka života na Rijeci psihologije - napravimo nešto neočekivano da uzdrumamo tvrde konstrukte! Životi naših klijenata moguće je prikazati kao životne rijeke iz kojih nastaju obiteljski krajolici, projekcijske površine sa snažnim efektom. U metafori rijeke života skriva se puno sitnih usporedbi; metafora rijeke idealan je model praćenja i poticanja sistemskih procesa. Model rijeke života nudi promjenu perspektive problema u perspektivu rješenja, perspektiva nemoći postaje perspektiva moći. Također, nudi promjenu atmosfere iz beznađa u nadu, omogućava ponovni pristup resursima te potiče razvoj radnog odnosa. Na interaktivnoj radionici bit ćete u prilici sudjelovati u demonstraciji seanse s klijentskim sistemom po principima metode rijeke života Petera Nemetscheka.</p> <p><i>Obavezna najava na: maricivona@gmail.com</i></p>	<p>S, PG</p> <p>Stručnjaci i studenti pomagačkih struka (psihoterapeuti, psiholozi, socijalni radnici, socijalni pedagozi)</p>
<p>17:30 - 19:00</p> <p>DUSUŠ</p> <p>Radionica</p>	<p>Prvi dojam je najvažniji...ili?</p> <p>Elizabeta Galić-Papić, Ante Papić</p> <p>U važnim životnim situacijama kao što su upis na fakultet ili razgovor za posao moramo „proći“ intervju. Kako ostaviti dobar prvi dojam i predstaviti se u najboljem svjetlu? Istraživanja potvrđuju važnost prvog dojma koji stvaramo o nekome, a on nastaje u prvih nekoliko sekundi nakon upoznavanja. Prvi dojam se uglavnom događa bez riječi – komunikacijom očima, licem, tijelom i držanjem. Kako se ponašati, što je dobro učiniti, a što treba svakako izbjegavati? Kako ispuniti tuđa očekivanja, a ipak</p>	<p>SŠ, S, G</p>

	<p>ostati svoj? Diplome, edukacije i životopis su važni, ali ponekad u odluci prevagnu neke „sitnice“. Koje? Kakve? Što ja stvarno mogu učiniti? Kako dati maksimum od sebe, a ne pretjerati? Kako se dobro pripremiti?</p> <p><i>Obavezna najava na: elizabetagp@gmail.com ili 099 2148 999</i></p>	
<p>18:00 - 19:00</p> <p>OŠ-DG</p> <p>Izložba</p>	<p>More aktivnosti u breškoj rijeci psihologije</p> <p>Mirjana Černeka Mikuličić, Mia Host</p> <p>Izložbom ćemo prikazati primjenu spoznaja iz psihologije u praksi te dati pregled rada psihologa u OŠ "Drago Gervais" Brešca. Izložba će biti edukativnog karaktera jer će sudionici moći saznati o darovitosti, nošenju sa stresom, razvoju pozitivne slike o sebi, kvalitetnom donošenju odluka, razvoju vrlina, kreativnosti, samoregulaciji učenja, unaprjeđenju pažnje i koncentracije, osjetilnom doživljavanju...</p>	<p>OŠ, G</p>
<p>18:00 - 19:30</p> <p>ASK</p> <p>Radionica</p>	<p>Na putu prema nadi</p> <p>Lahorka Jurčić</p> <p>Za roditelje koji tuguju za djetetom ne postoji ime kao što postoji za ženu ili muškarca koji tuguju za mužem ili ženom (udovica/udovac) ili za dijete koje je ostalo bez roditelja (siročće). Nepostojanje imena kao da opisuje muk, tihu i nepodnošljivu patnju ljudi koji žive među nama i često se, nakon gubitka djeteta, u samoći suočavaju s nazamislivom boli, očajem, ljutnjom, nepravdom, stigmom, besmisлом, osjećajem opustošenosti, osakaćenosti i beskrajnim nizom pitanja. Na inicijativu tugujućih roditelja Ive i Damira Brguljana iz Rijeke, roditelje koji žaluju za djetetom pozivamo u ovu grupu koja u ime neprolazne ljubavi traži put prema nadi.</p> <p><i>Obavezna najava na: Iva Blažević Brguljan, 098 639 910</i></p>	<p>PG</p> <p>Tugujući roditelji</p>
<p>18:30 - 19:15</p> <p>FFRI</p> <p>Interaktivno predavanje</p>	<p>Odrastanje u "virtualnim dvorištima" - koliko je malo "još samo malo" i jesu li influenceri preuzeli ulogu roditelja?</p> <p>Ana Goleš, Danijela Vuković Lerga</p> <p>U današnje vrijeme digitalizacije i brzih tehnoloških promjena djeca sve više preuzimaju dominantnu ulogu dok primaran izvor zabrinutosti roditelja predstavlja vrijeme koje djeca i adolescenti provode u "virtualnim dvorištima". Svakodnevna praksa i rad s pacijentima i njihovim roditeljima ukazuju da je izloženost sve intenzivnija, a utjecaj "virtualnog svijeta" na funkcioniranje djece i mladih sve veći. Sklapanje prijateljstva i osjećaj prihvaćenosti u društvu postaju uvjetovani brojem skupljenih lajkova i komentara na objavljenoj slici, a ono što je nekada bilo druženje u</p>	<p>G</p>

	<p>parkovima i na školskim igralištima danas se sve češće odvija putem društvenih mreža koje postaju središte zbivanja među vršnjacima.</p> <p><i>Obavezna najava na: ana.goles2312@gmail.com</i></p>	
petak, 21. veljače 2020.		
<p>09:00 - 11:00</p> <p>DV-GA</p> <p>Radionica</p>	<p>Upoznaj sebe (jačanje osobnih kompetencija - vrijednost suvremenog odgajatelja)</p> <p>Ivana Sošić Antunović</p> <p>Radionica je namijenjena odgajateljima predškolske djece. Kontinuiranim podizanjem svijesti o samome sebi jačamo kompetencije koje i u osobnom i u profesionalnom smislu pridonose kvalitetnijim međuljudskim odnosima. Na radionici će kroz niz aktivnosti i vježbi sudionici moći steći dublji uvid u neke dimenzije vlastite osobnosti. Također, kroz grupnu podršku osnažit će se za daljnji osobni i profesionalni rast i razvoj.</p> <p><i>Obavezna najava na: ivana.sosic-antunovic@rivrtici.hr</i></p>	<p>PG</p> <p>Odgajitelji DV Sušak</p>
<p>10:00 - 14:00</p> <p>KORZO</p> <p>Prodajno promotivni štand</p>	<p>Promotivni i prodajni štand u humanitarne svrhe</p> <p>Maša Komadina, Silvija Šikić, Katarina Banov</p> <p>Rijeka psihologije i ove godine ima humanitarni karakter. Prodajom promotivnih predmeta prikupljat će se sredstva za Podcentar predškolskog odgoja „Maestral“ za nabavu opreme za rad s djecom s poremećajima iz spektra autizma. Magnete i privjeske sa zanimljivostima iz psihologije, držače za mobitele, rašpice za nokte, mozgalice, krpice za naočale s logom manifestacije te neke druge predmete možete kupiti na našem prodajno-promotivnom štandu. Osim kupnjom promotivnih predmeta u ovu se akciju možete uključiti i uplatom sredstava na žiro-račun Filozofskoga fakulteta, koji se vodi u Zagrebačkoj banci (IBAN: HR9123600001101536455, poziv na broj: 70505505759-06, svrha uplate: Humanitarna akcija).</p>	<p>G</p>
<p>12:00 - 16:30</p> <p>OŠ-TF</p> <p>Tribina</p>	<p>Inkluzija djece s teškoćama u razvoju u redovne škole, razmjena iskustava</p> <p>Renata Lisac, Jelena Mance Ljubobratović, Maja Dragoslavić, Ivona Topić Rački, Božana Blašković, Marija Tomić, Bruna Mihelčić Fak, Dubravka - Anka Veršić, Jasmina Kardoš, Renata Lisac, Ivanka Pejić</p> <p>Najnoviji statistički podaci ukazuju na porast djece s teškoćama u redovnim osnovnim školama Gorskog kotara. Ne samo da se</p>	<p>PG</p> <p>Školski djelatnici</p>

	<p>povećava brojno stanje, već je uočena pojava težih smetnji koje zahtijevaju rad s djecom po posebnim nastavnim programima, čega do sada nije bilo. S obzirom da nemamo mnogo iskustava u radu s djecom s težim smetnjama, smatramo potrebnim razmjenjivati međusobna iskustva, educirati se kako bi prihvat ove djece u redovne škole bio što uspješniji. Dakle, smisao skupa je razmijeniti iskustva, steći nova saznanja i ideje. Također i istaknuti svoje potrebe.</p> <p><i>Obavezna najava na: ured@os-itrohar-fuzine.skole.hr</i></p>	
<p>13:00 - 14:00</p> <p>FFRI</p> <p>Predavanje</p>	<p>Aplikacija za mozak - različiti utjecaji prekomjernog korištenja smartphonea kod djece i mladih</p> <p>Joško Jurman</p> <p>Koliko vremena dnevno potrošite na korištenje svog mobitela ili tableta? Koliko to čine vaša djeca ili prijatelji? Jeste li nekad primijetili da ne možete bez svog mobitela ili da se osjećate loše ako vam je nedostupan? U ovom predavanju govorit će se o različitim (štetnim) utjecajima prekomjernog korištenja pametnih uređaja - mobitela, tableta i sl. Kroz predavanje sudionici će se moći informirati o biološkim, psihološkim i socijalnim faktorima, primarno kod djece i mladih, u kontekstu razvijanja i održavanja nepoželjnih ponašanja nastalim kao rezultat sve većeg oslanjanja na pametne uređaje.</p>	<p>SŠ, S, G, PG</p> <p>Roditelji</p>
<p>13:15 - 14:00</p> <p>OŠ-Č</p> <p>Radionica</p>	<p>Radionica o pravima djeteta</p> <p>Barbara Kalebić Maglica, Veronika Baf, Ivana Božić, Martina Červar, Ivana Ivančić</p> <p>Generalna skupština Ujedinjenih naroda usvojila je 1989. godine Konvenciju o pravima djeteta. Radi se o dokumentu kojim se priznaju prava djece u cijelom svijetu. Želja je bila stvarati svijet kakav djeca trebaju i zaslužuju, a naglasak se stavlja na dobrobit djeteta i njegove najbolje interese. Konvencija obvezuje sve države potpisnice da na taj način postupaju u svim slučajevima koji se tiču djece. S ciljem obilježavanja 30. rođendana Konvencije o pravima djeteta, u Osnovnoj školi Čavle održat će se radionica na temu Dječjih prava s učenicima drugih razreda. Kroz igru i raspravu učenici će se upoznati s dječjim pravima i Konvencijom o pravima djeteta. Razgovarat će se o situacijama kada je došlo do kršenja dječjih prava te o tome kome se i kako mogu obratiti radi zaštite svojih prava.</p>	<p>OŠ, PG</p> <p>Učenici drugih razreda Osnovne škole Čavle</p>
<p>15:00 - 16:00</p> <p>DND-O</p> <p>Diskusija/debata</p>	<p>Što mi pomaže u učenju?</p> <p>Ana Jantolek</p> <p>Učenje je složen proces usvajanja novih informacija. Važnu ulogu u procesu učenja predstavlja način na koji osoba procesira informacije. Pronaći koji nam stil najviše odgovara od</p>	<p>OŠ</p>

	<p>velike je važnosti za uspješno učenje. Sudionici diskusije, dječji vijećnici DGV-a Opatija, razgovarat će o tome što im najviše pomaže u učenju, koje metode učenja koriste, a zaključke razgovora ćemo objediniti u informativnoj brošuri o tome što može pomoći u učenju.</p> <p><i>Obavezna najava na: dnd.opatija@gmail.com, 091 531 0070</i></p>	
<p>16:00 - 17:00</p> <p>OŠ-MB</p> <p>Radionica</p>	<p>Pronađimo zamke u tvom učenju</p> <p>Nataša Šepić Adamec, Danijela Perić Kosović</p> <p>Puno je razloga koji mogu utjecati na teškoće i probleme učenja. Neke probleme se vrlo brzo i lako otkrije, a potom i riješi. Međutim, ponekad se problemi učenja čine preteškim i prevelikim, jednostavno nerješivim. Kroz radionicu ćemo pokušati otkriti nove i bolje načine rješavanja problema učenja kroz pronalazak zamki odnosno pogrešaka koje činiš u učenju. Važno je znati da postoji povezanost između onog što misliš, kako se osjećaš i što činiš. Raditi ćemo zajedno, u grupi, skupljati ideje i pronalaziti načine da zamki učenja bude što manje.</p> <p><i>Obavezna najava na: natasa.sepic-adamec@skole.hr</i></p>	<p>OŠ, PG</p> <p>Učenici 5. razreda osnovne škole</p>
<p>16:00 - 17:00</p> <p>OŠ-P</p> <p>Radionica</p>	<p>Dar mal (daroviti malci)</p> <p>Nada Kegalj</p> <p>Učenici od 8 do 12 godina bit će igrači u pustolovnoj igri u kojoj će rješavati zagonetke, koristeći tragove i razne strategije. Učenicima - igračima se zada određeno vremensko ograničenje od 40 minuta kako bi otkrili ključ za izlazak iz sobe. Igre su postavljene na različitim izmišljenim mjestima. Za starije učenike i odrasle osobe igra je slična, ali prilagođena uzrastu. Ovom igrom razvija se logičko i kreativno mišljenje, suradnički odnos i najvažnije, igra je dobra zabava. Aktivnost se održava u tri termina u 16, 17 i 18h.</p> <p><i>Obavezna najava na: nadakegalj@yahoo.com ili 098 594 721</i></p>	<p>OŠ, SŠ, S, G</p>
<p>16:00 - 20:00</p> <p>ZTC</p> <p>Prodajno promotivni štand</p>	<p>Promotivni i prodajni štand u humanitarne svrhe</p> <p>Gracia Dekanić, Matea Milin, Tamara Mohorić</p> <p>Rijeka psihologije i ove godine ima humanitarni karakter. Prodajom promotivnih predmeta prikupljat će se sredstva za Podcentar predškolskog odgoja „Maestral“ za nabavu opreme za rad s djecom s poremećajima iz spektra autizma. Magnete i privjeske sa zanimljivostima iz psihologije, držače za mobitele,</p>	<p>G</p>

	<p>rašpice za nokte, mozgalice, krpice za naočale s logom manifestacije te neke druge predmete možete kupiti na našem prodajno-promotivnom štandu. Osim kupnjom promotivnih predmeta u ovu se akciju možete uključiti i uplatom sredstava na žiro-račun Filozofskoga fakulteta, koji se vodi u Zagrebačkoj banci (IBAN: HR912360001101536455, poziv na broj: 70505505759-06, svrha uplate: Humanitarna akcija).</p>	
<p>17:00 - 18:00</p> <p>PP-ZKR</p> <p>Interaktivno predavanje</p>	<p>Holistički pristup u liječenju pretilosti kod djece</p> <p>Zrinka Korotaj Rožmanić</p> <p>Pretila se djeca često osjećaju stigmatizirana, ismijavana, potištena. Okolina, roditelji pa i liječnici ne prepoznaju ozbiljnost problema koje može izazvati pretilost te ovaj problem ne stavljaju na listu zdravstvenih prioriteta. Predavanje će prikazati program radionica za zdravo mršavljenje i mijenjanje životnih navika djece koje sa višegodišnjem iskustvom provode zajedno spec. pedijatar gastroenterolog, nutricionista, fizioterapeuti i psiholog. Prezentirat će se način rada, sveobuhvatni plan i program koji obuhvaća holistički pristup kontroli zdravlja; prehrana, tjelovježba i psihološka podrška za djecu i njihove obitelji. Također prezentirat će se dosadašnjih rezultati ovog programa u borbi sa pretilošću kod djece.</p> <p><i>Obavezna najava na: zrinka.korotaj@ri.t-com.hr, 091 518 7057</i></p>	G
<p>17:00 - 18:00</p> <p>PSQ</p> <p>Interaktivno predavanje</p>	<p>Stop perfekcionizmu!</p> <p>Tijana Debelić</p> <p>Ako vas pokreće velika želja za uspjehom (a istovremeno se jako bojite neuspjeha), ne uspijevate dobro obaviti svoj posao (uvijek bi moglo bolje!), često ste razočarani ljudima s kojima živite i radite i sami sobom...upali ste u zamku perfekcionizma. Vjerujete da perfekcionizam ima pozitivni aspekt jer vas tjera na potragu za savršenstvom? Odlično, molim vas da odmah razmislite i da dodijelite mjernu jedinicu pojmu savršenstva. Ne uspijevate ga izmjeriti? Previše apstraktan? Upravo u tome i jest problem! Naravno da je pozitivno stremiti prema boljem. Ali priznajte, često ga ne dostižete zbog velikog straha od neuspjeha. Ili kada uspijete niste (dugo) zadovoljni. Vi zapravo nikada niste ni postavili ljestvicu, sve što znate je da se ona uvijek nalazi malo (puno) više od onog gdje ste sada.</p> <p><i>Obavezna najava na: info@psiqonsult.com ili 095 821 7232</i></p>	G
<p>17:00 - 18:30</p> <p>PP-RB</p>	<p>Ples u dvoje - kako oblikujemo i negujemo partnerski odnos</p>	G, PG Parovi

Interaktivno predavanje	<p>Rebeka Bulat</p> <p>Interaktivno se predavanje oslanja na koncepte Emocionalno fokusirane terapije za parove. Glavni problemi s kojima se parovi susreću vezani su uz temeljni gubitak sigurne emocionalne povezanosti te ponavljajući uzorak negativnih interakcija koje potiču i odražavaju ovaj gubitak. U potrazi za bliskošću, želji za rješavanjem konflikata, ponašanja su često zasjenjena kritikama, ljutnjom, ili pak izoliranjem, hladnoćom. Takve interakcije samo pogoršavaju već narušeno povjerenje i dodatno aktiviraju partnerovu ranjivost. Emocionalno fokusirana terapija pomaže u razumijevanju i kontroliranju ovog neugodnog plesa kojeg par zajedno kreira, kako bi novi ples odražavao ritam ljubavi, suosjećanja, povezanosti. Emocije su snažna sila moguće promjene, a ne samo manifestacija poteškoća u odnosu.</p> <p><i>Obavezna najava na: info@psiholog-rebeka-bulat.hr</i></p>	
18:00 - 19:00 DV-CM Radionica	<p>Tata, mama i ja, bez stresa!</p> <p>Irena Križanec, Veronika Kostrenčić</p> <p>S obzirom na sve brži tempo života roditelja, a tako i njihove djece, prisutnost stresa u svakodnevnom životu se stalno povećava te obuhvaća cijelu obitelj. Utjecaj stresa kroz kratko vrijeme može biti dobar - motivira nas da obavimo nešto što inače odugovlačimo, stvara osjećaj budnosti. No kada stres traje dulje vrijeme, organizam postaje manje otporan na njegove učinke. Posljedice stresa mogu biti umanjene raznim zaštitnim faktorima, a među njima je najvažnija socijalna podrška i dobri odnosi u obitelji. Također je dobro biti upoznat i sa tehnikama opuštanja, te ih svakodnevno koristiti. Iz tog razloga ova radionica namijenjena je djeci i njihovim roditeljima kako bi upoznali jednostavne tehnike opuštanja te se zajedno sudjelovali u učenju i igri koji će biti korisni za cijelu obitelj.</p>	PŠ, PG Djeca i roditelji iz vrtića Cvrčak i mrav
18:00 - 19:30 SAC Promocija	<p>Psihologija i medicina u braku - kako to funkcionira?</p> <p>Darko Sambol, Silvija Zec Sambol</p> <p>Ljude najviše zanima kako biti zdrav, živjeti ispunjen i kreativan život, kako se nositi sa stresom i kako iskoristiti svoje mogućnosti na najbolji mogući način. U našem radu kombiniramo različita znanja, vještine i tehnike iz medicine i psihologije (različitih psiholoških pravaca) i na taj način pomažemo ljudima u cjelovitom pristupu zdravlju i postizanju ravnoteže privatno/poslovnog života. Upoznat ćemo Vas koje su dobrobiti rada na sebi i svojim potencijalima, kako očuvati zdravlje i živjeti život punim plućima. Obavezna je najava na 091 251 83 84.</p>	G

	Obavezna najava na: 091 251 8384	
18:00 - 19:30 VA Tribina	<p>"Draga Nevoljo, hvala ti na svemu!" - uloga zahvalnosti u suočavanju sa stresom</p> <p>Sanja Bradić, Sanja Marušić</p> <p>Kroz iznošenje osobnih iskustava gostiju i znanstvenih spoznaja iz područja pozitivne psihologije, ova debata ima za cilj poticanje na svjesnost o osobnim snagama kao i kapacitetima za njihov razvoj te svjesnost o zahvalnosti kao emociji presudnoj u procesu suočavanja sa stresnim životnim događajima i procesu oporavka od traume. Ljekovitost ove složene emocije u našem životu očituje se kroz mogućnost transformacije autodestruktivnih emocija u one ugodne koje nas, ukoliko to doživimo, mogu poticati na altruistična ponašanja, ali i omogućavaju oporavak od doživljenih stresnih životnih događaja i traume. Neka istraživanja potvrđuju njezinu "ljekovitost" kroz doprinos mentalnom i tjelesnom zdravlju te općenito osjećaju dobrobiti.</p>	G
18:00 - 20:00 KMRI Predavanje	<p>Transakcijska analiza u svakodnevnom životu - teorija i praksa, iskustva polaznika treninga TA 101</p> <p>Maja Pavlov</p> <p>Interaktivno predavanje 'TA u svakodnevnom životu' bazirano je na osnovnim postavkama transakcijske analize, koja jeste teorija ličnosti i psihoterapijska metoda, koja je primenjena širom sveta. Osnovni aksiomi TA počivaju na tome da su ljudi ok i kao takvi mogu da misle i donose sopstvene odluke. Takođe, TA bazira svoju praksu na krajnjem cilju svakog efikasnog psihoterapijskog delovanja, a to je autonomija ličnosti. Tri osnovna stuba mentalnog zdravlja biće stavljena u fokus predavanja, sa nekoliko mini eksperimenata radioničarskog tipa: Ljudi mogu da dosegnu svesnost, (tj. da misle svojom glavom), spontanost (da osećaju osećanja) i kapacitet za bliskost (tj. da budu sposobni da se povezuju i ulaze u bliske odnose različitog nivoa). Od ove tri sposobnosti zavisiće i kvalitet života.</p>	G
subota, 22. veljače 2020.		
10:00 - 11:30 GK-NČ Radionica	<p>Plivaj, samo plivaj... - strategije za smanjenje izgaranja na poslu i povećanje samomotivacije</p> <p>Sanja Jurjako, Nina Radović</p> <p>Umorni ste, nezadovoljni i emocionalno iscrpljeni od previše obaveza i stresova na vašem radnom mjestu? Otprilike jedan od tri radnika u Europi, dakle više od 40 milijuna ljudi, izvještava o stresu na radnom mjestu. Većina treninga za ovladavanje stresom izvor problema nalazi u radnoj okolini. Kada definiramo</p>	G

	<p>problem i rješenje problema izvan sebe – kao nešto izvanjsko što se treba promijeniti kako bi se mi bolje osjećali ili bili sretni – postajemo žrtve tih vanjskih okolnosti. Uglavnom toga nismo niti svjesni jer nas nitko nije naučio da se ponašamo drugačije. U ovoj radionici pomoću tehnika koje se temelje na principima kognitivno-bihevioralne terapije naučit ćemo kako staviti fokus i energiju na ono što možemo kontrolirati – vlastite emocionalne reakcije.</p> <p><i>Obavezna najava na: smohorovicic@yahoo.com ili nina.radovic1@yahoo.com</i></p>	
<p>10:00 - 12:00</p> <p>UDP</p> <p>Radionica</p>	<p>Životinje - naši prijatelji i učitelji</p> <p>Tamara Sremec, Jasmina Kardoš</p> <p>Životinje su pratitelji u ljudskim životima od najranijih dana i naš se odnos kroz povijest mijenjao. Unazad pola stoljeća počinje se razvijati i istraživati područje pozitivnog utjecaja životinja na psihičko zdravlje čovjeka. U novije vrijeme razvija se i područje uključivanja životinja u programe poboljšanja kvalitete života i terapijske procese jer interakcija između čovjeka i životinja povoljno djeluje na psihičko zdravlje čovjeka a naročito djece. Uključivanje životinja u edukativni ili terapijski proces u radu s djecom pomaže razvoju odgovornosti, samopouzdanja, socijalnih vještina, emocionalne samoregulacije, kontroli impulzivnosti te potiče na vježbanje i igru. Tijekom radionice sudionici će iskustveno doživjeti pozitivne učinke interakcije s terapijskim psom i konjem.</p> <p><i>Obavezna najava na: udruga.dp@gmail.com ili 098 464 755</i></p>	<p>PG</p> <p>Djeca predškolske i školske dobi s roditeljima</p>
<p>10:00 - 14:00</p> <p>OM</p> <p>Radionica</p>	<p>Vježbe mindfulnessa u prirodi</p> <p>Nataša Jelenić Herega</p> <p>U današnje vrijeme užurbanosti od iznimne je važnosti usporiti, uhvatiti trenutak za sebe, doživjeti ga što intenzivnije, svim svojim osjetilima. Kultiviranje usredotočene svjesnosti (mindfulnessa) uči nas upravo tome: s namjerom se usredotočiti na sadašnji trenutak s potpunim prihvaćanjem tog iskustva. Istraživanja pokazuju kako je umijeće toga usko povezano s brojnim dobrobitima po naše psihičko i fizičko zdravlje. Ova radionica uključuje nezahtjevno planinarenje okolicom Matulja tijekom koje ćemo zajedno vježbati: hodati svjesno, usredotočeno promatrati ono što nas okružuje, osluškivati zvukove, mirisati zrak, "biti" u prirodi i s prirodom... i naravno, disati u tišini, jedni pored drugih, osvježavajući osjećaje i senzacije koje se izmjenjuju iz trenutka u trenutak.</p>	<p>G</p>

<p>10:00 - 14:00</p> <p>KORZO</p> <p>Prodajno promotivni štand</p>	<p>Promotivni i prodajni štand u humanitarne svrhe</p> <p>Maša Komadina, Silvija Šikić, Katarina Banov</p> <p>Rijeka psihologije i ove godine ima humanitarni karakter. Prodajom promotivnih predmeta prikupljat će se sredstva za Podcentar predškolskog odgoja „Maestral“ za nabavu opreme za rad s djecom s poremećajima iz spektra autizma. Magnete i privjeske sa zanimljivostima iz psihologije, držače za mobitele, rašpice za nokte, mozgalice, krpice za naočale s logom manifestacije te neke druge predmete možete kupiti na našem prodajno-promotivnom štandu. Osim kupnjom promotivnih predmeta u ovu se akciju možete uključiti i uplatom sredstava na žiro-račun Filozofskoga fakulteta, koji se vodi u Zagrebačkoj banci (IBAN: HR9123600001101536455, poziv na broj: 70505505759-06, svrha uplate: Humanitarna akcija).</p>	<p>G</p>
<p>12:00 - 18:00</p> <p>ZTC</p> <p>Prodajno promotivni štand</p>	<p>Promotivni i prodajni štand u humanitarne svrhe</p> <p>Gracia Dekanić, Matea Milin, Tamara Mohorić</p> <p>Rijeka psihologije i ove godine ima humanitarni karakter. Prodajom promotivnih predmeta prikupljat će se sredstva za Podcentar predškolskog odgoja „Maestral“ za nabavu opreme za rad s djecom s poremećajima iz spektra autizma. Magnete i privjeske sa zanimljivostima iz psihologije, držače za mobitele, rašpice za nokte, mozgalice, krpice za naočale s logom manifestacije te neke druge predmete možete kupiti na našem prodajno-promotivnom štandu. Osim kupnjom promotivnih predmeta u ovu se akciju možete uključiti i uplatom sredstava na žiro-račun Filozofskoga fakulteta, koji se vodi u Zagrebačkoj banci (IBAN: HR9123600001101536455, poziv na broj: 70505505759-06, svrha uplate: Humanitarna akcija).</p>	<p>G</p>
<p>16:00 - 20:00</p> <p>ZTC</p> <p>Prodajno promotivni štand</p>	<p>Promotivni i prodajni štand u humanitarne svrhe</p> <p>Gracia Dekanić, Matea Milin, Tamara Mohorić</p> <p>Rijeka psihologije i ove godine ima humanitarni karakter. Prodajom promotivnih predmeta prikupljat će se sredstva za Podcentar predškolskog odgoja „Maestral“ za nabavu opreme za rad s djecom s poremećajima iz spektra autizma. Magnete i privjeske sa zanimljivostima iz psihologije, držače za mobitele, rašpice za nokte, mozgalice, krpice za naočale s logom manifestacije te neke druge predmete možete kupiti na našem prodajno-promotivnom štandu. Osim kupnjom promotivnih predmeta u ovu se akciju možete uključiti i uplatom sredstava na žiro-račun Filozofskoga fakulteta, koji se vodi u Zagrebačkoj banci (IBAN: HR9123600001101536455, poziv na broj: 70505505759-06, svrha uplate: Humanitarna akcija).</p>	<p>G</p>
<p>nedjelja, 23. veljače 2020.</p>		

<p>12:00 - 18:00</p> <p>ZTC</p> <p>Prodajno promotivni štand</p>	<p>Promotivni i prodajni štand u humanitarne svrhe</p> <p>Gracia Dekanić, Matea Milin, Tamara Mohorić</p> <p>Rijeka psihologije i ove godine ima humanitarni karakter. Prodajom promotivnih predmeta prikupljat će se sredstva za Podcentar predškolskog odgoja „Maestral“ za nabavu opreme za rad s djecom s poremećajima iz spektra autizma. Magnete i privjeske sa zanimljivostima iz psihologije, držače za mobitele, rašpice za nokte, mozgalice, krpice za naočale s logom manifestacije te neke druge predmete možete kupiti na našem prodajno-promotivnom štandu. Osim kupnjom promotivnih predmeta u ovu se akciju možete uključiti i uplatom sredstava na žiro-račun Filozofskoga fakulteta, koji se vodi u Zagrebačkoj banci (IBAN: HR9123600001101536455, poziv na broj: 70505505759-06, svrha uplate: Humanitarna akcija).</p>	<p>G</p>
<p>17:00 - 18:35</p> <p>OŠ-IM, Učionica 3.a razreda</p> <p>Radionica</p>	<p>Šah mat u odgoju</p> <p>Tanja Tuhtan Maras, Andrea Bačić-Pavat</p> <p>Tijekom odrastanja roditelji koriste različite načine odgoja djeteta, odnosno različite odgojne stilove. Jedan od najvažnijih zadataka roditelja je odgojiti dijete koje će se moći prilagoditi, socijalizirati i uspješno živjeti u svojoj zajednici. Obiteljsko okruženje važan je okvir u kojemu se dijete razvija, raste, formira svoje stavove i vrijednosti. Kvalitete koje čine dobrog roditelja nisu urođene već se stječu tijekom života. Na radionici roditelji će osvijestiti utjecaj odgojnih stilova na razvoj djeteta, iskustveno osvijestiti prednosti i nedostatke svog stila roditeljstva te planirati kako ga unaprijediti.</p> <p><i>Obavezna najava na: 098 962 8065</i></p>	<p>PG</p> <p>Roditelji učenika trećih razreda osnovne škole</p>

PUBLIKA (kratice)

G	Građani različite dobi
OŠ	Osnovnoškolci
PG	Posebna grupa
PŠ	Predškolci
SŠ	Srednjoškolci
S	Studenti
U	Umirovljenici

MJESTO (kratice)

AKVARIJ	Caffe bar Kampus (Akvarij), Radmile Matejčić 5, Rijeka
CIRCOLO	Circolo - Zajednica Talijana u Rijeci, Uljarska ulica 1, Rijeka
TIĆ	Dječji dom "Tić" Rijeka, Beli Kamik 11, Rijeka
DV-CM	Dječji vrtić Cvrčak i mrav, Kičeri BB, Bribir
DV-C	Dječji vrtić Cvrčak Mali Lošinj, Omladinska 14, Mali Lošinj
DV-C-N	Dječji vrtić Cvrčak, Područno odjeljenje Nešpula, Veli Lošinj, Vladimira Gortana 2.
DV-F	Dječji vrtić Fijolica, Lokvica 4, Novi Vinodolski
DV-GA	Dječji vrtić Galeb, Kvaternikova 60, Rijeka
DV-GI	Dječji vrtić Girice, Šetalište 20. travnja 52 i 54, Cres
DV-K	Dječji vrtić Krnjevo, Karasova 4, Rijeka
DV-M	Dječji vrtić Maestral, Kozala 47a, Rijeka
DV-O	Dječji vrtić Opatija, Ulica Antona Mihića 5a, Opatija
DV-P	Dječji vrtić Potok, Josipa Završnika 3, Rijeka
DV-S	Dječji vrtić Srdoči, Srdoči 55, Rijeka
DV-V	Dječji vrtić Viškovo, Vozišće 19d, Viškovo
DV-VN	Dječji vrtić Vladimir Nazor, Skalini istarskog tabora 1, Kastav
	Dom kulture "Matija Mažić" Bakar, Palada bb, Bakar
DUSUŠ	Dom učenika Sušak, Drage Gervaisa 34, Rijeka
DOO-T	Dom za odrasle osobe Turnić, Ul. Giuseppea Carabina 6, Rijeka
DND-O	Društvo "Naša djeca" Opatija, St. Lipovica 2, Opatija
FFRI	Filozofski fakultet u Rijeci, Sveučilišna Avenija 4, Rijeka
GK-NČ	Gradska knjižnica Rijeka – Narodna čitaonica,

	Korzo 24, Rijeka
GK-T	Gradska knjižnica Rijeka – Ogranak Trsat, Trg Viktora Bubnja, Rijeka
GK-SOM	Gradska knjižnica Rijeka – Središnji odjel Modello, Matije Gupca 23, Rijeka
HKD	Hrvatski kulturni dom na Sušaku, Strossmayerova 1, Rijeka
HZZ	Hrvatski zavod za zapošljavanje Regionalni ured Rijeka, Bulevard oslobođenja 14, Rijeka
KOŠ-JP	Katolička osnovna škola "Josip Pavličić", Omladinska 14, Rijeka
KMRI	Klub mladih Rijeka, Ul. Erazma Barčića 9A, Rijeka
KS	Klub Sušačana, Ul. Franje Račkoga 1/B, Rijeka
KORZO	Korzo, Rijeka, Korzo, Rijeka
SŠ-M	Medicinska škola u Rijeci, Braće Branchetta 11a, Rijeka
OM	Općina Matulji (ispred zgrade), Trg Maršala Tita 11, Matulji Osnovna škola "Dr. Andrija Mohorovičić" Matulji, Šetalište Drage Gervaisa 2, Matulji
OŠ-MB	Osnovna škola "Milan Brozović", Kastav, Skalini Istarskog tabora 3, Kastav
OŠ-DG	Osnovna škola Drago Gervais Brešca, Brešca 6, Jurdani
OŠ-FKF	Osnovna škola Fran Krsto Frankopan Krk, Područna škola Punat, Pod topol 18, Punat
OŠ-IM	Osnovna škola Ivana Mažuranića, Lokvica 2, Novi Vinodolski
OŠ-TF	Osnovna škola Ivanka Trohar Fužine, Breg 124a, Fužine
OŠ-NT	Osnovna škola Nikola Tesla, Trg Ivana Klobučarića 1, Rijeka
OŠ-P	Osnovna škola Podmurvice, Podmurvice 6, Rijeka
OŠ-S	Osnovna škola Srdoči, Ulica Ante Modrušana 33, Rijeka

OŠ-T	Osnovna škola Trsat, Slavka Krautzeka 23, Rijeka
OŠ-VCE	Osnovna škola Viktora Cara Emina, Ulica 9. rujna 4, Lovran
OŠ-VN	Osnovna škola Vladimira Nazora, Vinodolska 12, Crikvenica
OŠ-Č	Osnovna škola Čavle, Čavja 47, Čavle
PP-AČN	Privatna psihološka praksa Abramić Čehić Neli, Martinkovac 143a, Rijeka
PP-RB	Privatna psihološka praksa Rebeka Bulat, Adamićeva 24, 2. kat, Rijeka
PP-ZKR	Privatna psihološka praksa Zrinka Korotaj Rožmanić, Vrh Martinščice 83 b, Kostrena
SŠ-PSHG	Prva sušačka hrvatska gimnazija u Rijeci, Gajeva 1, Rijeka
PSQ	Psi Qonsult, obrt za savjetovanje, Scarpina 5, 3. kat, Rijeka
PSISANO	Psi sano, Strossmayerova 18, Rijeka
SAC	Sambol Consulting, ul. Nikole Tesle 1, Rijeka
GEA	Savjetovalište Gea - Udruga Terra, Krešimirova 12 (2. kat), Rijeka
SAVSM	Savjetovalište Smokvina, Korzo 32, Rijeka
S-SVA	Savjetovalište Sv. Ana, Osiječka 84a, Rijeka
SOS	SOS Rijeka, Verdijeva 11, 1. kat, Rijeka
SŠ-AH	Srednja škola Ambroza Haračića Mali Lošinj, Omladinska 12, Mali Lošinj
SŠ-HKT	Srednja škola Hrvatski kralj Zvonimir, Vinogradska 3, Krk
SVKRI	Sveučilišna knjižnica Rijeka – Dvorana Glagoljica, Dolac 1, Rijeka
TEHRI	Tehnički fakultet, Vukovarska 58, Rijeka
UDP	Udruga "Dobra priča", Lisac 5, Klana
UOO	Udruga OKOLO na OKOLO, Studentska 4, Rijeka
UZOR	Udruga za zaštitu obitelji UZOR, Blaža Polića 2a, 1. kat, Rijeka

ASK	Ustanova ASK, Moše Albaharija 2, Rijeka
UD-L	Učenički dom Lovran, Ulica 43. istarske divizije 3, Lovran
VGR	Vijećnica Grada Rijeke, Korzo 16, Rijeka
VOM	Vijećnica Općine Matulji, Trg Maršala Tita 11, Matulji
VA	Villa Antonio, Ul. Vladimira Nazora 2, Opatija
ZTC	Zapadni trgovački centar Rijeka, Zvonimirova 3, Rijeka
STEPRI	Znanstveno tehnološki park Step Ri, Radmile Matejčić 10, Rijeka