

MENTALNO ZDRAVLJE BEZ FILTERA

12. LISTOPADA 2026.

12:00–13:55 sati

P1 predavaonica – MEFOS



12:00–12:15 Registracija sudionika

12:15–12:20 Uvod i pozdrav organizatora

Alumni klub MEFOS i
Medicinski fakultet Osijek

12:20–12:35 Mentalno zdravlje studenata medicine:
između očekivanja, stigme i traženja
pomoći

doc. prim. dr. sc. Anamarija
Petek Erić, dr. med.

12:35–12:50 Pokret kao zaštitni čimbenik mentalnog
zdravlja

doc. dr. sc. Petar Šušnjara,
MSc

12:50–13:10 Bez izgaranja i bez prečaca: praktični alati
za stres, ispite i rizične načine suočavanja

izv. prof. dr. sc. Marina Kotrla
Topić, prof. psihologije

13:10–13:25 S druge strane bijele kute: od studenta do
mladog liječnika

Ena Bandov, dr. med.,
specijalizantica psihijatrije

13:25–13:35 Pokretom do relaksacije

Iva Macan, mag. cin.
Klara Findrik, mag. cin.

13:35–13:55 Zajednička rasprava i pitanja studenata

Svi predavači

O SKUPU

Studiranje je razdoblje intenzivnog učenja, osobnog sazrijevanja i visokih očekivanja, zbog čega je briga o mentalnom zdravlju važan dio osobne dobrobiti i budućeg profesionalnog razvoja. Povodom Svjetskog dana mentalnog zdravlja skup otvara prostor za razgovor o stresu, perfekcionizmu, tjelesnoj aktivnosti i zdravim načinima suočavanja, uz osvrt na rizičnu uporabu lijekova, alkohola i drugih psihoaktivnih tvari. Studenti će dobiti znanstveno utemeljene spoznaje i praktične smjernice iz psihijatrijske, psihološke i kineziološke perspektive.

Predavači

doc. prim. dr. sc. Anamarija Petek Erić, dr. med.

specijalistica psihijatrije, KBC Osijek; Medicinski fakultet Osijek, Sveučilište Josipa Jurja Strossmayera u Osijeku

doc. dr. sc. Petar Šušnjara, MSc

predstojnik Centra za istraživanje i dijagnostiku, Kineziološki fakultet Osijek, Sveučilište Josipa Jurja Strossmayera u Osijeku

izv. prof. dr. sc. Marina Kotrla Topić, prof. psihologije

Institut društvenih znanosti Ivo Pilar

Ena Bandov, dr. med.

specijalizantica psihijatrije, KBC Osijek

Iva Macan, mag. cin.

asistent, Kineziološki fakultet Osijek, Sveučilište Josipa Jurja Strossmayera u Osijeku

Klara Findrik, mag. cin.

asistent, Kineziološki fakultet Osijek, Sveučilište Josipa Jurja Strossmayera u Osijeku
