



Datum: 01.12.2017
Medij: Dnevnik
Rubrika: Sport
Autori: naručena objava
Teme: Minaqua

Napomena:
Površina: 289
Tiraž: 10000



Naslov: OK VOJVODINA NS SEME - OK RIBNICA

Strana: 26

SUPERLIGA 2017/18 - OSMO KOLO



IGRAJMO ZAJEDNO

ULAZ BESPLATAN

OK VOJVODINA NS SEME

OK RIBNICA

PETAK, 1. 12. 2017.
18 ČASOVA

MALA SALA
SPC "VOJVODINA"
NOVI SAD

Sponzori:

- Energotehnika Južna Bačka
- Matijević
- Tehnomanija
- ALEKSANDAR GROUP
- PUT-INVEST
- Elixir Zorka
- Bulevar Company
- KARIN INVEST
- ADDIKO BANK
- TEHNOUNION
- DDOR OSIGURANJE
- GODEA MEDIC
- IMPERIAL BUILDING
- unit
- ENERGY-PRO
- PROJECT PHARMACY
- MINAQUA
- Novosadska TV
- DNEVNIK
- PRVIRADIO
- MOTNOVISAL.COM
- PTB
- Radio 021
- tims.
- Copy Center

39844





Naslov: MINAQUA

Datum: 01.12.2017
Medij: VIP Svet
Rubrika: Bez naslova
Autori: naručena objava
Teme: Minaqua

Napomena:
Površina: 1359
Tiraž: 0



Strana: 1,36

STRAŠNO! MILJANA ĆE SVE URADITI DA UBIJE BEBU!

ONAMRZI DECU, NE MOŽE DA VODI RAČUNA NI O SEBI, OTKRIVA KOMŠINICA

ISPOVEST KIJINO DEČKA:

..OŽENIČU SE NJOME ODMAH POSLE ZADRUGE!

JK VELIKI INTERVJU

JK I CEČA SE POKAČILE U SUDNICI!

UMALO PALA KRV!

UPLAŠENI SUDIJA ZVAO POLICIJU!

„CECA JE POKAZALA PRAVO LICE, BILO JE JEZIVO“, OTKRIVA JK!

PLUS... „KAKO SAM JE ISPROVOCIRALA!“

MAJKA OČAJNA: JELENA NE ZNA DA OŠTAJEMO BEZ STANA

BOBA ZAPOMAGAO: SPASITE MI ŽENU, NE OTVARA OČI!

GASTOZOV OTAC: NEĆU UNUČE OD NAIDE!

ONA SAMO KORISTI MOG SINA!

DRAMA! PO BRENU DOŠLA HITNA POMOĆ!

00199
9 772334 992009





Naslov: MINAQUA

Datum: 01.12.2017
Medij: VIP Svet
Rubrika: Bez naslova
Autori: naručena objava
Teme: Minaqua

Napomena:
Površina: 1359
Tiraž: 0



Strana: 1,36

SREĆNA SLAVA!
VAŠA

MINAQUA

IZVOR PRIRODNO
RASTVORENOG
JODA





Datum: 04.12.2017

Napomena:

Medij: b92.net

Link: http://www.b92.net/zdravlje/pr.php?yyyy=2017&mm=12&nav_id=1332175

Autori: Redakcija

Teme: Jod

Naslov: Jedan mineral za sveukupno zdravlje - JOD - Zdravlje: PR

Kao musketar iz romana Aleksandra Dime, jedan mineral za sveukupno zdravlje - JOD. Njegove su pare ljubičaste a hrani sve naše ćelije i ima čudesan zdravstveni učinak na celo telo. Nobelovac Albert Sent Đerđi, koji je otkrio vitamin C, nazvao je JOD PANACEA - univeralznim lekom, eliksir života.

Dr Davida Braunštajn u svojoj knjizi „Zašto nam je potreban, zašto ne možemo živeti bez joda“, objašnjava kako jod uništava bakterije, viruse, gljivice, ostarele i maligno promenjene ćelije u našem telu. Jod omogućuje našem telu da detoksikuje teške metale - čak i one jako otrovne kao što su živa i kadmijum, a koje druge metode detoksikacije ne mogu ukloniti.

Dr Lin Farou, je dokumentovala u svom radu kako jod pomaže kod karcinoma dojke i kako sprečava mentalnu zaostalost. Pored toga, nedostatak joda utiče na razvoj mozga, smanjuje sposobnosti učenja kasnije, oštećuje plodnost. Dr. Edvard F. je proučavao metode prirodnog lečenja preko 20 godina i sve ih skupio u knjigu "Sve što treba da znate o jodu".

Uz izuzetak plodova mora, jod se ne nalazi u velikoj meri u drugim namirnicama. Istraživanja pokazuju da se samo 10% joda u jodiranoj soli, potpuno apsorbuje u telu. Prirodno rastvoren jod se nalazi u mineralnoj vodi odakle se i najbolje iskorišćuje. Minimalna dnevna potreba u jodu je 150 mikrograma, a za trudnice i dojilje 300.





Datum: 01.12.2017
Medij: Vršачka kula
Rubrika: Bez naslova
Autori: naručena objava
Teme: Minaqua

Napomena:
Površina: 399
Tiraž: 1944



Naslov: Noć knjige!

Strana: 19



BUDNI UZ KNJIGU
NOĆ KNJIGE

Noć koju ste čekali!
Noć knjige!
15.12.2017. 17-24h

Popusti na **Lagunina** izdanja:

1 knjiga	25%	2 knjige	30%	Gift program	10%
3 knjige	35%	4 i više knjiga	40%	Strana izdanja	20%
				Naslovi domaćih izdavača	20%

Uz kupovinu mnogo iznenađenja! Popusti važe i na www.delfi.rs.

Laguna
Laguna DELFI DELFI SERVIS

Kompletan spisak knjižara u kojima se održava Noć knjige potražite na sajtovima www.laguna.rs i www.delfi.rs.
Navedeni popusti se ne mogu kombinovati sa drugim popustima i akcijama.

Logos of various partner brands: Eurobank, NISKOP, AVON, Persil, Splat, Glaxo, Biotin, MCE, etc.





Datum: 06.12.2017
Medij: Kanal 9
Emisija: Info 19/Kanal 9
Autori: Redakcija
Teme: Minaqua

	Početak:	Kraj:	Trajanje:
Emisija:	06.12.2017 18:55:00	06.12.2017 19:30:00	00:35:00
Prilog:	06.12.2017 19:14:00	06.12.2017 19:16:16	00:02:09

Naslov: Deca daruju deci

Dečijim programom i dodelom paketića, sutra će na SPENS-u biti okončana akcija pod nazivom "Deca deci na dar". Ovu humanitarnu akciju već drugu godinu za redom uspešno organizuje grupa mladih aktivista u saradnji sa novosadskim osnovnim školama "Jovan Popović" i "Sonja Marinković".

Nakon uspešne prošlogodišnje akcije, grupa mladih aktivista iz Novog Sada ponovo je prikupljala paketiće za mališane predškolskog i ranoškolskog uzrasta o kojima se staraju ustanove za brigu o decu.

"Sa nama i ove godine učestvuju osnovne škole Sonja Marinković i Jovan Popović iz Novog Sada i ponovo prikupljamo paketiće za decu štíćenike Sigurne dečje kuće, Dečjeg sela i za decu koja su smeštena u hraniteljske porodice na teritorijama opštine Novi Sad, Beočin i Sremski Karlovci", rekao je Miloš Dugandžija, organizator akcije.

Prošle godine u akciji je prikupljeno 50 paketića, a ove godine se nadaju da će poklonima obradovati 70-oro dece.

"U paketićima uglavnom skupljamo školski pribor, odeću, igračke, nešto što je svakom detetu potrebno i ono što im je korisno za školu", navodi Dugandžija.

Osim poklona, učenici prvih razreda sa svojim učiteljicama i učiteljima iz novosadskih škola sa kojima sarađuju, mališane će obradovati i pismima, čestitkama i likovnim radovima koje su za njih zajednički izradili. Paketići će biti uručeni sutra na SPENS-u, nakon dečjeg programa koji počinje u 11 časova.

"Poziv je otvoren za sve, svako može da dođe. Mi preporučujemo da zbog nekih bezbednosnih razloga, pošto opet očekujemo preko 300 dece ovde, da nam se ljudi jave na mejl decadecinar@gmail.com, kako bismo ih uputili kada i kako da dođu, najbolje u pratnji roditelja", ističu organizatori.

Mališani će sutra uživati u predstavi Čudotvorni izvor, koju je obezbedila kompanija Minakva i animatorskim tačkama, nakon čega će uslediti uručenje paketića.





Datum: 07.12.2017
Medij: Novosadska TV
Emisija: Novosadsko jutro
Autori: Redakcija
Teme: Minaqua

	Početak:	Kraj:	Trajanje:
Emisija:	07.12.2017 06:30:00	07.12.2017 09:05:00	02:35:00
Prilog:	07.12.2017 08:38:00	07.12.2017 08:38:47	00:00:28

Naslov: Poklon od Minakve

Spiker:

Za kraj naše emisije Minaqua će i ovoga jutra dodeliti jedan poklon najbržem gledaocu koji se javi na sledeći broj telefona 021 402 469. A dok vi telefonirate da kažemo ta novosadska kompanija Minaqua ima dugogodišnju tradiciju na domaćem tržištu. Proizvodni asortiman Minaqua-e čine Minaqua gazirana mineralna voda, negazirana mineralna voda Minaqua life, gazirani sokovi Minaqua oranžada i limunada i dečiji sokovi Jodi sa ukusom jabuke i višnje. Sadržaj dragocenog minerala joda i vrhunski kvalitet proizvoda je ono čime se Minaqua-vini proizvodi izdvajaju od drugih. Budite odgovorni prema svom zdravlju, za vašu zdravu i srećnu budućnost. A mi ovim informacijama završavamo naše Novosadsko jutro.





Datum: 08.12.2017
Medij: VIP Svet
Rubrika: Bez naslova
Autori: naručena objava
Teme: Minaqua

Napomena:
Površina: 1439
Tiraž: 0



Naslov: SREĆNA SLAVA!

Strana: 1,27

LUKAS POPOVIČU ZABIO NOŽ U LEĐA! SAD HOĆE DA UNIŠTI ZVEZDE GRANDA!

Broj 200 • Izlazi petkom • 8.12.2017.
CENA: 500 DIN • MNOŠTVO: 500 DIN • MNOŠTVO: 500 DIN
AL. DE: 2,94 • CH. 3,04 • MNOŠTVO: 8,100000 • CH. 3,04 • MNOŠTVO: 8,100000

OTKRIVENA TAJNA!

ZBOG BRACNE KRIZE IDU KOD PSIHOLOGA!

„KAD UDARAMO GLAVOM U ZID, JELENA I JA ZOVEMO NJEGA“, PRIZNAJE NOVAK

PLUS! DŽIM LER OTKRIVA KAKO SU IH PARE UNESREĆILE!

STRASNO!

MACU MOĆNI KRIMINALAC DRŽI KAO ROBA!

„MORA DA MU DA PARE OD ZADRUGE“

„TUKAO JE I PRETIO DA ĆE JOJ UBITI MAJKU“

POSLE HAPŠENJA PROCURILE PORUKE!

ŠOK PREPISKA ALEKSANDRE I TIGRA

SVE PORUKE UNUTRA!

MILJANINA ISPOVEST: „PLAŠIM SE SAMO DA NE IZGUBIM BEBU!“

„IVAN NEK ODLUČI DA LI ĆE BITI KOČKAR I PIJANAC ILI NORMALAN ČOVEK!“





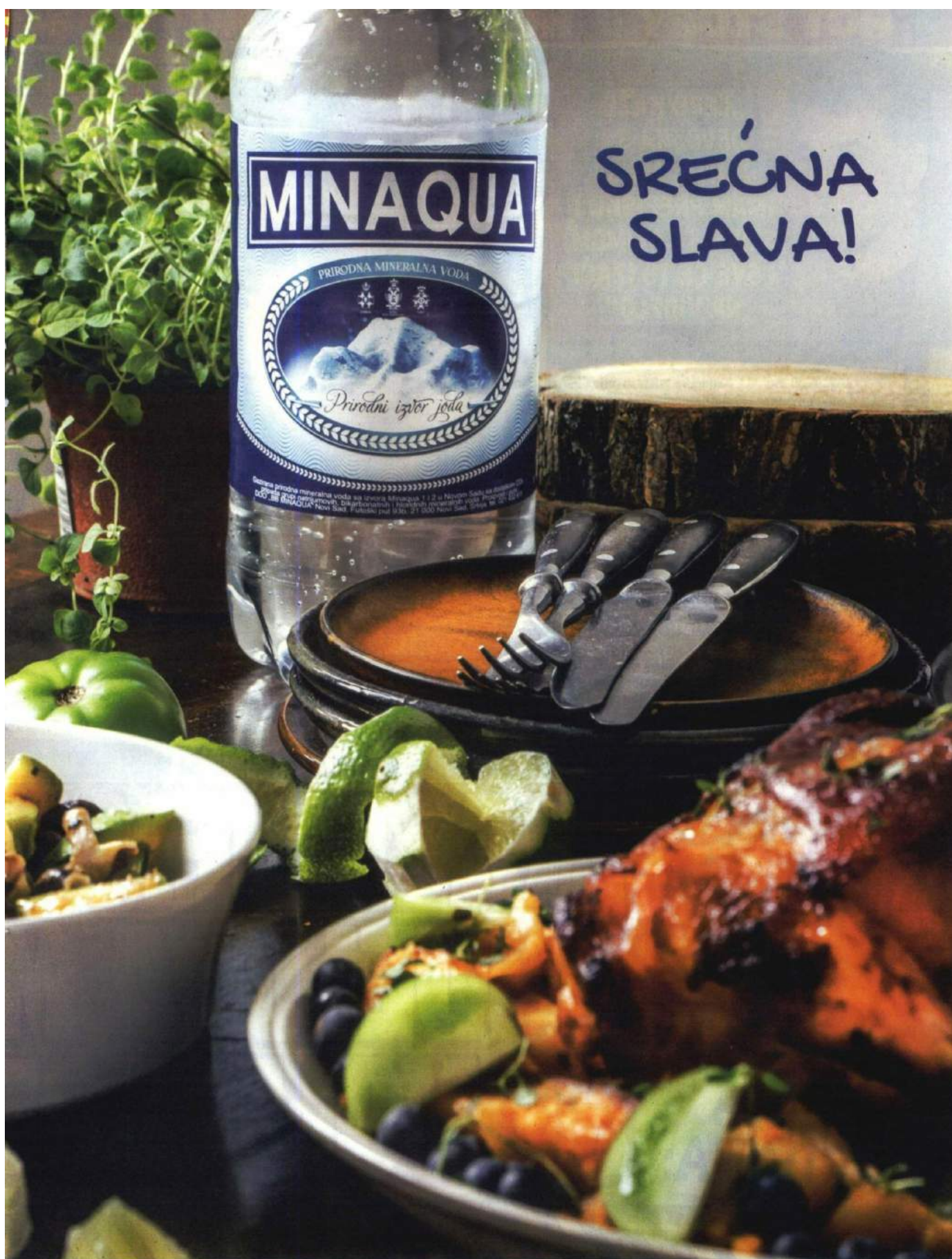
Datum: 08.12.2017
Medij: VIP Svet
Rubrika: Bez naslova
Autori: naručena objava
Teme: Minaqua

Napomena:
Površina: 1439
Tiraž: 0



Naslov: SREĆNA SLAVA!

Strana: 1,27





Datum: 08.12.2017
Medij: Dnevnik
Rubrika: Novosadska hronika
Autori: I. M.
Teme: Minaqua

Naslov: Pomoć za socijalno ugroženu decu

Napomena:
Površina: 139
Tiraž: 10000



Strana: 15

У СКОЛУ ХУМАНИТАРНЕ АКЦИЈЕ

Помоћ за социјално уgroжену децу

У склопу хуманитарне акције „Деца деци на дар“, одржан је дејчи програм и додела пакетића за око 350 малишана, који су уживали у аниматорским тачкама „Хаос аниматора“ и представи „Чудотворни извор“, коју је обезбедила компанија „Минаква“. Прикупљена је и помоћ за више од шездесеторо деце, штићенике Сигурне дејче куће, Дејчег села из Сремске Каменице, као и за децу која бораве у хранитељским породицама на територији општина Нови Сад, Беоцин и Сремски Карловци, узраста

од две до десет година. Прикупљени су школски прибор, одећа, играчке, друштвене игре, средства за личну хигијену, слаткиши и слично.

Ђаци првих разреда основних школа „Јован Поповић“ и „Соња Маринковић“, као и деца из вртића „Гуливер“ су, као и прошле године, осим прикупљањем поклона, заједничким трудом и вољом својих учитељица и васпитачица, правили и писали честитке и ликовне радове, којима су обогатили сваки пакетић.

И. М.





Datum: 08.12.2017
Medij: Hello
Rubrika: Bez naslova
Autori: naručena objava
Teme: Minaqua

Napomena:
Površina: 349
Tiraž: 18311



Naslov: Noć knjige!

Strana: 22

BUDNI UZ KNJIGU
NOĆ KNJIGE

Noć koju ste čekali!

Noć knjige!

15.12.2017.
17-24h

Popusti na **Lagunina** izdanja:

1 knjiga	25%
2 knjige	30%
3 knjige	35%
4 i više knjiga	40%
Gift program	10%

Strana izdanja **20%** Naslovi domaćih izdavača **20%**

Uz kupovinu mnogo iznenađenja!
Popusti važe i na **www.delfi.rs**.

Laguna

Kompletan spisak knjižara u kojima se održava Noć knjige potražite na sajtovima **www.laguna.rs** i **www.delfi.rs**.

NAVEDENI POPUSTI SE NE MOGU KOMBINOVATI SA DRUGIM POPUSTIMA I AKCIJAMA.





Datum: 08.12.2017
Medij: Politikin zabavnik
Rubrika: Bez naslova
Autori: naručena objava
Teme: Minaqua

Napomena:
Površina: 325
Tiraž: 0



Naslov: Noć knjige!

Strana: 28



BUDNI UZ KNJIGU
NOĆ KNJIGE

Noć koju ste čekali!

Noć knjige!

15.12.2017. 17-24h

Popusti na **Lagunina** izdanja:

1 knjiga	25%	2 knjige	30%	Gift program	10%
3 knjige	35%	4 i više knjiga	40%	Strana izdanja	20%
				Naslovi domaćih izdavača	20%

Uz kupovinu mnogo iznenađenja! Popusti važe i na **www.delfi.rs**.

Laguna
Laguna RADOŠEVIĆ
DELFI
DELFI SKVER

Kompletan spisak knjižara u kojima se održava Noć knjige potražite na sajtovima **www.laguna.rs** i **www.delfi.rs**.
NAVEDENI POPUSTI SE NE MOGU KOMBINOVATI SA DRUGIM POPUSTIMA I AKCIJAMA.

2118





Datum: 08.12.2017
Medij: Vršacka kula
Rubrika: Bez naslova
Autori: naručena objava
Teme: Minaqua

Napomena:
Površina: 488
Tiraž: 1944



Naslov: NOĆ KNJIGE!

Strana: 19

BUDNI UZ KNJIGU
NOĆ KNJIGE

Noć koju ste čekali!

Noć knjige!

15.12.2017. 17-24h

Popusti na **Lagunina** izdanja:

1 knjiga	25%	2 knjige	30%	Gift program	10%
3 knjige	35%	4 i više knjiga	40%	Strana izdanja	20%
				Naslovi domaćih izdavača	20%

Uz kupovinu mnogo iznenađenja! Popusti važe i na www.delfi.rs.

Laguna **Delfi** **Delfi**

Kompletan spisak knjigara u kojima se održava Noć knjige potražite na sajtovima www.laguna.rs i www.delfi.rs.

Popusti su isključivo za fizičke osobe i ne mogu biti kombinovani sa drugim popustima i akcijama.





Datum: 11.12.2017

Napomena:

Medij: lepotaizdravlje.rs

Link: <http://www.lepotaizdravlje.rs/zdravlje/oprez-nedostatak-joda-moze-da-uspori-metabolizam/>

Autori: Redakcija

Teme: Jod

Naslov: Opres-nedostatak joda može da uspori metabolizam!

Opres-nedostatak joda može da uspori metabolizam!

By RedakcijaPosted on Dec 11, 2017

Decembar je bogat slavama, slavljima a bogami i kalorijama. Posle toga pokušavamo da se „očistimo” od unutrašnjeg i spoljašnjeg prtljaga. Najbolji „detox” je upravo pijenje puno vode, koja pomaže u ispiranju telesnih zagađivača kroz urin i znoj. Mnogima se dešava da iako vode računa o ishrani i redovno treniraju, rezultati dižete izostanu. Moguće je da te osobe imaju problem sa nedostatkom joda.

U tom slučaju, trebalo bi proveriti nivo joda u organizmu. Ljudi kojima nedostaje ovaj esencijalni mineral imaju različite simptome, među kojima mogu da budu suva kosa, grčevi u mišićima, bledilo, umor, depresija, loša koncentracija. Među pokazateljima nedostatka joda je i teško podnošenje promene vremena i naglog porasta ili pada temperature vazduha. Zbog lošeg, odnosno usporenog metabolizma, koji može da bude izazvan nedostatkom joda, vaga pokazuje višak kilograma, a u organizmu se zadržava voda i stvara celulit.

S obzirom na to da naš organizam ne proizvodi jod, već ga moramo svakodnevno unositi, najbolje bi bilo da se to čini na što prirodniji način. Namirnice koje imaju najviše joda su morske alge i plodovi mora, a može da se nađe i u belom luku, pasulju, blitvi i tikvicama.

Fizičkim vežbama i treniranjem kroz znoj se izbacuje mnogo tečnosti i minerala. Kako bi se na što prirodniji i zdraviji način nadoknadili minerali, najbolje je piti mineralnu vodu bogatu prirodno rastvorenim jodom. Izaberite gaziranu mineralnu vodu, bogatu jodom, i slobodno uživajte, jer ona pomaže u varenju slavskih đakonija.

Zbog lošeg i usporenog metabolizma izazvanog nedostatkom joda, u organizmu se zadržava voda i stvara celulit.





Datum: 13.12.2017

Medij: www.dnevnik.rs

Link: <https://www.dnevnik.rs/novi-sad/mnostvo-posetilaca-na-festivalu-novosadski-je-bit-zdrav-13-12-2017>

Autori: Redakcija

Teme: Minaqua

Napomena:

Naslov: Mnoštvo posetilaca na Festivalu "Novosadski je biti zdrav"

Festival zdravlja, pod sloganom "Novosadski je biti zdrav" u "Studiju M" i pored kiše i hladnoće, privukao je mnoge posetioce. Tridesetak izlagača nudilo je sugrađanima korisne informacije o tome kako da unaprede svoje fizičko stanje, ali i kako najbrže da dođu do potrebne usluge.

"Kao što vidite, izbor je dosta širok, od zdrave hrane i suplemenata do provere nivoa šećera u krvi, pritiska, vida i sluha - rekao je Zoran Zrnić iz "Hipokrat joga studija". - Ovu manifestaciju održavamo u Novom Sadu drugu godinu zaredom po ugledu na beogradski Festival zdravlja, koji se organizuje 18. put, i imamo široku podršku zdravstvenih institucija. "

Najduži red bio je ispred štanda novosadskog Doma zdravlja, čiji su zaposleni uglavnom starijim sugrađanima besplatno merili pritisak i nivo šećera u krvi.

"Došao sam specijalno zbog toga jer otkako mi je šećer nešto povišen, redovno ga kontrolišem - rekao je 75-godišnji Roman Stanču. - Često posećujem manifestacije koje pružaju besplatnu proveru zdravlja, naročito ako su u blizini mesta gde stanujem. Lečim se uglavnom tradicionalno i poštujem savete izabranog lekara. Oni koji naginju alternativnim rešenjima problema mogli su probati homeopatsko sredstvo arniku, koja ublažava bolove pa se koristi čak i prilikom porođaja, togu-jastuke koji otklanjaju tegobe nastale usled dugotrajnog sedenja, biorezonantni aparat koji preko bubne opne prikuplja informacije o energetskom statusu organizma, ali i saznati za terapiju plutanjem kao na površini Mrtvog mora." Foto: Dnevnik.rs U isto vreme, u sali na spratu održavala su se predavanja na kojima su medicinski radnici, ali i svi zainteresovani, mogli čuti korisne informacije o lekovitim biljkama, nutritivnom označavanju hrane, enzimima, ozonu, upotrebi antibiotika, stresu, sindromu kompjuterskog vida...

Pokrovitelji i sponzori su bili Radio-televizija Vojvodine, Festival zdravlja iz Beograda, "Hipokrat joga studio", republičko Ministarstvo zdravlja, Dom zdravlja "Novi Sad", Institut za javno zdravlje Vojvodine, Pokrajinski zavod za sport i medicinu sporta i "BB Minakva".

S. Milačić





Datum: 14.12.2017

Medij: Dnevnik

Rubrika: Novi Sad

Autori: S. Miličić

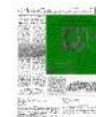
Teme: Minaqua

Naslov: Od pregleda do alternativne medicine

Napomena:

Površina: 408

Tiraž: 10000



Strana: 18

ФЕСТИВАЛ „НОВОСАДСКИ ЈЕ БИТИ ЗДРАВ“

Од прегледа до алтернативне медицине

Фестивал здравља, под слоганом „Новосадски је бити здрав“ у „Студију М“ јуче је, и поред кише и хладноће, привукао многе посетиоце. Тридесетак излагача нудило је суграђанима корисне информације о томе како да унапреде своје физичко стање, али и како најбрже да дођу до потребне услуге.

— Као што видите, избор је доста широк, од здраве хране и суплемената до провере нивоа

Најдужи ред био је испред штанда новосадског Дома здравља, чији су запослени углавном старијим суграђанима бесплатно мерили притисак и ниво шећера у крви



фото: Б. Лучић

шећера у крви, притиска, вида и слуха – рекао је Зоран Зрнић из „Хипократ јога студија“. – Ову манифестацију одржавамо у Новом Саду другу годину заредом по угледу на београдски Фестивал

здравља, који се организује 18. пут, и имамо широку подршку здравствених институција.

Најдужи ред био је испред штанда новосадског Дома здравља, чији су запослени углавном

старијим суграђанима бесплатно мерили притисак и ниво шећера у крви.

— Дошао сам специјално због тога јер откако ми је шећер нешто повишен, редовно га контролишем – рекао је 75-годишњи Роман Станчу. – Често посећујем манифестације које пружају бесплатну проверу здравља, нарочито ако су у близини места где станујем. Лечим се углавном традиционално и поштујем савете изабраног лекара.

Они који нагињу алтернативним решењима проблема могли су пробати хомеопатско средство арнику, која ублажава болове па се користи чак и приликом порођаја, тогу-јастуке који отклањају тегобе настале услед дуготрајног седења, биорезонантни апарат који преко бубне опне прикупља информа-

ције о енергетском статусу организма, али и сазнати за терапију плутањем као на површини Мртвог мора.

У исто време, у сали на спрату одржавала су се предавања на којима су медицински радници, али и сви заинтересовани, могли чути корисне информације о лековитим биљкама, нутритивном означавању хране, ензимима, озону, употреби антибиотика, стресу, синдрому компјутерског вида...

Покровитељи и спонзори су били Радио-телевизија Војводине, Фестивал здравља из Београда, „Хипократ јога студио“, републичко Министарство здравља, Дом здравља „Нови Сад“, Институт за јавно здравље Војводине, Покрајински завод за спорт и медицину спорта и „ББ Минаква“.

С. Милачић





Datum: 14.12.2017
Medij: Nedeljnik
Rubrika: Bez naslova
Autori: naručena objava
Teme: Minaqua

Napomena:
Površina: 530
Tiraž: 0



Naslov: NOĆ KNJIGE

Strana: 55



Noć koju ste čekali!

Noć knjige!

15.12.2017.

17-24h

Popusti na **Lagunina** izdanja:

1 knjiga	25%	2 knjige	30%
3 knjige	35%	4 i više knjiga	40%
Gift program	10%	Strana izdanja	20%
		Naslovi domaćih izdavača	20%

Uz kupovinu mnogo iznenađenja!

Popusti važe i na **www.delfi.rs**.

Laguna



Kompletan spisak knjižara u kojima se održava Noć knjige potražite na sajtovima www.laguna.rs i www.delfi.rs.
NAVEDENI POPUSTI SE NE MOGU KOMBINOVATI SA DRUGIM POPUSTIMA I AKCIJAMA.







Datum: 14.12.2017
Medij: Novosadska TV
Emisija: Novosadsko jutro
Autori: Redakcija
Teme: Minaqua

	Početak:	Kraj:	Trajanje:
Emisija:	14.12.2017 06:30:00	14.12.2017 09:05:00	02:35:00
Prilog:	14.12.2017 08:40:00	14.12.2017 06:30:39	00:00:23

Naslov: Minaqua nagradna igra

Nagradna igra kompanije Minaqua u sklopu Jutarnjeg programa Novosadske Televizije.

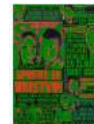




Naslov: MINAQUA

Datum: 15.12.2017
Medij: VIP Svet
Rubrika: Bez naslova
Autori: naručena objava
Teme: Minaqua

Napomena:
Površina: 1413
Tiraž: 0



Strana: 1,27

ŠABAN OPET BOLESTAN!
PLAŠIM SE DA NE OŠTANEM INVALID!"

ŠOK!
MILAN IMAO TEŽAK UDES!

JEZIVO!
SNEŽANINOG SINA MARKA U SNOVIMA PROGANJA DEVOJKA ZA ČIJU JE SMRT KRIV!

STRAŠNO!
SPREMA SE UBISTVO!
LUNA IMA OZBILJNE PSIHIČKE PROBLEME, TREBA JOJ PSIHIJATAR!

„REDOVNO ODLAZIM NA NJEN GROB I PLAČEM“

MAJKA BILJA:
„MOJ DEJAN JE ZBOG DALILE UNIŠTIO ŽIVOT!“
„KAJAĆE SE ZBOG SVEGA!“

VEĆ JE IMALA AGRESIVNE ISPADE!
SLOBA S TIM NE MOŽE DA SE IZBORI!

Broj 201 • Izlazi petkom • 15. 12. 2017.
CENA SVETLOSTRAJNE: 1,20 € • ROK: 1,20 € • ROK: 1,20 € • ROK: 1,20 €
AL DE 20 € • CR 10 € • CR 10 € • CR 10 € • CR 10 € • CR 10 €

00201
97723341992009

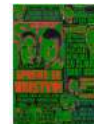




Naslov: MINAQUA

Datum: 15.12.2017
Medij: VIP Svet
Rubrika: Bez naslova
Autori: naručena objava
Teme: Minaqua

Napomena:
Površina: 1413
Tiraž: 0



Strana: 1,27





НЕДОСТАТАК МИНЕРАЛА МОЖЕ ДА ИМА ПОСЛЕДИЦЕ ПО ЗДРАВЉЕ

Јод је неопходан женама

Један од есенцијалних минерала за наш организам је јод. Он утиче на сваки орган у нашем телу и веома је важан у превенцији болести, а једна од најопаснијих је свакако рак дојке, који је и најчешћи облик карцинома код жена.

Поред штитасте жлезде, највећа концентрација јода у нашем организму, налази се у ткиву дојке. Недостатак јода може да доведе до фиброцистичних промена на грудима.

Према речима америчког хирурга Доналда Милера Јуниора, многе жене оболеле од рака дојке имале су изразит дефицит јода у свом организму. Наиме, жене оболеле од ове врсте карцинома имају повишен естроген и низак ниво прогестерона. Тироидни хормони, у чијем саставу је и природни и синтетички јод, држе ниво естрогена под контролом, те се претпоставља да на тај начин могу да утичу и на смањење ризика од појаве овог тешког обољења.



Према речима америчког хирурга Доналда Милера Јуниора, многе жене оболеле од рака дојке имале су изразит дефицит јода у свом организму



Наравно, не треба да се заборави да превентивни прегледи имају велику улогу у откривању ове болести, те да је превенција најбољи лек

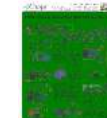
Људско тело нема могућност да само произведе јод, те би стога требало да се овај минерал свакодневно уноси. Стручњаци саветују свима да следе пример Јапанаца чија је исхрана богата јодом. То су

намирнице морског порекла: шкољке, алге, морске алге, бела риба, те би било добро када би се неке од њих свакодневно налазиле на менију.

- Учините свом организму услугу, обезбедите себи довољну количину јода сваког дана. То је ситница, која може да значи много за здравље - поручују стручњаци.

39916





ОДРЖАН 24. ТУРНИР „ШАХ У ШКОЛЕ – ДАНИ ДЕЧЈЕГ И ОМЛАДИНСКОГ ШАХА У НОВОМ САДУ“

Квалитетно и лепо као и претходних година



Учесници на отварању турнира



Најмлађа група деце, ученици 2-4. разреда



Дарио Магловски, Марко Милановић и Огњен Фузовић

У организацији Шаховског клуба Дневник, са техничком подршком Дечјег шаховског клуба Капабланка 1992 и Шаховског савеза Новог Сада, у оквиру програма „Дани деце и омладинског шаха у Новом Саду“, одржан је по 24. пут Турнир деце -Шах у школе. Овај турнир представља први део програма који се одржава под покровитељством Управе за спорт и омладину Новог Сада, а на коме су учествовала позната имена из кадетског шаха, међу којима су и прваци Србије и прваци Војводине по узрастним категоријама: Марко Милановић из Панчева, Ана Јовановић, Лав Пајчин и Никола Марковић из Новог Сада, сестра и брат Марија и Милош Станковић

из Старих Бановаца, Лана Вулин из Алексе Шантића и други освајачи медаља са покрајинског првенства. Такмичење је одржано у ОШ „Доситеј Обрадовић“, која је простор уступила бесплатно. Учеснике је поздравио и уkratко објаснио правила и начин на који се турнир игра директор турнира мајстор ФИДЕ Желко Медар, а учесницима је успошан наступ пожелело нови председник Шаховског савеза Новог Сада Дана Баста.

Турнир се играо у пет конкуренција: баци-прваци и предшколци (заједнички турнир деце и девојчица), ученици од другог до четвртог разреда (посебно дечаки и девојчице), као и одвојене групе од петог до осмог разреда. Учествовало је 58 такмичара из Сомбора, Алексе Шантића, Панчева, Старих Бановаца, Гложана, Новог Сада...

Иако је било мање учесника него минулих година, где би разлоге требало тражити највише у згузном календару и одржавању сличних турнира, тако да смо нисмо дошли стални учесници из Батајнице и Београда, јер је у исто време одржано Првенство главног града у убрзаном шаху, што није уманило квалитет такмичења. Подсетимо на да је први турнир деце -Шах у школе одржан 24. новембра 1990. године за време Олимпијде у Новом Саду и да је до сада ско-



Марина Цветкова, Ана Јовановић и Катарина Гашић



Најбољи у најмлађој групи: Емилија Вугдалић, Милица Стевановић, Лука Гилица, Алекса Величковић и Жарко Глишин



Красоје Нотарош и Марија Шоковачки, главне судије турнира



Дана Баста отворио такмичење

Резултати и табеле

Баци прваци и предшколци: Лука Гилица (Капабланка) 5 поена (из 6 партија), Алекса Величковић (Капабланка) и Жарко Глишин (Кикинда) по 4,5, Емилија Вугдалић (Капабланка/Дневник) 4, Павле Милановић (Панчево) 3, Милица Стевановић (Бубамара) 2 поена итд.

Девојчице 2-4. разред: Ана Телић (ОШ „Коста Тривковић“ НС) 5 (6), Сара Бућкош (Коста Тривковић НС) 4,5, Лана Вулин (Алекса Шантић), Софија Пезељ (Сомбор) и Теодора Јауковић (Капабланка/Дневник) по 4 поена итд.

Дечаки 2-4. разред: Марко Милановић (Панчево) 6 (из 6 партија), Огњен Фузовић (Капабланка) и Дарио Магловски (Бубамара) по 5, Немања Барјактар и Никола Лукић (обојица Капабланка) и Матија Сусић (Бранко Радичевић НС) по 4 поена итд.

Девојчице 5-8. разред: Ана Јовановић (Даме НС) 6 (из 6), Марина Цветкова (Капабланка) и Лана Миловић (Бранко Радичевић НС) по 3 поена.

Дечаки 5-8. разред: Милош Станковић (Стари Бановци) и Лав Пајчин (Капабланка) по 5, Марија Станковић (Стари Бановци, играла с дечацима), Никола Марковић (Капабланка), Милан Гагић (Бубамара) и Лука Кориолија (Сомбор) сви по 4 поена итд.



Лана Вулин, Ана Телић и Сара Бућкош



Алмир Гагић и група старијих деце

ро 3.500 учесника прошло кроз ово такмичење. Покретач акције је Желко Медар, тада мајсторски кандидат, који је као млади шаховски педагог хтео да нагласи значај ове игре у животу најмлађе популације. Он је и сада задужен за едукацију шахиста у ШК Дневник и ДШК Капабланка 1992.

На турниру су судили: Красоје Нотарош, Марија Шоковачки, Алмир Гагић, Марија Станковић, Марија Стојановић – Медар, Јела Јевтић и Мирослав Чабаркала, уз сталну помоћ Вука Рељина, Јасмине Цвијан и Жарка Фузовића. За освежење свих учесника турнира, а то је традиција дуга 12 година, побринула се ББ Минаква, док су певича служена током целог турнира од стране Горна и Славнице Шкорић, обезбеђена од пријатеља шаховских турнира деце – Удружења Колачани из Петроварадина.

Ово такмичење је било још једна озбиљна провера пред Војвођан-

ски фестивал младих шахиста који ће се одржати у Зренанину од 26. до 30. децембра. Овај, помало изненадни термин који је одређен у ШС Војводине, а опет, због промене трајања зимског школског распуста, само је померио одржавање другог дела овог програма – Првенства Новог Сада за најмлађе шахисте. На том турниру ће се одиграти додатних 5 кола (резултати овог турнира улазе у пласман), с тим да ће се омогућити учешће и десетак оних представника шаховских школа из Новог Сада који су из одређених разлога били спречени да учествују на овом турниру. То такмичење ће се одржати највероватније у Новосадском шаховском клубу 13. јануара 2018. године. Већ су обезбеђени пекари, медаље и шаховске књиге. Слична је ситуација и са Омладинским првенством Новог Сада, које ће додати помоћи и новоизабрано руководство ШСНС.

С. Јаковљевић



Лав Пајчин, Милош Станковић и Марија Станковић



Најстарији награђени: Милош Станковић, Лука Кориолија, Вања Ковач, Марија Стојановић – Медар, Алекса Маршић, Марија Станковић, Никола Марковић, Желко Медар, Јанко Милица, Марко Марин, Милан Гагић и Лав Пајчин





18.12.2017. 11:32 0 Tokom zimskih meseci naše telo traži više vitamina i minerala. Neki od njih se moraju unositi svakodnevno, i zimi i leti. Takav esencijalni mineral je jod. On je važan mineral od kog zavisi većina procesa u našem telu, a naročito funkcionisanje štitaste žlezde.

shutterstock_147690509 Foto: Promo shutterstock_155740130 Foto: Promo Najčešća bolest štitaste žlezde je hipotireoidizam. Simptomi bolesti štitaste žlezde su malaksalost, pospanost, usporen rad srca i drugi. Međutim, nekad simptomi nisu izraženi, a bolest postoji. Isto tako postoje i fizički vidljive posledice usporenog rada štitaste žlezde, a samim tim i nedostatka joda. To su ispucala kosa, slabi nokti, bleđa koža, povećana telesna težina. Takođe, hormoni štitaste žlezde imaju ključnu ulogu u razvoju nervnog sistema ploda. Veoma je bitno da trudnice unose dovoljnu količinu joda zbog razvoja mozga fetusa, pogotovo u prva tri meseca trudnoće jer se tada formira neuronska mreža. U svakom slučaju, jod moramo unositi svakodnevno jer naše telonema mogućnost da samo proizvode jod. jod u kocki Foto: Promo Najviše joda sadrže morske namirnice, kao što su alge i riba. U nešto manjim količinama, ima ga u povrću kao što su tikvice, beli luk, cvekla. Ono što je jako važno jeste da se minerali najbolje apsorbuju kroz tečnost, tako da JOD možemo nadoknaditi kroz mineralnu vodu bogatu prirodno rastvorenim jodom. promo





Datum: 18.12.2017

Medij: nadlanu.com

Link: <http://nadlanu.com/365294/za-tren-sest-namirnica-koje-podizu-energiju/>

Autori: Redakcija

Teme: Jod

Napomena:

Naslov: ZA TREN: Šest namirnica koje podižu energiju



Hrana & dijete Objavljeno 18. dec 2017. / 14:15:47 0 Podeli Da li se često borite s nedostatkom energije? Kako dan odmiče, logično je da nivo energije opada, ali srećom postoji načini da se energija podigne na prirodan način. Ako vam se često dešava da ste pred kraj dana umorni, a imate još mnogo planiranih obaveza, nemojte odmah da posežete za energetskim napicima, već pomozite sebi pravilnom ishranom. Da biste održali optimalni nivo energije tokom celog dana, biće vam potrebna "pametna" hrana za mnogo energije, kojom ćete najbolje stabilizovati nivo šećera u krvi i tako sprečiti nagli pad energije, i pomoći organizmu da je proizvede u dovoljnoj količini da izdržite dan. - Postoje namirnice koje će vratiti energiju u trenu, a biće još bolje ako napravite pametnu kombinaciju proteina, masnoća i zdravih ugljenih hidrata kojima ćete organizmu obezbediti pravu mešavinu vitamina i minerala - naglasila je Valeri Goldštajn, direktorka ishrane u Centru za uravnoteženo zdravlje, koja je za časopis Mens helt otkrila koje namirnice koje najbolje podižu energiju. 1. Bademi - Bademi sadrže vitamin B7, poznat kao biotin, koji odlično pomaže telu u pretvaranju hrane u energiju - ističe Goldštajn i savetuje da se za instant podizanje energije jednostavno poslužite šakom badema. 2. Govedina (organska) - Govedina je odličan izvor gvožđa, zbog čega odlično otklanja osećaj umora, jer ga naše telo koristi tako da zadrži više kiseonika i brže ga dovede do svih ćelija u telu i na ćelijskom nivou koristi za stvaranje energije - objasnila je. 3. Ovsene pahuljice Ovsene pahuljice su odličan dodatak jogurtu, s kojim će još bolje uticati na podizanje energije. Ovas je prirodno savršen ugljeni hidrat koji sadrži čak tri elementa za povećanje energije: kalcijum, vlakna i proteine, a samo jedna porcija može da utoli glad i učiniti vas spremnijim za dnevne izazove. 4. Jaja Jaja će zadovoljiti osnovne dnevne nutritivne potrebe za proteinima, jodom, vitaminom B6 i B12. Zdrava su, zasićuju i puna su energije, pa Goldštajn predlaže da, kada osetite potrebu za novom dozom energije, ne posežete za drugom kafom, već da pojedete jedno kuvano jaje. 5. Piletina Čista piletina je savršen izvor koenzima, čija je uloga pomoć pri proizvodnji energije tela, i vrlo je važna za zdravlje svih vitalnih organa. 6. Spanać Samo jedna šoljica sirovog spanaća obezbediće vam dovoljno magnezijuma, minerala koji je





Datum: 18.12.2017

Napomena:

Medij: nadlanu.com

Link: <http://nadlanu.com/365294/za-tren-sest-namirnica-koje-podizu-energiju/>

Autori: Redakcija

Teme: Jod

Naslov: ZA TREN: Šest namirnica koje podižu energiju

potreban da naše telo proizvede željenu količinu energije. Izvor: Index.hr Foto:

Ilustracija/Pixabay.com bademienergijagovedinajajaovsene pahuljicepiletinaspnać 0 Podeli





Datum: 19.12.2017
Medij: Dnevnik
Rubrika: Sport
Autori: naručena objava
Teme: Minaqua

Napomena:
Površina: 293
Tiraž: 10000



Naslov: OK VOJVODINA NS SEME - BARKOM KAZANJI

Strana: 24

DRUGA UTAKMICA ŠESNAESTINE FINALA CEV KUPA

2018 CEV CUP

PEKOVIC 15

IGRAJMO ZAJEDNO?

NIS SEME

NIS

mts

ULAZ BESPLATAN

OK VOJVODINA NS SEME

BARKOM KAŽANJI

SREDA, 20. 12. 2017
18 ČASOVA

VELIKA SALA
SPC "VOJVODINA"
NOVI SAD

Energotehnika Južna Bačka

Matijević

Tehromanija

TEHNOUNION

PUT-INVEST

Elixir Zorka

Bulevar Company

ALEKSANDAR GROUP

Addiko Bank

VITA

SM

KARIN INVEST

DDOR OSIGURANJE

VUJMILOVIC

ENERGY-PRO

PROJECT PHARMACY

GODEA MEDIC

IMPERIAL BUILDING

MINAQUA

Новосадска

ДНЕВНИК

PRVIRADIO

MODNOVISAT.COM

PTB

unit

tim.

Српска

39924





Datum: 20.12.2017

Napomena:

Medij: 021.rs

Link: <http://www.021.rs/story/Novi-Sad/Radio-021-922-MHz/178136/Prednovogodisnja-nedelja-na-Radiju-021-pokloni-ce...>

Autori: Redakcija

Teme: Minaqua

Naslov: Prednovogodišnja nedelja na Radiju 021, pokloni čekaju na vas



Od 25. do 29. decembra na frekvenciji 92,2 MHz (područje Novog Sada) slušaoce Radija 021 očekuje obilje vrednih poklona u "Prednovogodišnjoj nedelji".

Za praznično raspoloženje zadužen je voditelj Jovan Stojanović Cope, a svakog dana obradovaće svoje najvernije slušaoce nekom od mnogobrojnih nagrada. Od ponedjeljka 25-og do srede 27-og decembra darodavac će biti "Minakva", a najsnažljivije očekuju pokloni ove firme i to ne bilo kakvi. U pitanju je paleta proizvoda u težini dobitnika koje će kući svakog dana nositi neko od sretnih Novosađana. U četvrtak 28. decembra je od 10h tradicionalni izbor za HIT godine. Sem što svaki slušalac može da da glas za neku od predloženih pesama za izbor najbolje u 2017, on takođe učestvuje u nagradnoj igri u kojoj ima priliku da osvoji i nagradu. Poslednjeg radnog dana u 2017, na rasporedu je sada već čuvena nagradna igra "Novogodišnja jelka" koja se realizuje punih 11 godina. Tokom dva sata novogodišnjeg programa Cope uključuju slušaoce koji pogađaju tj. uparuju kuglice na jelci, a kome to uspe dobija nagradu. Slušajte Radio 021 na 92,2 MHz u petak 29.12. i obradujte sebe ili nekog dragog vrednim nagradama. Naši partneri, a vaši darodavci će tokom Prednovogodišnje nedelje biti: 1. Turistička agencija "Fantast tourist" 2. Supermarket "Univerexport" 3. Prodavnica Omega-3 proizvoda "Norway shop" 4. Prodavnica kozmetike "Elite cosmetic" 5. Prodavnica rasvete "Halogen" 6. Restoran "Campus" 7. Restoran "Sweet and chilly" 8. Fast food restoran "Štrafta" 9. Poslastičarnica "Mocart" 10. Fabrika mineralne vode i sokova "Minakva" 11. Teretana "Fit complete" 12. Tehnički pregled "Autotehnika" 13. Pranje automobila "Premium Car wash" 14. Radio kafe Autor: 021.rs





Datum: 21.12.2017
Medij: Novosadska TV
Emisija: Novosadsko jutro
Autori: Redakcija
Teme: Minaqua

	Početak:	Kraj:	Trajanje:
Emisija:	21.12.2017 06:30:00	21.12.2017 09:05:00	02:35:00
Prilog:	21.12.2017 08:51:00	21.12.2017 08:51:52	00:00:31

Naslov: Poklon kompanije Minakva

Spiker:

A "Minaqua" će i ovog jutra dodeliti poklon jednom gledaocu koji se najbrže javi na sledeći broj telefona 021/402-469. A da kažemo da novosadska kompanija "Minaqua" ima dugogodišnju tradiciju na domaćem tržištu. Proizvodni asortiman "Minaqua" čine "Minaqua" gazirana mineralna voda, negazirana mineralna voda "Minaqua life", gazirani sokovi "Minaqua" oranžada i limunada i dečiji sokovi "Jodi" sa ukusom jabuke i višnje. Sadržaj dragocenog minerala joda i vrhunski kvalitet proizvoda i ono čime se Minaquini proizvodi izdvajaju od drugih. Budite odgovorni prema svom zdravlju. Za vašu zdravu i srećnu budućnost. A mi se ovim odjavljujemo, želim vam prijatan ostatak dana i vidimo se sutra ujutru u istom terminu. Prijatan dan!





Datum: 22.12.2017
Medij: VIP Svet
Rubrika: Bez naslova
Autori: naručena objava
Teme: Minaqua

Napomena:
Površina: 703
Tiraž: 0



Naslov: Srećna slava!

Strana: 27





Datum: 22.12.2017

Medij: brif.rs

Link: <http://brif.rs/vesti/veceras-bogat-program-na-winter-festu>

Autori: Redakcija

Teme: Minaqua

Napomena:

Naslov: Večeras bogat program na "Winter Festu"



Na raspevanoj jelki juče je nastupio hor "La La studija" iz Novog Sada i to njihov sastav sa starijim članovima. Hor mlađih članova imaćemo priliku da čujemo

Bolnica VITA Novi Sad Na raspevanoj jelki juče je nastupio hor "La La studija" iz Novog Sada i to njihov sastav sa starijim članovima. Hor mlađih članova imaćemo priliku da čujemo narednih dana, navedeno je u saopštenju.

Gost "Novosadskog Winter Festa" na jelki bio je fotograf Darko Dozet, koji je govorio o petoj godišnjoj izložbi fotoreportera Novog Sada i Vojvodine "Objektivno" koja je sinoć otvorena u Muzeju vojvodine.

Danas se očekuje bogat program na Trgu slobode.

Od 16h svakog petka, subote i nedelje, najmlađi imaju priliku da se druže sa Deda Mrazom.

"Dovedite najmlađe da se besplatno fotografišu sa Deda Mrazom, a možete doneti i paketiće koje će Deda Mraz uručiti. Sve fotografije pronaći ćete na našoj Fejsbuk stranici", poručuju organizatori.

Od 17h na glavnoj bini možete pogledati dečiju predstavu "Čudotvorni izvor" u organizaciji kompanije Minaqua.

Nakon predstave sledi program na raspevanoj jelki od 18h. Nastupiće hor "Čarobne frulice", Dečiji gospel horić i hor "Alfabet".

Program se završava nastupom benda Kler od 19h na glavnoj bini.

"Pozivamo vas i da budete deo humanitarne akcije Božićna pijaca "Pokloni osmeh", koju organizuje Alumni klub Fondacije dr Zoran Đinđić i koja će trajati od petka 22. decembra do nedelje 24. decembra, u periodu od 9 do 22 časa, u okviru manifestacije "Novosadski Winter Fest". Alumnisti će prodajom kivanog vina, punča, čaja i božićnih kolača prikupljati novac koji će biti doniran Nacionalnom udruženju roditelja dece obolele od raka (NURDOR)", poručuju organizatori.

I ove godine biće nagrađeno najlepše pismo Deda Mrazu. Najmlađi svoja pisma Deda Mrazu





Datum: 22.12.2017

Napomena:

Medij: brif.rs

Link: <http://brif.rs/vesti/veceras-bogat-program-na-winter-festu>

Autori: Redakcija

Teme: Minaqua

Naslov: Večeras bogat program na "Winter Festu"

mogu da ubace u veliko crveno sanduče, a vlasnika najlepšeg pisma nagradićemo putovanjem. Izvlačenje se održati u subotu 23.12.

Izvor: Brif.rs





Datum: 22.12.2017
Medij: Novosadska TV
Emisija: Novosadsko popodne
Autori: Redakcija
Teme: Minaqua

Početak:
Emisija: 22.12.2017 17:00:00
Prilog: 22.12.2017 18:02:00

Kraj:
22.12.2017 18:30:00
22.12.2017 18:05:46

Trajanje:
01:30:00
00:03:27

Naslov: Trpeza za beskućnike

Voditelj

28 decembra u okviru Winterfesta organizuje se novogodišnja trpeza za beskućnike. Ostanite uz nas, u narednim minutima kako biste saznali kako i vi možete da pomognete, sa mnom u studiju Georgina Laušević, dobro veče dobrodošli u Novosadsko popodne

Georgina Laušević

Dobro veče. Hvala vam.

Voditelj

Evo, već četvrtu godinu za redom ćete obradovati beskućnik i one koji možda nisu u situaciji da proslave novogodišnje i božićne praznike onako kako dolikuje, dakle, na koji način je koncipirano prikupljanje pomoći tog četvrtka, 28 decembra to je, dakle, sledeće nedelje, od koliko do koliko sati, šta treba da se ponese?

Georgina Laušević

Od 14 do 18 časova na Trgu slobode na platou Interfesta sa kojim ove godine organizujemo ovu trpezu, prikuplja se stara odeća, obuća, konzervirana hrana, vakumirana hrana, hrana sa deklaracijom, vreće za spavanje, bezalkoholno piće u originalnom pakovanju u skladu sa mogućnostima građana.

Voditelj

E sad, s obzirom na to da je ovo četvrta godina zaredom, kakva su iskustva od prethodnih godina, da li se ljudi odazivaju?

Georgina Laušević

Ljudi se odazivaju, moram, da kažem, ove godine zaista je odziv mnogo veći nego prethodnih godina.

Voditelj

Što, neko vam se već javio da kaže kako će

Georgina Laušević

Jeste javljaju se, i recimo Rumenka i Bačka Palanka već prikuplja. Novosađani se redovno javljaju.

Voditelj

I kako ćete vi to kasnije distribuirati i gde, gde, ta sredstva koja su prikupljena?

Georgina Laušević

Donacija ide svratištu za beskućnike koje se nalazi u Kralja Petra prvog 28C i Dom za stare u Futogu, tamo je isto smešteno, smešteni su beskućnici koji ne mogu da brinu sami o sebi.

Voditelj

Kada će to njima onda biti podeljeno?

Georgina Laušević

To veče ćemo odneti, posle oni će da raspoređuju. Voditelj

Vi ste uspostavili saradnju i sa nekim ugostiteljskim objektima, sada već znamo i ko se odazvao tom pozivu i na koji način će oni dati svoj doprinos.

Georgina Laušević





Datum: 22.12.2017
Medij: Novosadska TV
Emisija: Novosadsko popodne
Autori: Redakcija
Teme: Minaqua

	Početak:	Kraj:	Trajanje:
Emisija:	22.12.2017 17:00:00	22.12.2017 18:30:00	01:30:00
Prilog:	22.12.2017 18:02:00	22.12.2017 18:05:46	00:03:27

Naslov: Trpeza za beskućnike

Pa moram da kažem, da sam veoma ponosna što iz godine u godinu imamo sve više ugostiteljskih objekata i preduzeća koja se javljaju da pomognu, i to su Index house, roštiljnica Papričica, BB Minaqua, pekara Klas, pekara Konstantin, ribarsko gazdinstvo Ečka, hotel Sibila, hotel restoran Moja čarda Temerin,... Romanija restoran Stratus, Index Vanesa gotova jela svetski sto, restoran Protein, pekara Bačka S, poslastičarnica Carigrad Fudić restoran brze hrane, roštiljnica Anin čardak, Rumenka, restoran Stara pesma, robna kuća Beba Temerin, mesara Štrand i ODM studio iz Temerina. Voditelj

Jako lepo, dakle, biće puno hrane jel tako

Georgina Laušević

Biće puno hrane i rasporedili smo od 25 decembra do 3 januara, radimo svakodnevno, donosimo sveže obroke i volela bih da pozovem još ugostiteljskih objekata ukoliko su u mogućnosti da tu akciju produžimo do pravoslavnog Božića.

Voditelj

Za kraj, možemo samo još jednom da pozovemo sve ljude, dakle, da dođu tog četvrtog 28 decembra da nam se pridruže na Trgu slobode i da ponesu ono što su u mogućnosti, izvolite Georgina Laušević

Hvala vam. Zahvaljujem do sada svima volonterima i sugrađanima koji su potpomogli ovu akciju i želim da pozovem da u skladu sa vašim mogućnostima dođete 28 decembra od 14 do 18 časova, čekamo vas na Trgu slobode, na platou Interfesta.

Voditelj

Hvala vam puno što ste bili gošća Novosadskog popodneva

Georgina Laušević

Hvala vama.





Datum: 23.12.2017
Medij: Dnevnik
Rubrika: Sport
Autori: naručena objava
Teme: Minaqua

Napomena:
Površina: 297
Tiraž: 10000



Naslov: OK VOJVODINA NS SEME OK CRVENA ZVEZDA

Strana: 26

SUPERLIGA SEZONA 2017/18 - XI KOLO

IGRAJMO ZAJEDNO?

ULAZ BESPLATAN

OK VOJVODINA NS SEME

OK CRVENA ZVEZDA

SUBOTA, 23. 12. 2017.
20 ČASOVA

MALA SALA
SPC "VOJVODINA"
NOVI SAD

Sponsors and Partners:

- Energotehnika Južna Bačka
- Matijević
- Tehnomanija
- TEHNOUNION
- PUT-INVEST
- Elixir Zorka
- Bulevar Company
- Aleksandar Group
- Addiko Bank
- VITA
- EM
- KARIN INVEST
- DDOR OSIGURANJE
- VUJMILOVIC
- ENERGY-PRO
- PROJECTPHARMACY
- GODEA MEDIC
- CESTAR
- IMPERIAL BUILDING
- MINAQUA
- Novosadska TV
- DNEVNIK
- PRVIRADIO
- MOJNOVISAL.COM
- PTB
- unit
- tims.
- SD SRBIJA DANAS

39955





Datum: 23.12.2017

Medij: nadlanu.com

Link: <http://nadlanu.com/366251/dan-kućnih-ljubimaca-pop-hor-radio-muzika-srca-i-bend-pet-plus-danas-na-trgu-slob...>

Autori: Redakcija

Teme: Minaqua

Napomena:

Naslov: Dan kućnih ljubimaca, POP hor "Radio", Muzika srca i bend Pet plus danas na Trgu slobode



Bogatim programom na "Novosadskom Winter Festu" započeli smo poslednji vikend našeg druženja na Trgu slobode.

Konferencije i događaji Objavljeno 23. dec 2017. / 13:23:47 0 Podeli Bogatim programom na "Novosadskom Winter Festu" započeli smo poslednji vikend našeg druženja na Trgu slobode. Najmlađi su juče ponovo imali priliku da se fotografišu sa Deda Mrazom. Gledali smo dečiju predstavu "Čudotvorni izvor" u organizaciji kompanije Minaqua. Na raspevanoj jelki predstavili su nam se drugari iz hora "Čarobne frulice", Dečijeg gospel horića i hora "Alfabet", a na glavnoj bini nastupio je bend Kler. Danas od 16h se ponovo družimo sa Deda Mrazom. Dovedite najmlađe da se besplatno fotografišu sa Deda Mrazom, a možete doneti i paketiće koje će Deda Mraz uručiti. Sve fotografije pronaći ćete na našoj Fejsbuk stranici. Od 17h organizujemo Dan kućnih ljubimaca. Osim druženja, ove godine organizujemo i modnu reviju najlepših stajlinga. Maskirajte vaše kućne ljubimce, ušuškajte ih, stavite im kapice i sve ono što obično i nose kada su ovako hladni dani, a naš žiri će odabrati najlepší stajling. One sa najviše glasova ćemo nagraditi poklonima. Osim druženja i nagrađivanja, ovu priliku ćemo iskoristiti i da pomognemo napuštenim kućnim ljubimcima. Donesite hranu za ljubimce i ostavite ih na štandu SPANS-a. Od 18h na raspevanoj jelki nastupiće POP hor "Radio" iz Novog Sada. Na glavnoj bini od 19h nastupiće sastav "Muzika srca", a zatim bend "Pet plus". Pozivamo vas i da budete deo humanitarne akcije Božićna pijaca "Pokloni osmeh", koju organizuje Alumni klub Fondacije dr Zoran Đinđić i koja će trajati od petka 22. decembra do nedelje 24. decembra, u periodu od 9 do 22 časa, u okviru manifestacije "Novosadski Winter Fest". Alumnisti će prodajom kvanog vina, punča, čaja i božićnih kolača prikupljati novac koji će biti doniran Nacionalnom udruženju roditelja dece obolele od raka (NURDOR). Zimska čarolija je i ove godine ponovo na Trgu slobode, a ovogodišnji "Novosadski Winter Fest" će trajati od 23. novembra do 30. decembra 2017. godine. Svake večeri na Trgu slobode nastupaće dečiji horovi na "raspevanoj jelki" od 18h, svi zainteresovani mogu da se provozaju fijakerom koji ponovo vozi novosadskim ulicama, kupe različite proizvode, rukotvorine,





Datum: 23.12.2017

Medij: nadlanu.com

Link: <http://nadlanu.com/366251/dan-kucnih-ljubimaca-pop-hor-radio-muzika-srca-i-bend-pet-plus-danas-na-trgu-slob...>

Autori: Redakcija

Teme: Minaqua

Napomena:

Naslov: Dan kućnih ljubimaca, POP hor "Radio", Muzika srca i bend Pet plus danas na Trgu slobode

novogodišnje ukrase ili ukusne specijalitete u drvenim kućicama - kuvano vino, čaj, toplu čokoladu, kurtoš kolač, štrudle, vafle, kobasice, čokoladni giros, kolače i još mnogo toga, učestvuju u različitim dečijim i humanitarnim aktivnostima, a tokom vikenda slušaju novosadske bendove i DJ-ejeve. "Novosadski Winter Fest" organizuju Color Pres Grupa, Ninamedia, Color Media Communications, Subsidiu, HBO Color Media Events, Udruženje "Bač u srcu Bačke". Pokrovitelji manifestacije su Grad Novi Sad, Gradska uprava za privredu, Pokrajinski sekretarijat za privredu i turizam, Vojvođanska banka i Heineken Srbija sa brendovima Krušovice, Laško, Amstel i Zaječarsko Crno pivo. Autor: Nadlanu novi sadnovosadski winter fest 0 Podeli





Datum: 23.12.2017

Medij: nshronika.rs

Link: <http://www.nshronika.rs/gradske-teme/dan-kucnih-ljubimaca-pop-hor-radio-muzika-srca-bend-pet-plus-danas-na-...>

Autori: marija

Teme: Minaqua

Napomena:

Naslov: Dan kućnih ljubimaca, POP hor "Radio", Muzika srca i bend Pet plus danas na Trgu slobode



Bogatim programom na "Novosadskom Winter Festu" započeli smo poslednji vikend našeg druženja na Trgu slobode. Najmlađi su juče ponovo imali priliku da se fotografišu sa Deda Mrazom. Gledali smo dečiju predstavu "Čudotvorni izvor" u organizaciji kompanije Minaqua. Na raspevanoj jelki predstavili su nam se drugari iz hora "Čarobne frulice", Dečijeg gospel horića i hora "Alfabet", a na glavnoj bini nastupio je bend Kler. Danas od 16h se ponovo družimo sa Deda Mrazom. Dovedite najmlađe da se besplatno fotografišu sa Deda Mrazom, a možete doneti i paketiće koje će Deda Mraz uručiti. Sve fotografije pronaći ćete na našoj Fejsbuk stranici. Od 17h organizujemo Dan kućnih ljubimaca. Osim druženja, ove godine organizujemo i modnu reviju najlepših stajlinga. Maskirajte vaše kućne ljubimce, ušuškajte ih, stavite im kapice i sve ono što obično i nose kada su ovako hladni dani, a naš žiri će odabrati najlepší stajling. One sa najviše glasova ćemo nagraditi poklonima. Osim druženja i nagrađivanja, ovu priliku ćemo iskoristiti i da pomognemo napuštenim kućnim ljubimcima. Donesite hranu za ljubimce i ostavite ih na štandu SPANS-a.

Od 18h na raspevanoj jelki nastupiće POP hor "Radio" iz Novog Sada.

Na glavnoj bini od 19h nastupiće sastav "Muzika srca", a zatim bend "Pet plus".

Pozivamo vas i da budete deo humanitarne akcije Božićna pijaca "Pokloni osmeh", koju organizuje Alumni klub Fondacije dr Zoran Đinđić i koja će trajati od petka 22. decembra do nedelje 24. decembra, u periodu od 9 do 22 časa, u okviru manifestacije "Novosadski Winter Fest". Alumnisti će prodajom kuvanog vina, punča, čaja i božićnih kolača prikupljati novac koji će biti doniran Nacionalnom udruženju roditelja dece obolele od raka (NURDOR).

Zimska čarolija je i ove godine ponovo na Trgu slobode, a ovogodišnji "Novosadski Winter Fest" će trajati od 23. novembra do 30. decembra 2017. godine. Svake večeri na Trgu slobode nastupaće dečiji horovi na "raspevanoj jelki" od 18h, svi zainteresovani mogu da se provozaju fijakerom koji ponovo vozi novosadskim ulicama, kupe različite proizvode, rukotvorine, novogodišnje ukrase ili ukusne specijalitete u drvenim kućicama - kuvano vino, čaj, toplu





Datum: 23.12.2017

Napomena:

Medij: nshronika.rs

Link: <http://www.nshronika.rs/gradske-teme/dan-kucnih-ljubimaca-pop-hor-radio-muzika-srca-bend-pet-plus-danas-na-...>

Autori: marija

Teme: Minaqua

Naslov: Dan kućnih ljubimaca, POP hor "Radio", Muzika srca i bend Pet plus danas na Trgu slobode

čokoladu, kurtoš kolač, štrudle, vafle, kobasice, čokoladni giros, kolače i još mnogo toga, učestvuju u različitim dečijim i humanitarnim aktivnostima, a tokom vikenda slušaju novosadske bendove i DJ-ejeve.

"Novosadski Winter Fest" organizuju Color Pres Grupa, Ninamedia, Color Media Communications, Subsidium, HBO Color Media Events, Udruženje "Bač u srcu Bačke". Pokrovitelji manifestacije su Grad Novi Sad, Gradska uprava za privredu, Pokrajinski sekretarijat za privredu i turizam, Vojvođanska banka i Heineken Srbija sa brendovima Krušovice, Laško, Amstel i Zaječarsko Crno pivo. Autor: Nshronika





Datum: 23.12.2017

Medij: communications.rs

Link: <http://communications.rs/dan-kucnih-ljubimaca-pop-hor-radio-muzika-srca-i-bend-pet-plus-danas-na-trgu-slobode/>

Autori: Jelena Jovičić

Teme: Minaqua

Napomena:

Naslov: Dan kućnih ljubimaca, POP hor "Radio", Muzika srca i bend Pet plus danas na Trgu slobode



Bogatim programom na "Novosadskom Winter Festu" započeli smo poslednji vikend našeg druženja na Trgu slobode. Najmlađi su juče ponovo imali priliku da se fotografišu sa Deda Mrazom. Gledali smo dečiju predstavu "Čudotvorni izvor" u organizaciji kompanije Minaqua. Na raspevanoj jelki predstavili su nam se drugari iz hora "Čarobne frulice", Dečijeg gospel horića i hora "Alfabet", a na glavnoj bini nastupio je bend Kler. Danas od 16h se ponovo družimo sa Deda Mrazom. Dovedite najmlađe da se besplatno fotografišu sa Deda Mrazom, a možete doneti i paketiće koje će Deda Mraz uručiti. Sve fotografije pronaći ćete na našoj Fejsbuk stranici. Od 17h organizujemo Dan kućnih ljubimaca. Osim druženja, ove godine organizujemo i modnu reviju najlepših stajlinga. Maskirajte vaše kućne ljubimce, ušuškajte ih, stavite im kapice i sve ono što obično i nose kada su ovako hladni dani, a naš žiri će odabrati najbolji stajling. One sa najviše glasova ćemo nagraditi poklonima. Osim druženja i nagrađivanja, ovu priliku ćemo iskoristiti i da pomognemo napuštenim kućnim ljubimcima. Donesite hranu za ljubimce i ostavite ih na štandu SPANS-a.

Od 18h na raspevanoj jelki nastupiće POP hor "Radio" iz Novog Sada.

Na glavnoj bini od 19h nastupiće sastav "Muzika srca", a zatim bend "Pet plus".

Pozivamo vas i da budete deo humanitarne akcije Božićna pijaca "Pokloni osmeh", koju organizuje Alumni klub Fondacije dr Zoran Đinđić i koja će trajati od petka 22. decembra do nedelje 24. decembra, u periodu od 9 do 22 časa, u okviru manifestacije "Novosadski Winter Fest". Alumnisti će prodajom kuvanog vina, punča, čaja i božićnih kolača prikupljati novac koji će biti doniran Nacionalnom udruženju roditelja dece obolele od raka (NURDOR).

Zimska čarolija je i ove godine ponovo na Trgu slobode, a ovogodišnji "Novosadski Winter Fest" će trajati od 23. novembra do 30. decembra 2017. godine. Svake večeri na Trgu slobode nastupaće dečiji horovi na "raspevanoj jelki" od 18h, svi zainteresovani mogu da se provozaju fijakerom koji ponovo vozi novosadskim ulicama, kupe različite proizvode, rukotvorine, novogodišnje ukrase ili ukusne specijalitete u drvenim kućicama - kuvano vino, čaj, toplu





Datum: 23.12.2017

Napomena:

Medij: communications.rs

Link: <http://communications.rs/dan-kucnih-ljubimaca-pop-hor-radio-muzika-srca-i-bend-pet-plus-danas-na-trgu-slobode/>

Autori: Jelena Jovičić

Teme: Minaqua

Naslov: Dan kućnih ljubimaca, POP hor "Radio", Muzika srca i bend Pet plus danas na Trgu slobode

čokoladu, kurtoš kolač, štrudle, vafle, kobasice, čokoladni giros, kolače i još mnogo toga, učestvuju u različitim dečijim i humanitarnim aktivnostima, a tokom vikenda slušaju novosadske bendove i DJ-ejeve.

"Novosadski Winter Fest" organizuju Color Pres Grupa, Ninamedia, Color Media Communications, Subsidium, HBO Color Media Events, Udruženje "Bač u srcu Bačke". Pokrovitelji manifestacije su Grad Novi Sad, Gradska uprava za privredu, Pokrajinski sekretarijat za privredu i turizam, Vojvođanska banka i Heineken Srbija sa brendovima Krušovice, Laško, Amstel i Zaječarsko Crno pivo.





Datum: 25.12.2017

Napomena:

Medij: 021.rs

Link: <http://www.021.rs/story/Novi-Sad/Radio-021-922-Mhz/178136/Od-danas-Prednovogodisnja-nedelja-na-Radiju-021-p...>

Autori: Redakcija

Teme: Minaqua

Naslov: Od danas Prednovogodišnja nedelja na Radiju 021, pokloni čekaju na vas



Od danas pa sve do petka 29. decembra, na frekvenciji 92,2 MHz (područje Novog Sada) slušaoce Radija 021 očekuje obilje vrednih poklona u "Prednovogodišnjoj nedelji".

Za praznično raspoloženje zadužen je voditelj Jovan Stojanović Cope, a svakog dana obradovaće svoje najvernije slušaoce nekom od mnogobrojnih nagrada. Od danas do srede 27. decembra darodavac će biti "Minakva", a najsnažljivije očekuju pokloni ove firme i to ne bilo kakvi. U pitanju je paleta proizvoda u težini dobitnika koje će kući svakog dana nositi neko od sretnih Novosađana. U četvrtak 28. decembra je od 10h tradicionalni izbor za HIT godine. Sem što svaki slušalac može da glas za neku od predloženih pesama za izbor najbolje u 2017, on takođe učestvuje u nagradnoj igri u kojoj ima priliku da osvoji i nagradu. Poslednjeg radnog dana u 2017, na rasporedu je sada već čuvena nagradna igra "Novogodišnja jelka" koja se realizuje punih 11 godina. Tokom dva sata novogodišnjeg programa Cope uključuju slušaoce koji pogađaju tj. uparuju kuglice na jelci, a kome to uspe dobija nagradu. Slušajte Radio 021 na 92,2 MHz u petak 29.12. i obradujte sebe ili nekog dragog vrednim nagradama. Naši partneri, a vaši darodavci će tokom Prednovogodišnje nedelje biti: 1. Kompanija "Univerexport" 2. Prodavnica Omega-3 proizvoda "Norway shop" 3. Prodavnica kozmetike "Elite cosmetic" 4. Prodavnica rasvete "Halogen" 5. Prodavnica kožne galanterije "Princ leather" 6. Restoran "Campus" 7. Restoran "Sweet and chilly" 8. Restoran "Štrafta 021" 9. Poslastičarnica "Mocart" 10. Fabrika mineralne vode i sokova "Minakva" 11. Fitnes centar "Fit complete" 12. Tehnički pregled "Autotehnika" 13. Pranje automobila "Premium Car wash" 14. Radio kafe

Napomena: Ukoliko niste u mogućnosti da slušate radio putem radio prijemnika ili ne znate kako da to učinite putem ovog sajta, ovde je link putem kojeg možete slušati vašu omiljenu radio-stanicu. Za slušanje klikni OVDE. Autor: 021.rs





Datum: 01.01.2018
Medij: Lepota & zdravlje
Rubrika: Bez naslova
Autori: Redakcija
Teme: Jod

Napomena:
Površina: 169
Tiraž: 33641



Naslov: Oprez! Nedostatak joda može da uspori metabolizam

Strana: 100

Oprez! Nedostatak joda može da uspori metabolizam

Decembar je bogat slavama, slavljima a bogami i kalorijama. Posle svega toga, pokušavamo da se "očistimo" i od unutrašnjeg i od spoljašnjeg "prtljaga", a najbolji detoks je upravo unos vode, koja pomaže u ispiranju telesnih zagađivača kroz urin i znoj.

Mnogima se dešava da, iako vode računa o ishrani i redovno treniraju, rezultati dijete izostanu. Moguće je da te osobe imaju problem s nedostatkom joda.



U tom slučaju, trebalo bi proveriti nivo joda u organizmu. Ljudi kojima nedostaje ovaj esencijalni mineral imaju različite simptome, među kojima su i suva kosa, grčevi u mišićima, bledilo, umor, depresija i loša koncentracija. Među pokazateljima nedostatka joda jeste i teško podnošenje promene vremena i naglog porasta ili pada temperature vazduha. Zbog lošeg, odnosno usporenog metabolizma, koji može da bude izazvan nedostatkom joda, vaga pokazuje višak kilograma, a u organizmu se zadržava voda i stvara celulit.



S obzirom na to da naš organizam ne proizvodi jod, već ga moramo svakodnevno unositi, najbolje bi bilo da se to čini na što prirodniji način. Namirnice koje imaju najviše joda jesu morske alge i plodovi mora, a on može da se nađe i u belom luku, pasulju, blitvi i tikvicama. Fizičkim vežbama i treniranjem kroz znoj se izbacuje mnogo tečnosti i minerala. Kako bi se na što prirodniji i zdraviji način nadoknadili minerali, najbolje je piti mineralnu vodu bogatu prirodno rastvorenim jodom. Izaberite gaziranu mineralnu vodu bogatu jodom i slobodno uživajte – ona pomaže u varenju slavonskih đakonija.





Datum: 26.12.2017

Medij: 021.rs

Link: <http://www.021.rs/story/Zivot/Zdravlje/178702/Jod-prva-linija-odbrane-od-raka-dojke.html>

Autori: Redakcija

Teme: Jod

Napomena:

Naslov: Jod, prva linija odbrane od raka dojke



Jedan od esencijalnih minerala za naš organizam je jod.

On utiče na svaki organ u našem telu, a veoma je važan u prevenciji bolesti. Najopasnija od njih, svakako je rak dojke. Ovo je ujedno i najčešći oblik karcinoma kod žena. Pored štitaste žlezde, najveća koncentracija joda u našem organizmu, nalazi se u tkivu dojke. Nedostatak joda može da dovede do fibrocističnih promena na grudima. Prema rečima američkog hirurga Donalda Milera Džuniora, žene obolele od raka dojke u većini slučajeva imale su izrazit deficit joda u svom organizmu. Naime, žene obolele od ove vrste karcinoma imaju povišen estrogen i nizak nivo progesterona u tkivu dojke. Tiroidni hormoni, u sastavu koji se nalazi JOD, kako prirodni tako i sintetički, drže nivo estrogena pod kontrolom. Upravo tako, smanjuju rizik od ovog teškog oboljenja. Naravno, ne treba zaboraviti da preventivni pregledi imaju veliku ulogu u otkrivanju ove vrste bolesti. Prevencija je najbolji lek. Ono što je jako važno kod joda jeste da ga telo ne proizvodi pa ga moramo svakodnevno unositi. Stručnjaci savetuju svima da slede primer Japanaca čija je ishrana bogata jodom. To su namirnice morskog porekla: školjke, alge, morske alge, bela riba, te da nešto od toga treba svakodnevno da bude na našem meniju. Kod nas, najbolji izvor je mineralna voda bogata prirodno rastvorenim jodom. Učinite svom organizmu uslugu, obezbedite sebi dovoqnu količinu joda svakog dana. Tako malo, a tako puno - poručuju stručnjaci. Autor: 021.rs





Datum: 27.12.2017

Napomena:

Medij: stil.kurir.rs

Link: <http://stil.kurir.rs/lepi-zdravi/saveti-strucnjaka/75725/nedostatak-ovog-minerala-u-organizmu-je-opasno-pog...>

Autori: @MagazinStil

Teme: Jod

Naslov: Nedostatak ovog minerala u organizmu je opasno: Pogađa žene, može da izazove rak dojke!



Jedan od esencijalnih minerala za naš organizam je jod...

On utiče na svaki organ u našem telu, a veoma je važan u prevenciji bolesti. Najopasnija od njih, svakako je rak dojke. Ovo je ujedno i najčešći oblik karcinoma kod žena. Pored štitaste žlezde, najveća koncentracija joda u našem organizmu, nalazi se u tkivu dojke. Nedostatak joda može da dovede do fibrocističnih promena na grudima. Prema rečima američkog hirurga Donalda Milera Džuniora, žene obolele od raka dojke u većini slučajeva imale su izrazit deficit joda u svom organizmu. Naime, žene obolele od ove vrste karcinoma imaju povišen estrogen i nizak nivo progesterona u tkivu dojke. Tiroidni hormoni, u sastavu koji se nalazi JOD, kako prirodni tako i sintetički, drže nivo estrogena pod kontrolom. Upravo tako, smanjuju rizik od ovog teškog oboljenja. Naravno, ne treba zaboraviti da preventivni pregledi imaju veliku ulogu u otkrivanju ove vrste bolesti. Prevencija je najbolji lek. Ono što je jako važno kod joda jeste da ga telo ne proizvodi pa ga moramo svakodnevno unositi. Stručnjaci savetuju svima da slede primer Japanaca čija je ishrana bogata jodom. To su namirnice morskog porekla: školjke, alge, morske alge, bela riba, te da nešto od toga treba svakodnevno da bude na našem meniju. Kod nas, najbolji izvor je mineralna voda bogata prirodno rastvorenim jodom. Učinite svom organizmu uslugu, obezbedite sebi dovoljnu količinu joda svakog dana. Tako malo, a tako puno - poručuju stručnjaci.





Datum: 28.12.2017
Medij: SAT plus
Rubrika: Bez naslova
Autori: naručena objava
Teme: Minaqua

Napomena:
Površina: 349
Tiraž: 50000



Naslov: NAVAK Nacionalna Vozačka Akademija

Strana: 81

**IMATE
AUTOMOBIL?**

**PLATILI STE
OBAVEZNO OSIGURANJE?**

**AKO JE POLISA DDOR NOVI SAD
OTVARAMO KAPIJE ZA VAS?**

**>>> JAVITE NAM BROJ POLISE BEZ
VAUČERA, BEZ PROCEDURA DOĐITE NA
BESPLATAN PROGRAM DOZVOLA PLUS***

* ili ustupite svoje mesto članu porodice



**DDOR Novi Sad i NAVAK !
za veću bezbednost svih
građana Srbije**

Veliki trening uz kasko
Oni koji imaju kasko polisu osiguranja
DDOR Novi Sad u centru NAVAK mogu
besplatno da pohađaju Početni ili
Intenzivni trening. Potrebno je da se
sa polisom obratite jednoj od
poslovnica DDOR Novi Sad i zatražite
vaučer za besplatan trening

**Detaljnije o
treninzima na
011/718-02-42
www.navak.rs**

NAVAK
NACIONALNA VOZAČKA AKADEMIJA

TOYOTA

**DDOR
OSIGURANJE**

ZAHVALJUJEMO NA PODRŠCI

ASC
automotive safety centre

GOODYEAR
MADE TO FEEL GOOD.

**AMSS
CMV**

OMV

MINAQUA

THE NORTH FACE

PTC





Datum: 28.12.2017
Medij: Novosadska TV
Emisija: Novosadsko jutro
Autori: Redakcija
Teme: Minaqua

	Početak:	Kraj:	Trajanje:
Emisija:	28.12.2017 06:30:00	28.12.2017 09:05:00	02:35:00
Prilog:	28.12.2017 08:45:00	28.12.2017 06:30:41	00:00:24

Naslov: Minaqua

Minaqua dodeljuje nagrade najbržim gledaocima





Datum: 28.12.2017

Medij: srbijadanas.com

Link: <https://www.srbijadanas.com/zena/zdravlje/nedostatak-ovog-minerala-je-opasan-pogada-uglavnom-zene-i-moze-da...>

Autori: Redakcija

Teme: Jod

Napomena:

Naslov: NEDOSTATAK OVOG MINERALA JE OPASAN: Pogađa uglavnom žene i može da izazove RAK DOJKE!



Zdravlje na prvom mestu.. Najnovije vesti iz Srbije - Online vesti, novosti Srbija Danas.
Srbija Danas

Foto: Profimedia

Zdravlje na prvom mestu.

Jedan od esencijalnih minerala za naš organizam je jod. On utiče na svaki organ u našem telu, a veoma je važan u prevenciji bolesti.

Najopasnija od njih, svakako je rak dojke. Ovo je ujedno i najčešći oblik karcinoma kod žena.

PROVODITE ŠTO VIŠE VREMENA SA PRIJATELJIMA: Samoća je loša po zdravlje!

Foto: Profimedia

Pored štitaste žlezde, najveća koncentracija joda u našem organizmu, nalazi se u tkivu dojke. Nedostatak joda može da dovede do fibrocističnih promena na grudima.

Prema rečima američkog hirurga Donalda Milera Džuniora, žene obolele od raka dojke u većini slučajeva imale su izrazit deficit joda u svom organizmu. Naime, žene obolele od ove vrste karcinoma imaju povišen estrogen i nizak nivo progesterona u tkivu dojke. Tiroidni hormoni, u sastavu koji se nalazi jod, kako prirodni tako i sintetički, drže nivo estrogena pod kontrolom. Upravo tako, smanjuju rizik od ovog teškog oboljenja.

SEDATE DOK RADITE? Ova 4 proizvoda MORAJU biti uključeni u vašu svakodnevnu ISHRANU!

Foto: Profimedia

Naravno, ne treba zaboraviti da preventivni pregledi imaju veliku ulogu u otkrivanju ove vrste bolesti. Prevencija je najbolji lek.

Ono što je jako važno kod joda jeste da ga telo ne proizvodi pa ga moramo svakodnevno unositi. Stručnjaci savetuju svima da slede primer Japanaca čija je ishrana bogata jodom. To su namirnice morskog porekla: školjke, alge, morske alge, bela riba, te da nešto od toga treba svakodnevno da bude na našem meniju. Kod nas, najbolji izvor je mineralna voda bogata prirodno





Datum: 28.12.2017

Napomena:

Medij: srbijadanas.com

Link: <https://www.srbijadanas.com/zena/zdravlje/nedostatak-ovog-minerala-je-opasan-pogada-uglavnom-zene-i-moze-da...>

Autori: Redakcija

Teme: Jod

Naslov: NEDOSTATAK OVOG MINERALA JE OPASAN: Pogađa uglavnom žene i može da izazove RAK DOJKE!

rastvorenim jodom.

ČAJNA DIJETA: Ne osećaš glad, a skidaš i do 2 kilograma za jedan dan!

Foto: Profimedia

Učinite svom organizmu uslugu, obezbedite sebi dovoljnu količinu joda svakog dana. Tako malo, a tako puno - poručuju stručnjaci.





Datum: 28.12.2017
Medij: Novosadska TV
Emisija: Objektiv 22
Autori: Redakcija
Teme: Minaqua

Početak:
Emisija: 28.12.2017 22:15:00
Prilog: 28.12.2017 22:48:00

Kraj:
28.12.2017 23:00:00
28.12.2017 22:49:55

Trajanje:
00:45:00
00:01:33

Naslov: MZ Stari Ledinci podelila paketiće za decu

Spiker

Najmlađi stanovnici Starih Ledinaca dobili su paketiće od Deda Mraza. To im je omogućila mesna zajednica uz pomoć sponzora. Dečji osmesi bili su nagrada.

Reporter

Za decu uzrasta do 7 godina, mesna zajednica Stari Ledinci pripremila je iznenađenje u svojim prostorijama.

Jelena Đorković, predsednica MZ Stari Ledinci

Pripremili smo paketiće, mesna zajednica u saradnji sa sponzorima. Između ostalog naš gčavni sponzor svake godine Medara Aza iz Starih Ledinaca, takođe prifružila nam se Minakva i imamo ovaj put predstavu KUD iz Beočina. Oduševljeni su, onako svi si zvali ovih dana, radpitivali se i jedva su čekali. Nismo im sve detalje rekli, pokušali smo da sakrijemo i uspelo na je, tako da će večerad tel videti šta ih čeka.

Reporter

Deca se naravno raduju ovakvim događajima i svi imaju svoja očekivanja.

Sagovornik

Lego siti

Reporter

I šta misliš, je I zna Deda Mraz baš za Lego siti'

Sagovornik

U stvari nisam, nisam to hteo. Vojnike.

Reporter

Vojnike?

Sagovornik

Da. One male.

Reporter

A, šta misliš kakav će biti paketić.

Sagovornik

Velik.

Sagovornik

Ja želim jedan Lego gusarski brod koji imaju na televiziji.

Sagovornik

Ja ne želim ništa.

Reporter

Kako ništa ne želiš? A, neke slatkiše?

Sagovornik

...

Reporter

A, što si došla?

Sagovornik





Datum: 28.12.2017
Medij: Novosadska TV
Emisija: Objektiv 22
Autori: Redakcija
Teme: Minaqua

	Početak:	Kraj:	Trajanje:
Emisija:	28.12.2017 22:15:00	28.12.2017 23:00:00	00:45:00
Prilog:	28.12.2017 22:48:00	28.12.2017 22:49:55	00:01:33

Naslov: MZ Stari Ledinci podelila paketiće za decu

Zato da vidim.

Reporter

Šta?

Sagovornik

Pa, Deda Mraza.

Sagovornik

Slagalicu.

Reporter

Zadovoljna dečja lica razlog su ovakvih akcija kojih će biti i u narednoj godini.





Naslov: MINAQUA

Datum: 29.12.2017
Medij: VIP Svet
Rubrika: Bez naslova
Autori: naručena objava
Teme: Minaqua

Napomena:
Površina: 1380
Tiraž: 0



Strana: 1,21

OZBILJNO BOLESTAN!
MAJKA OTKRIVA ZAŠTO POŽGAJ STALNO LAŽE
„ZBOG NJEGA SAM ZAVRŠILA KOD PSIHIJATRA!“

ŠOK SMS PORUKE!
PRIJOVIČKA UHVAĆENA SA ŠVALEROM!

MACIN MAKRO PRETI:

„ZAKLAĆU I TEBE I BORU UDAŠ LI SE ZA NJEGA!“

„PAZI, IDEŠ U GROB AKO IZABEREŠ BRAK I DECU!“

„SPASIĆEMO MACU, NIKO JE VIŠE NEĆE TERATI NA PROSTITUCIJU“, KAŽE BORIN BRAT IGOR

GAGI U STRAHU:

„BOJIM SE DA SLOBA NE UBIJE LUNU KAO FILIP KSENIJU!“

VUK KOSTIĆ UHAPŠEN!
POKUŠAO DA PODMITI POLICAJCE DA GA PUSTE!

00203
9 772334 193203





Naslov: MINAQUA

Datum: 29.12.2017
Medij: VIP Svet
Rubrika: Bez naslova
Autori: naručena objava
Teme: Minaqua

Napomena:
Površina: 1380
Tiraž: 0



Strana: 1,21





Datum: 29.12.2017

Medij: srbijadanas.com

Link: <https://www.srbijadanas.com/zena/zdravlje/casa-mineralne-vode-moze-spasiti-zivot-svakoj-zeni-2017-12-28>

Autori: Redakcija

Teme: Jod

Napomena:

Naslov: Čaša MINERALNE vode može spasiti život svakoj ženi!



Rak dojke je jedan od najsmrtonosnijih oblika ove bolesti. . Najnovije vesti iz Srbije - Online vesti, novosti Srbija Danas.

Foto: Profimedia

Rak dojke je jedan od najsmrtonosnijih oblika ove bolesti.

Jedan od esencijalnih minerala za naš organizam je jod...On utiče na svaki organ u našem telu, a veoma je važan u prevenciji bolesti. Najopasnija od njih, svakako je rak dojke. Ovo je ujedno i najčešći oblik karcinoma kod žena.

NEDOSTATAK OVOG MINERALA JE OPASAN: Pogađa uglavnom žene i može da izazove RAK DOJKE!

Foto: Profimedia

Pored štitaste žlezde, najveća koncentracija joda u našem organizmu, nalazi se u tkivu dojke. Nedostatak joda može da dovede do fibrocističnih promena na grudima.

Prema rečima američkog hirurga Donalda Milera Džuniora, žene obolele od raka dojke u većini slučajeva imale su izrazit deficit joda u svom organizmu. Naime, žene obolele od ove vrste karcinoma imaju povišen estrogen i nizak nivo progesterona u tkivu dojke. Tiroidni hormoni, u sastavu koji se nalazi JOD, kako prirodni tako i sintetički, drže nivo estrogena pod kontrolom. Upravo tako, smanjuju rizik od ovog teškog oboljenja.

Naravno, ne treba zaboraviti da preventivni pregledi imaju veliku ulogu u otkrivanju ove vrste bolesti. Prevencija je najbolji lek.

Foto: Profimedia

Ono što je jako važno kod joda jeste da ga telo ne proizvodi pa ga moramo svakodnevno unositi. Stručnjaci savetuju svima da slede primer Japanaca čija je ishrana bogata jodom. To su namirnice morskog porekla: školjke, alge, morske alge, bela riba, te da nešto od toga treba svakodnevno da bude na našem meniju. Kod nas, najbolji izvor je mineralna voda bogata prirodno





Datum: 29.12.2017

Napomena:

Medij: srbijadanas.com

Link: <https://www.srbijadanas.com/zena/zdravlje/casa-mineralne-vode-moze-spasiti-zivot-svakoj-zeni-2017-12-28>

Autori: Redakcija

Teme: Jod

Naslov: Čaša MINERALNE vode može spasiti život svakoj ženi!

rastvorenim jodom.

Učinite svom organizmu uslugu, obezbedite sebi dovoljnu količinu joda svakog dana. Tako malo, a tako puno - poručuju stručnjaci.





Datum: 29.12.2017
Medij: Novosadska TV
Emisija: Novosadsko jutro
Autori: Redakcija
Teme: Minaqua

	Početak:	Kraj:	Trajanje:
Emisija:	29.12.2017 06:30:00	29.12.2017 09:05:00	02:35:00
Prilog:	29.12.2017 07:16:00	29.12.2017 07:17:57	00:01:34

Naslov: Podeljeni paketići deci u Ledincima

Spiker:

A najmlađi stanovnici Starih Ledinaca dobili su paketiće od Deda Mraza, to im je omogućila i mesna zajednica uz pomoć sponzora, dečji osmesi bili su nagrada.

Reporter:

Za decu uzrasta do 7 godina MZ Stari Ledinci pripremila je iznenađenje u svojim prostorijama.

Sagovornik, Jelena Ćorković, predsednica MZ Stari Ledinci :

Pripremili smo im paketića, mesna zajednica u saradnji sa sponzorima između ostalog, naš glavni sponzor svake godine je medara Aza iz Starih Ledinaca, takođe pridružila nam se Minakva i imamo, ovaj put putpredstavu KUD **** iz Beočina. I oduševljeni su onako, svi su zvali ovih dana, raspitivali su se i jedva su čekali. Nismo im sve detalje rekli, pokušali smo da sakrijemo i uspelo nam je, tako da će večeras tek videti šta ih čeka.

Reporter:

Deca se, naravno, raduju ovakvim događajima, i svi imaju svoja očekivanja.

Sagovornik:

Lego siti.

Reporter:

I šta misliš, jel zna Deda Mraz baš za lego siti.

Sagovornik:

Ustvari nisam to hteo.

Reporter:

Nego šta?

Sagovornik:

Vojnike.

reporter:

Vojnike?

Sagovornik:

Da, one male vojnike.

Reporter:

A šta misliš kakav će biti paketić?

Sagovornik:

Veliki.

Sagovornik:

Ja želim jedan, jedan, jedan, ja želim lego, gusarski brod koji reklamiraju na televiziji.

Sagovornik:

Ja ne želim ništa.

Reporter:

Kako ništa ne želiš, a neke slatkiše? Ne? A što si došla?

Sagovornik:

Zato da vidim. Pa Deda Mraza.





Datum: 29.12.2017
Medij: Novosadska TV
Emisija: Novosadsko jutro
Autori: Redakcija
Teme: Minaqua

	Početak:	Kraj:	Trajanje:
Emisija:	29.12.2017 06:30:00	29.12.2017 09:05:00	02:35:00
Prilog:	29.12.2017 07:16:00	29.12.2017 07:17:57	00:01:34

Naslov: Podeljeni paketići deci u Ledincima

Sagovornik:

Slagalicu Elza i Ana.

Reporter:

Zadovoljna dečja lica, razlog su ovakvih akcija kojih će biti i u narednoj godini.





Datum: 29.12.2017

Napomena:

Medij: kurir.rs

Link: <http://www.kurir.rs/zabava/doktor/2967007/puna-je-minerala-i-stiti-od-raka-casa-ovog-napitka-moze-spasti-zi...>

Autori: @KurirVesti

Teme: Jod

Naslov: PUNA JE MINERALA I ŠTITI OD RAKA: Čaša ovog napitka može spasti život svakoj ženi!



Jedan od esencijalnih minerala za naš organizam je jod. On utiče na svaki organ u našem telu, a veoma je važan u prevenciji bolesti. Najopasnija od njih, svakako je rak dojke. Ovo je ujedno i najčešći oblik karcinoma kod žena. Pored štitaste žlezde, najveća ...

Jedan od esencijalnih minerala za naš organizam je jod. On utiče na svaki organ u našem telu, a veoma je važan u prevenciji bolesti. Najopasnija od njih, svakako je rak dojke. Ovo je ujedno i najčešći oblik karcinoma kod žena. Pored štitaste žlezde, najveća koncentracija joda u našem organizmu, nalazi se u tkivu dojke. Nedostatak joda može da dovede do fibrocističnih promena na grudima. Prema rečima američkog hirurga Donalda Milera Džuniora, žene obolele od raka dojke u većini slučajeva imale su izrazit deficit joda u svom organizmu. foto: Profimedia Naime, žene obolele od ove vrste karcinoma imaju povišen estrogen i nizak nivo progesterona u tkivu dojke. Tiroidni hormoni, u sastavu koji se nalazi jod, kako prirodni tako i sintetički, drže nivo estrogena pod kontrolom. Upravo tako, smanjuju rizik od ovog teškog oboljenja. Ono što je jako važno kod joda jeste da ga telo ne proizvodi pa ga moramo svakodnevno unositi. Stručnjaci savetuju svima da slede primer Japanaca čija je ishrana bogata jodom. To su namirnice morskog porekla: školjke, alge, morske alge, bela riba, te da nešto od toga treba svakodnevno da bude na našem meniju. foto: Profimedia Kod nas, najbolji izvor je mineralna voda bogata prirodno rastvorenim jodom. Učinite svom organizmu uslugu, obezbedite sebi dovoljnu količinu joda svakog dana.

(Kurir.rs/Magazin.rs/Foto Profimedia) NE PROPUSTITE DOKTORI JOJ NISU VEROVALI, MISLILI SU DA JE PREMLADA ZA TU BOLEST: Njihovom greškom izgubila je život! Kurir Autor: Kurir
Kliknite za sledeću vest





Datum: 29.12.2017

Medij: happytv.rs

Link: <http://happytv.rs/zdravlje/medicina/76745/vazan-u-prevenciji-bolesti-utice-na-svaki-organa-u-nasem-telu>

Autori: Nacionalna Televizija Happy

Teme: Jod

Napomena:

Naslov: VAŽAN U PREVENCIJI BOLESTI: Utiče na svaki organa u našem telu!



Jedan od esencijalnih minerala za naš organizam je jod. On utiče na svaki organ u našem telu, a veoma je važan u prevenciji bolesti. Najopasnija od njih, svakako je rak dojke. Ovo je ujedno i najčešći oblik karcinoma kod žena. Pored štitaste žlezde, najveća koncentracija joda u našem organizmu, nalazi se u tkivu dojke. Nedostatak joda može da dovede do fibrocističnih promena na grudima. Prema rečima američkog hirurga Donalda Milera Džuniora, žene obolele od raka dojke u većini slučajeva imale su izrazit deficit joda u svom organizmu. Naime, žene obolele od ove vrste karcinoma imaju povišen estrogen i nizak nivo progesterona u tkivu dojke. Tiroidni hormoni, u sastavu koji se nalazi jod, kako prirodni tako i sintetički, drže nivo estrogena pod kontrolom. Upravo tako, smanjuju rizik od ovog teškog oboljenja. Ono što je jako važno kod joda jeste da ga telo ne proizvodi pa ga moramo svakodnevno unositi. Stručnjaci savetuju svima da slede primer Japanaca čija je ishrana bogata jodom. To su namirnice morskog porekla: školjke, alge, morske alge, bela riba, te da nešto od toga treba svakodnevno da bude na našem meniju. Kod nas, najbolji izvor je mineralna voda bogata prirodno rastvorenim jodom. Učinite svom organizmu uslugu, obezbedite sebi dovoljnu količinu joda svakog dana. Izvor: Kurir Foto: Arhiva Pratite nas na društvenim mrežama





Datum: 29.12.2017
Medij: Veliki točkovi
Rubrika: Bez naslova
Autori: naručena objava
Teme: Minaqua

Napomena:
Površina: 550
Tiraž: 18000



Naslov: NAVAK Nacionalna Vozačka Akademija

Strana: 82

IMATE AUTOMOBIL? PLATILI STE OBAVEZNO OSIGURANJE? AKO JE POLISA DDOR NOVI SAD OTVARAMO KAPIJE ZA VAS?

>>> JAVITE NAM BROJ POLISE BEZ VAUČERA, BEZ PROCEDURA DOĐITE NA BESPLATAN PROGRAM DOZVOLA PLUS*

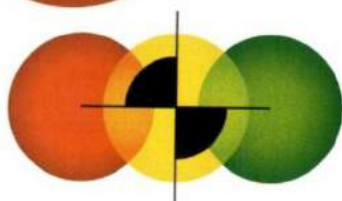
* ili ustupite svoje mesto članu porodice

DDOR Novi Sad i NAVAK !
za veću bezbednost svih građana Srbije

Veliki trening uz kasko <<<

Oni koji imaju kasko polisu osiguranja DDOR Novi Sad u centru NAVAK mogu **besplatno** da pohađaju Početni ili Intenzivni trening. Potrebno je da se sa polisom obratite jednoj od poslovnica DDOR Novi Sad i zatražite vaučer za besplatan trening

Detaljnije o treninzima na 011/718-02-42 www.navak.rs



NAVAK
NACIONALNA VOZAČKA AKADEMIJA

u partnerstvu sa



TOYOTA



DDOR
OSIGURANJE

ZAHVALJUJEMO NA PODRŠCI





ЈОД ЈЕ НЕОПХОДАН ЖЕНАМА

Један од есенцијалних минерала за наш организам је јод. Он утиче на сваки орган у нашем телу и веома је важан у превенцији болести, а једна од најопаснијих свакако је рак дојке, који је и најчешћи облик карцинома код жена. Поред штитасте жлезде, највећа концентрација јода у нашем организму налази се у ткиву дојке. Недостатак јода може да доведе



до фиброцистичних промена на грудима. Према речима америчког хирурга Доналда Милера Џуниора, многе жене оболеле од рака дојке имале су изразит дефицит јода у свом организму. Наиме, жене оболеле од ове врсте карцинома имају повишен естроген и низак ниво прогестерона. Тироидни хормони, у чијем саставу је и природни и синтетички јод, држе ниво естрогена под контролом, те се претпоставља да на тај начин могу да утичу и на смањење ризика од појаве овог тешког обољења.

Наравно, не треба да се заборави да превентивни прегледи имају велику улогу у откривању ове болести и да је превенција најбољи лек.

Људско тело нема могућност да само произведе јод, те би стога требало да се овај минерал свакодневно уноси. Стручњаци саветују свима да следе пример Јапанаца чија је исхрана богата јодом. То су намирнице морског порекла: шкољке, алге, морске алге, бела риба, те би било добро када би се неке од њих свакодневно налазиле на менију.

Одличан извор јода је и минерална вода богата управо природно раствореним јодом.





Jod pokreće organizam

Tokom zimskih meseci naše telo traži više vitamina i minerala. Neki od njih se moraju unositi svakodnevno, i zimi i leti. Takav esencijalni mineral je jod. On je važan mineral od kog zavisi većina procesa u našem telu, a naročito funkcionisanje štitaste žlezde.



Najčešća bolest štitaste žlezde je hipotireoidizam. Simptomi bolesti štitaste žlezde su malaksalost, pospanost, usporen rad srca i drugi. Međutim, nekad simptomi nisu izraženi, a bolest postoji. Isto tako postoje i fizički vidljive posledice usporenog rada štitaste žlezde, a samim tim i nedostatka joda. To su ispucala kosa, slabiji nokti, bleđa koža, povećana telesna težina.

Takođe, hormoni štitaste žlezde imaju ključnu ulogu u razvoju nervnog sistema ploda. Veoma je bitno da trudnice unose dovoljnu količinu joda zbog razvoja mozga fetusa, pogotovo u prva tri meseca trudnoće jer se tada formira neuronska mreža. U svakom slučaju, jod moramo unositi svakodnevno jer naše telo nema mogućnost da ga samo proizvede.



Najviše joda sadrže morske namirnice, kao što su alge i riba. U nešto manjim količinama ima ga u povrću kao što su tikvice, beli luk, cvekla. Važno je i da se minerali najbolje apsorbuju kroz tečnost, tako da jod možemo nadoknaditi kroz mineralnu vodu bogatu prirodno rastvorenim jodom.





Datum: 31.12.2017
Medij: Dnevnik
Rubrika: Kultura
Autori: Redakcija
Teme: Jod

Napomena:
Površina: 297
Tiraž: 10000



Naslov: Jod ima mesto i na prazničnoj trpezi

Strana: 10

ВОДА ПОМАЖЕ У ЧИШЋЕЊУ ОРГАНИЗМА

Јод има место и на празничној трпези

Децембар обилује празницима и слављима, а то значи и да се једе више хране и то оне богате калоријама, после чега обично следи период чишћења организма од масноћа и вишка килограма. Један од најбољих начина детоксикације организма је пијење воде, која помаже у испирању и чишћењу тела.

Многима се дешава да иако воде рачуна о исхрани и редовно тренирају, резултати дијете изостану. Могуће је да те особе имају проблем са недостатком јода и добро би било да провере ниво јода у организму.



Људи којима недостаје овај есенцијални минерал имају различите симптоме, међу којима су сува коса, грчеви у мишићима, бледило, умор, депресија, лоша концентрација. Међу показатељима недостатка јода је и тешко подношење промене времена и наглог пораста или пада температуре ваздуха. Због лошег, односно успореног метаболизма, који може да буде изазван недостатком јода, вага показује вишак килограма, а у организму се задржава вода и ствара целулит.

Организам не може да произведе јод, стога би требало да га свакодневно уносимо, а најбоље би било да се то чини на што



Један од најбољих начина детоксикације организма је пијење воде, која помаже у испирању и чишћењу тела

природнији начин. Намирнице које имају највише јода су морске алге и плодови мора, као и бели лук, пасуљ, блитва и тиквице.

Физичким вежбама и тренирањем кроз зној се избацује много течности и минерала. Како би се на што природнији и здрави-

ји начин надокнадили минерали, најбоље је да се пије минерална вода богата природно раствореним јодом. Изаберите газирану минералну воду, богату јодом, и слободно уживајте, јер она помаже у варењу славских ђаконија.

39988

