



Datum: 02.11.2017

Medij: stil.kurir.rs

Link: <http://stil.kurir.rs/lepi-zdravi/medicina/72229/narodni-lek-za-stitnu-zlezdu-od-zdravlja-vas-dele-samo-dva-...>

Autori: @MagazinStil

Teme: Jod

Napomena:

Naslov: Narodni lek za štitnu žlezdu: Od zdravlja vas dele samo dva sastojka! (RECEPT)



Samo jedna čaša dovoljna je za dobro zdravlje ove važne žlezde

Samo jedna čaša dovoljna je za dobro zdravlje ove važne žlezde

Postoji jedan napitak koji veoma doprinosi zdravlju štitne žlezde u slučaju nedostatka joda. Jedna doza ovog pića dnevno je dovoljna za dobro zdravlje ove važne žlezde. Sastojci: 1 kg organskog meda, 40 (mladih) malih oraha. Priprema: Dobro operite orahe, osušite ih i napravite nekoliko rupa na njima koristeći iglu, ili zasecite ljušku koristeći oštar nož. Stavite orahe u teglu, sipajte med i ostavite teglu na otvorenom, da bude izložena suncu. Tegla tako treba da stoji najmanje 40 dana, pre nego što procedite smesu, odnosno prebacite tečnost u staklenu posudu. Način konzumiranja: Svakog jutra uzimajte po pola decilitra smese. Proces isceljenja traje dok ne potrošite sav napitak. Jednom godišnje uzmite ovo, i nikad nećete biti bolesni: Lek koji deluje poput magije! (RECEPT)





Datum: 02.11.2017

Medij: happytv.rs

Link: <http://happytv.rs/zdravlje/medicina/68990/narodni-lek-ova-smesa-poboljsava-zdravlje-stitne-zlezde>

Autori: Nacionalna Televizija Happy

Teme: Jod

Naslov: NARODNI LEK: Ova smesa poboljšava zdravlje štitne žlezde!

Napomena:



Postoji jedan napitak koji veoma doprinosi zdravlju štitne žlezde u slučaju nedostatka joda.

Jedna doza ovog pića dnevno je dovoljna za dobro zdravlje ove važne žlezde.

Sastojci: 1 kg organskog meda, 40 (mladih) malih oraha.

Priprema: Dobro operite orahe, osušite ih i napravite nekoliko rupa na njima koristeći iglu, ili zasecite lјusku koristeći oštar nož. Stavite orahe u teglu, sipajte med i ostavite teglu na otvorenom, da bude izložena suncu.

Tegla tako treba da stoji najmanje 40 dana, pre nego što procedite smesu, odnosno prebacite tečnost u staklenu posudu.

Način konzumiranja: Svakog jutra uzimajte po pola decilitra smese. Proces isceljenja traje dok ne potrošite sav napitak.





Datum: 02.11.2017
Medij: glossy.espresso.rs
Link: <http://glossy.espresso.rs/zdravi-i-srecni/zdravljje/109489/najbolji-narodni-lek-za-stitnu-zlezdu-samo-dva-sas...>
Autori: @storyrs
Teme: Jod

Napomena:

Naslov: Najbolji narodni lek za štitnu žlezdu: Samo dva sastojka su vam potrebna za promenu iz korena



Napravite ovu ukusnu mešavinu i bićete oduševljeni rezultatom. | Zdravi i srečni
Napravite ovu ukusnu mešavinu i bićete oduševljeni rezultatom. foto: Shutterstock Postoji jedan napitak koji veoma doprinosi zdravlju štitne žlezde u slučaju nedostatka joda. Jedna doza ovog pića dnevno je dovoljna za dobro zdravlje ove važne žlezde. Sastojci: 1 kg organskog meda 40 (mladih) malih oraha Ako imate problem sa štitnom žlezdom, ove promene u ishrani će vam pomoći Priprema Dobro operite orahe, osušite ih i napravite nekoliko rupa na njima koristeći iglu ili zasecite lјusku koristeći oštar nož. Stavite orahe u teglu, sipajte med i ostavite teglu na otvorenom, da bude izložena suncu. foto: Shutterstock Tegla tako treba da stoji najmanje 40 dana, pre nego što procedite smesu, odnosno prebacite tečnost u staklenu posudu. Način konzumiranja Svakog jutra uzimajte po pola decilitra smese. Proces isceljenja traje dok ne potrošite sav napitak. (izvor: webtribune.rs)





Datum: 03.11.2017
Medij: VIP Svet
Rubrika: Bez naslova
Autori: naručena objava
Teme: Minaqua

Naslov: MINAQUA

Napomena:
Površina: 1402
Tiraž: 0



Strana: 1,36

**ŽENA MIROSLAVA ILIĆA DOŽIVELA NERVNI SLOM:
„FUFO, UBIĆU I TEBE I DEVINA!“**

**PROGOVORIO ĆAZIM:
„ŽIVEO SAM SA TEODOROM DVA MESECA!
SVE SAM JOJ DAO!“**

**Broj 195 • Izlazi petkom - 3. 11. 2017.
CENAS 500 DIN • MNZ 0,50 • BH 100M • MHD 10 MM • SLO 11 HR
AC DE 20K • OE 30 CH • NL 10 FR • GR B 3,000EUR • DK 250KK • SE 555EK**

VIP

**ISPOVEST
GASTOZOVE NAIDE
KAKO JE
LUNA HTELA
DA MU UNISTI
VEZU I ZIVOT**

**EKSKLUSIVNO
RAZVOD!
ANA PODNELA
ZAHTEV, RASTA
SE ISELIO IZ STANA**

**„GASTOZ MI JE PRIZNAO
SVĒ ŠTO JE RADIO SA NJOM“**

**„TE ŠTO BI DA GA OTMU SAMO
SE PONIŽAVAJU, ON VOLI MENE“**

**HASAN DUDIĆ:
„OD ŠABANA
KRIJEM GOCINE
LJUBAVNIKE!
ZBOG NJE ĆE PASTI MRTAV!“**

**Barcode: 00195
9772334199209**





Naslov: MINAQUA

Datum: 03.11.2017
Medij: VIP Svet
Rubrika: Bez naslova
Autori: naručena objava
Teme: Minaqua

Napomena:
Površina: 1402
Tiraž: 0



Strana: 1,36

MINAQUA
IZVOR PRIRODNO
RASTVORENOG
JODA

✓ Jod je neophodan za održavanje normalne razmene materija u organizmu i najbolje je unositi prirodno rastvoren jod organskog porekla.

✓ Trudnicama je potrebno duplo više joda, jer su posledice nedostatka joda u trudnoći trajne i nenadoknade za novorođenče.

✓ Nedovoljan unos joda kod dece dovodi do problema pri učenju, čitanju i razumevanju.

✓ Puno soli nije dobro za zdravlje ljudi, zato prirodni jod treba nadoknaditi iz drugih izvora.

Izvor: studija UNICEF-a i Svetske zdravstvene organizacije WHO „Nedostatak joda u Evropi - konstantan opšti zdravstveni problem“

Sa samo jednom čašom **MINAQUA** prirodne mineralne vode zadovoljićete minimalne potrebe organizma za jodom.

WWW.BBMINAQUA.COM





Datum: 08.11.2017
Medij: Dnevnik
Rubrika: Sport
Autori: naručena objava
Teme: Minaqua

Naslov: VOLEYBALL CHAMPIONS LEAGUE

Napomena:
Površina: 295
Tiraž: 10000



Strana: 26

2018 VOLLEYBALL CHAMPIONS LEAGUE

CEV

Volleyball Champions League logo

Match details:

SREDA, 8. 11. 2017.
20 ČASOVA

#CLVolleyM

BESPLATNE KARTE SE MOGU PODIĆI U KLUPSKIM PROSTORIJAMA
I NA BLAGAJNI VELIKE DVORANE SAT VREMENA PRE POČETKA MEĆA

FAIR PLAY VOLLEYBALL WAY

VOLLEYBALL GREEN WAY

MIKASA Sports every day!

DenizBank Member of Norisbank Group

CONFÉDÉRATION EUROPÉENNE DE VOLLEYBALL

CEV LIGA ŠAMPIONA
TREĆE KOLO KVALIFIKACIJA
VELIKA DVORANA
SPC «VOJVODINA» NOVI SAD

Vojvodina NS seme NOVI SAD
Spacer's TOULOUSE





Odlučite li da iz svoje ishrane izbacite meso, doći će do velikih promena u vašem telu - od toga da [...]

Odlučite li da iz svoje ishrane izbacite meso, doći će do velikih promena u vašem telu - od toga da ćete smanjiti višak kilograma do manjeg rizika od nekih bolesti. Ali, ima to i svojih mana.

1. Smanjiće vam se telesna težina

Ljudi koji prestanu da jedu meso u proseku izgube oko pet kilograma. Osim toga, ako se odreknete mesa, više nećete morati toliko precizno da sabirate kalorije ili više da vežbate da bi imali lepu liniju. Prehrana na bazi povrća odradiće svoje.

2. Broj dobrih bakterija u crevima će porasti

Crevna flora ljudi koji jedu meso i vegetarijanaca se razlikuje. Studije pokazuju kako ljudi koji jedu samo hranu na bazi biljaka, imaju više dobrih bakterija - zaslужnih za bolje zdravlje.

Kada prestanete da jedete meso, potrebno je neko vreme da se crevna flora popravi. Može vam se dogoditi da u početku budete naduti jer se creva i gušterača prilagođavaju novom režimu ishrane.

3. Koža će vam izgledati zdravije

Mnogi ljudi koji su prestali da jedu meso, primetili su da im koža izgleda bolje - nestale su im akne s lica. naučnici kažu kako ishrana na bazi biljaka čisti telo od toksina, a to itekako utiče i na dobar izgled kože.

4. Imaćete više energije

Pošto pređete na vegetarijansku ishranu, primetićete da više niste toliko umorni i tromi - imaćete više energije.

- Nekada sam bila iscrpljena i kada sam ceo dan bila u kancelariji. Sada trebam dobar trening da bih se osećala umorno - rekla je jedna vegetarijanka.

5. Smanjiće se rizik od kardiovaskularnih bolesti

Spona između jedenja crvenog mesa i kardiovaskularnih bolesti pronađena je davno. Američki naučnici otkrili su da karnitin u crvenom mesu izaziva hemijske reakcije koje negativno utiču na





Naslov: 10 stvari koje će se desiti vašem telu kada prestanete da jedete meso - Hello!

srce.

Uz to, pokazalo se da kod vegetarijanaca postoji manji rizik od hipertenzije, dijabetesa, raka debelog creva i raka želuca.

6. Nivo holesterola će biti za trećinu manji

Dokazano je da kada ne jedete meso, nivo holesterola u vašoj krvi pada. Takav efekat može se uporediti s onim kod uzimanja lekova za holesterol, ali u slučaju vegetarijanstva - nema nuspojava.

Ljudima sa aterosklerozom (krvni sudovi postaju debeli i kruti) preporučuje se da jedu povrće.

7. Dobri geni će raditi bolje

Postoje dobri i loši geni, a naučnici su otkrili kako okolina utiče na njihov rad. Ako nam je život nezdrav, loši geni počinju brže da rade - a to uzrokuje razne hronične bolesti i gojaznost. Kada živite zdravo, delovanje gena se menja.

Prestanak jedenja mesa pomaže u normalizaciji rada našeg tela.

8. Može doći do nedostataka vitamina i minerala

Događa se da ljudima, kada prestanu da jedu meso, počnu u telu da nedostaju jod, gvožđe, te vitamin D i B12. Ali, naučnici kažu da, ako se u vegetrijansku ishranu uvrsti dosta mahunarki, orašastih plodova, celih žitarica, voća i tamno zelenog povrća, problema ne bi trebalo da bude.

9. Možete da izgubite osećaj ukusa

Cink je važan element odgovoran za oset ukusa. Crveno meso i kamenice sadrže veliku količinu cinka. Odlučite li da postanete vegetarijanac, znajte da i taj problem možete rešiti unosom dovoljne količine belog pasulja, orašastih plodova, celih žitarica i mlečnih proizvoda.

10. Mišićima će trebati više vremena za oporavak

Proteini su neophodni za jačanje mišića i njihov oporavak nakon vežbanja. I životinjske i biljne belančevine dobre su za rešavanje tih problema. Ali, valja imati na umu da biljnim proteinima treba više vremena da počnu da deuju.

Nutricionisti preporučuju vegetrijancima i veganima da jedu belančevine neposredno nakon treninga jer se tako lakše i brže apsorbuju.





Datum: 09.11.2017
 Medij: Veliki točkovi
 Rubrika: Bez naslova
 Autori: naručena objava
 Tema: Minaqua

Naslov: NAVAK Nacionalna Vozačka Akademija

Napomena:
 Površina: 525
 Tiraž: 18000



Strana: 82

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

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

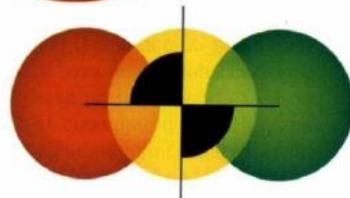
* ili ustupite svoje mesto članu porodice

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

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

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 polisom obratite jednoj od poslovnica DDOR Novi Sad i zatražite vaučer za besplatan trenin



NAVAK
NACIONALNA VOZAČKA AKADEMIJA

u partnerstvu sa

TOYOTA

DDOR OSIGURANJE

ZAHVALJUVEMO NA PODRŠCI



MADE TO FEEL GOOD.





Datum: 09.11.2017
Medij: Novosadska TV
Emisija: Novosadsko jutro
Autori: Redakcija
Teme: Minaqua

Naslov: Minaqua dodela nagrada

Početak: 09.11.2017 06:30:00
Kraj: 09.11.2017 09:05:00
Emisija: 09.11.2017 08:44:00
Prilog: 09.11.2017 08:44:40

Trajanje:
02:35:00
00:00:24

Svakog četvrtka u Jutranjem programu, kompanija Minaqua dodeljuje vredne nagrade gledateljima programa





Datum: 10.11.2017
Medij: Dnevnik
Rubrika: Sport
Autori: naručena objava
Temе: Minaqua

Naslov: VOJVODINA - ŠABAC

Napomena:
Površina: 292
Tiraž: 10000



Strana: 26

Regionalna vaterpolo liga

Bazen SC Slana bara
subota, 11.11.2017. u 19h

ULAZ BESPLATAN

VOJVODINA - ŠABAC

www.vkvojvodina.org.rs

39722





Ishrana i zdravlje



TEKST:
 MR PH JASMINA TIMIĆ,
 KATEDRA ZA
 BROMATOLOGIJU,
 FARMACEUTSKI
 FAKULTET
 BEOGRAD

8 najvažnijih suplemenata u trudnoći

Trudnoća je jedan od najzahtevnijih perioda u životu žene, koji povećava nutritivne potrebe organizma

Ishrana majke utiče na ishod trudnoće, zbog čega je važno da trudnica od početka bude na optimalnom režimu ishrane koji zadovoljava energetske potrebe, kao i potrebe za pojedinim nutritivnim komponentama - proteinima, ugljenim hidratima, mastima, kao i za vitaminima i mineralima. Najbolje je da se povećane potrebe za nutrijentima zadovolje raznovrsnom, dobro izbalansiranom ishranom, a u situaciji kada to nije moguće postići, koriste se dodaci ishrani (dijetetski suplementi). U Srbiji ne postoje zvanične preporuke za primenu određenih suplemenata u trudnoći, ali trudnicama se najčešće prepisuju sledeći dijetetski suplementi:

FOLNA KISELINA

Lekari često preporučuju unos suplemenata folne kiseline pre trudnoće i tokom ovih devet meseci. Nedovoljan unos folne kiseline može povećati rizik od pojave defekta neuralne cevi. Žene koje su na terapiji antikonvulzivima ili oralnim kontraceptivima imaju povećan rizik od deficit-a folate. Preporučen dnevni unos u periodu pre začeća je 400 µg, a u trudnoći 600 µg. Preporuke su zasnovane na studijama koje su dokazale da suplementacija pre začeća može smanjiti pojave defekta za 50%, dok se ženama koje su

već rodile dete sa defektom neuralne cevi preporučuje da mesec dana pre začeća pa sve do 12. nedelje trudnoće uzimaju 4 mg folne kiseline.

GVOŽĐE

Dodatne količine gvožđa u trudnoći neophodne su zbog povećanog volumena krvi majke, a potrebe se mogu povećati i do 50% na kraju trećeg trimestra. Potreba za ovim mineralom naglo raste nakon 20. nedelje trudnoće. Gvožđe je neophodno za formiranje crvenih krvnih zrnaca, tačnije njihove komponente - hemoglobina, a u hrani se nalazi često u malim količinama i u formi koja se malo apsorbuje. Preporučeni dnevni unos je 27 mg/dan što je znatno više u odnosu na uobičajene potrebe od 18 mg/dan. Studije ukazuju na direktnu vezu između nivoa gvožđa i kognitivnih funkcija kod beba. Pošto se potrebe za gvožđem ne mogu zadovoljiti ishranom, preporučuje se suplementacija od 30 mg gvožđa dnevno između obroka (ali ne sa mlekom, čajem ili kafom koji mogu ometati apsorpciju) u toku drugog i trećeg trimestra, ali samo onim ženama kod kojih je nivo hemoglobina ispod 110 mg/l u drugom trimestru i manji od 105 mg/l u trećem trimestru.

VITAMIN D

Potrebe za ovim vitaminom nisu povećane u trudnoći, ali jesu za kalcijum čiju koncentraciju i metabolizam kostiju kontroliše. Deficit tokom trudnoće može dovesti do: poremećaja metabolizma kalcijuma kod majke i deteta i slabljenja kostiju majke. U velikoj Britaniji se preporučuje suplementacija od 10 µg dnevno trudnicama koje spadaju u rizične kategorije (one koje ne unose hranom dovoljne količine ovog vitamina ili se ne izlažu sunčevim zracima u dovoljnoj meri).

JOD

Deficit ovog minerala izaziva hipotireozu štitaste žlezde ploda, niži koeficijent inteligencije u krajnjoj liniji i mentalnu retardaciju fetusa. S obzirom na to da se u našoj zemlji kuhiinska so jodira, ne postoji preporuka za suplementaciju joda u trudnoći.

KALCIJUM

U trudnoći se, pod uticajem hormona, povećava resorpacija kalcijuma iz hrane pa se smatra da suplementacija nije potrebna. Izuzetak su trudnice adolescentkinje kod kojih još nije završena mineralizacija kostiju i trudnice na posebnom režimu ishrane





(vegeterijanci i osobe netolerantne na laktuzu) kojima se preporučuje konzumiranje namirnica bogatih kalcijumom (sojino mleko i drugi proizvodi od soje, suvo i jezgrasto voće).

VITAMIN C

U trudnoći rastu potrebe za ovim vitaminom za dodatnih 10 mg/dan. Smatra se da se dnevne potrebe od 85 mg mogu u trudnoći postići unosom pet porcija voća. Neke studije ukazuju na vezu između deficita vitamina C i pojave preeklampsije (hipertenzije uzrokovane trudnoćom) kao i prevremenog odvajanja placente. Neke osobe mogu imati koristi od suplementacije, a to su pušači i trudnice koje nose više beba. Institut za medicinu u SAD preporučuje dodatni unos od 50 mg/dan trudnicama koje imaju rizik od deficita usled nedovoljne zastupljenosti voća i povrća u ishrani.

OMEGA-3 MASNE KISELINE

Trudnicama se preporučuje dodatni unos esencijalnih masnih kiselina, a naročito omega-3 serije koje su neophodne za razvoj bebinog mozga i nervnog sistema. Najbolji dijetarni izvor omega-3 masnih kiselina jeste masna riba iz hladnih severnih mora. Omega-3

Povećane potrebe za nutrijentima u trudnoći treba zadovoljiti raznovrsnom, dobro izbalansiranom ishranom, a kada to nije moguće postići, koriste se dijetetski suplementi



masne kiseline pozitivno utiču na oštinu vida, razvoj nervnog sistema i kognitivne sposobnosti deteta.

VITAMIN A

Potrebe za vitaminom A rastu u trudnoći za 10% zbog razvoja fetusa i rasta tkiva majke. Najveće su u trećem trimestru kada je najbrži razvoj fetusa. Nizak unos ovog vitamina može rezultirati prevremenim rođenjem i malom masom deteta,

kao i sporijim rastom u materici. Ovaj vitamin je značajan i za razvoj pluća fetusa. Međutim, visoke doze ovog vitamina mogu dovesti do oštećenja ploda, a naročito su u opasnosti žene koje koriste preparate za akne na bazi retinolne kiseline. Trudnicama se savetuje da izbegavaju da jedu namirnice kao što su jetra i proizvodi od jetre koji mogu sadržati visoke količine vitamina A i suplementaciju retinolom. ■





Datum: 10.11.2017
Medij: Moj stan
Rubrika: Bez naslova
Autori: naručena objava
Teme: Minaqua

Naslov: MINAQUA

Napomena:
Površina: 1391
Tiraž: 13992



Strana: 1,2

Lisa | SAVET ARHITEKTE: JEDNA PROSTORIJA – VIŠE NAMENA

Moj Stan

Opremanje enterijera

Savremeni dizajn • Praktični saveti

10. novembar – 9. decembar 2017.

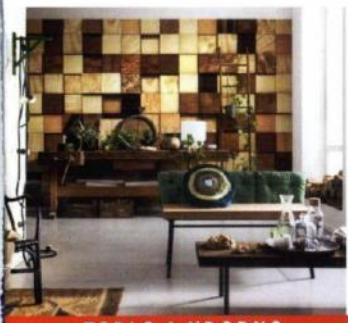
Broj 4 CENA 150 din.

CG 1,5 € | BiH 3 KM | Makedonija 30 DEN.



KREATIVNE IDEJE

Niše za funkcionalno iskorišćen prostor



TOPLO I UDOBNO

Enterijer inspirisan planinskim kućama



URADI SAM

Predlozi za jesenje dekoracije

Rasveta u domu

Dobrim pozicioniranjem do željenog efekta



SAVETI I DETALJI ZA VAŠU KUHINJU

ISSN 1451-5237





Datum: 10.11.2017
Medij: Moj stan
Rubrika: Bez naslova
Autori: naručena objava
Teme: Minaqua

Naslov: MINAQUA

Napomena:
Površina: 1391
Tiraž: 13992



Strana: 1,2

MINAQUA
IZVOR PRIRODNO
RASTVORENOG
JODA

✓ Jod je neophodan za održavanje normalne razmene materija u organizmu.

✓ Posledice nedostatka joda u trudnoći su trajne i nenadoknadive za novorođenče.

✓ Nedovoljan unos joda kod dece dovodi do problema pri učenju, čitanju i razumevanju.

Izvor: studija UNICEF-a i Svetske zdravstvene organizacije WHO „Nedostatak joda u Evropi - konstantan opšti zdravstveni problem“

WWW.BBMINAQUA.COM





Datum: 10.11.2017
 Medij: VIP Svet
 Rubrika: Bez naslova
 Autori: naručena objava
 Tema: Minaqua

Naslov: MINAQUA

Napomena:
 Površina: 1385
 Tiraž: 0



Strana: 1,36

MAJKA OČAJNA: „JELENA MORA NA OPERACIJU
NE ZNAM KAKO DA JE IZVUČEM IZ ZADRUGE!”

EKSKLUSIVNA FOTKA
ANA SA ĆAZIMOM
ĆAZIM: „NJOJ TREBA ISKUŠAN MUŠKARAC”

DRAMA!
HAPSE MRKU!
ANA GA OSTAVLJA!

**ŠOKANTNO!
KARAĐORĐE OTKRIVA:** „ZNAM ZA PLAN
DA LJUBA KIDNAPUJE DETE
ALEKSANDRI!

„ZNAM ZA PLAN
DA LJUBA KIDNAPUJE DETE
ALEKSANDRI!

„SVE JE SAMO
‘GLUMA, TEBE SANJAM NOĆIMA!’”

► HOĆE DA JE
PSIHIČKI UNIŠTI!

► ALEKSANDRA JE SVESNA DA
LJUBA ŽELI DA NAUDI I NJOJ I BEBI!”

UHVACENA!
LUNINO TAJNO PISMO VELJKU:
„SVE JE SAMO
‘GLUMA, TEBE SANJAM NOĆIMA!’”

EVO ZAŠTO JE GASTOZ POLUDEO!
DALILA:
NAIDA JE Ú SARAJEVU
SA MNOGIMA
BILA U ŠEMI!”





Datum: 10.11.2017
Medij: VIP Svet
Rubrika: Bez naslova
Autori: naručena objava
Teme: Minaqua

Naslov: MINAQUA

Napomena:
Površina: 1385
Tiraž: 0



Strana: 1,36

MINAQUA
IZVOR PRIRODNO
RASTVORENOG
JODA

✓ Jod je neophodan za održavanje normalne razmene materija u organizmu.

✓ Posledice nedostatka joda u trudnoći su trajne i nenadoknadive za novorođenče.

✓ Nedovoljan unos joda kod dece dovodi do problema pri učenju, čitanju i razumevanju.

Izvor: studija UNICEF-a i Svetske zdravstvene organizacije WHO „Nedostatak joda u Evropi - konstantan opšti zdravstveni problem“

WWW.BBMINAQUA.COM





Datum: 10.11.2017

Medij: happytv.rs

Link: <http://happytv.rs/zdravlje/moda-i-lepotu/70244/obratite-paznju-na-jod-prirodna-prevencija-najtezih-bolesti>

Autori: Nacionalna Televizija Happy

Temе: Jod

Naslov: OBRATITE PAŽNU NA JOD: Prirodna prevencija najtežih bolesti!

Napomena:



Priroda nam je podarila lek za većinu bolesti i tegoba ali pojavom farmacije prirodna sredstva koristi sve manji broj ljudi, a sve veći broj rešenje traži u apotekama. Ljudi zaboravljaju da je prevencija prvi korak ka dobrom zdravlju. Upravo zato ne smemo zaboraviti na preventivna svojstva joda. Jod je neizostavan element u našem telu. On je od suštinskog značaja za funkciju štitaste žlezde. Prema podacima Svetske Zdravstvene Organizacije rak dojke poprima zastrašujuće i epidemiske razmere, a najnovije studije pokazuju da upravo nedostatak joda nepovoljno utiče na pojavu karcinoma. Lekar Dona Jak smatra da jod i tiroidni hormoni, kako prirodni tako i sintetički, smanjuju rizik od oboljenja. Naravno, preventivni pregledi su veoma važni i ne smemo ih zanemariti. Ono što treba da znamo je da telo ne proizvodi jod i zato je važno unositi ga svakodnevno. Najlakši način je preko hrane i pića. Joda najviše ima u morskim algama i plodovima, zatim u povrću kao što su beli luk, tikvice, šargarepa, brokoli. Kod nas na tržištu, odličan izvor je mineralna voda bogata prirodno rastvorenim jodom. Namirnice prženjem i pečenjem gube oko 20% joda, a kuvanjem čak 58% dok se minerali kroz vodu apsorbuju u najvećoj meri. Nađite način koji vama najviše odgovara ali obezbedite svom organizmu dovoljnu količinu joda svaki dan!





Datum: 11.11.2017
Medij: Dnevnik
Rubrika: Sport
Autori: naručena objava
Temе: Minaqua

Naslov: VOJVODINA - ŠABAC

Napomena:
Površina: 334
Tiraž: 10000



Strana: 26

Regionalna vaterpolo liga
Bazen SC Slana bara
subota, 11.11.2017. u 19h

ULAZ BESPLATAN

VOJVODINA — **ŠABAC**

www.vkvojvodina.org.rs

29722





Datum: 12.11.2017

Medij: Dnevnik

Rubrika: Reporter

Autori: Redakcija

Teme: Jod

Naslov: Trudnicama ne sme da fali jod

Napomena:

Površina: 298

Tiraž: 10000



Strana: 7

НА ЗДРАВЉЕ БЕБА ТРЕБА ДА СЕ МИСЛИ УНАПРЕД

Трудницама не сме да фали јод

Унос витамина и минерала изузетно је важан за труднице, као и за плод. Међутим постоје и минерали који ипак више утичу на развој плода. Управо такав, есенцијални минерал, је јод.

Јод је подједнако важан и за мајку и за дете. Саставни је део хормона штистичке жлезде, који утичу на већину процеса у телу. Редован унос јода у трудноћи, као и у периоду раног развоја детета, битан је за развој мозга плода, јер утиче на стварање неуронске мреже.

Недостатак јода у трудноћи може да се доведе у везу и са каснијим менталним поремећајима детета, што има тешке последице. Стога је важно да мајка свакодневно уноси довољне количине јода.



Дневна потреба за јодом износи 150 микрограма, док је трудницама потребно двоструко више, око 300 микрограма. Људско тело не може да произведи јод, па би стога требало редовно да се уноси.

Начина за то има много, а свако може да изабере онај који му највише прија. Јода има највише у морским алгама и риби. Мање га има у поврћу као што су бели лук, бели кромпир, грашак и тиквице. Међутим, термичком обрадом губи се скоро 50 одсто јода из намирница, те је најбоље решење пити минералну воду богату природно раствореним јодом. На тај начин јод се најбоље апсорбује у организму, а и тело добија неопходну течност.

39748





Koliko god da se zdravo hranite, ako uz to jedete previše šećera, on će poništiti delovanje minerala i ubijati imunitet. Namirnice s našeg podneblja mogu mnogo da nam pomognu, ističu nutricionisti.

Dva puta godišnje, u proleće i u jesen, trebalo bi pojačano uzimati vitamske dodatke ishrani, tvrde nutricionisti.

Takođe, trebalo bi birati hranu sa ovog podneblja i jesti je što više kuvanu, a iz jelovnika izbaciti prženu, kao i šećer. Posebnu pažnju bi trebalo obratiti na preparate bogate antioksidansima (A, C, E i cink), jer imaju značajnu ulogu u jačanju imuniteta.

Ovo je 17 saveta kojih bi trebalo da se držite kako biste ojačali imunitet.

Minerali, a posebno cink, gvožđe, magnezijum i selen, imaju važnu ulogu u podizanju imuniteta i energije. Međutim, bez obzira da li uzimate preporučene vitamine i minerale, ako se vaša ishrana temelji na šećerima, učinka neće biti. Šećer poništava delovanje minerala i doslovno "ubija" imunološki sistem, jer podstiče razmnožavanje virusa i bakterija. Zato je suvo voće zdravija opcija, jer sadrži važne minerale. Jačanju imuniteta pomaže i vitamin C, koji podstiče apsorpciju gvožđa.

Da biste svaki dan dobili potrebnu dozu vitamina i minerala i na prirodan način ojačali imunitet i telu osigurali energiju potrebnu za čitav dan, izmiksajte kivi, narandžu, pola limuna, pola banane i kašiku meda. Ako ste ljubitelj voća i povrća, ovom napitku za jačanje imuniteta dodajte i šaku zelenog lisnatog povrća koje je bogato mineralima, a koje u kombinaciji s vitaminima iz voća predstavlja odličnu kombinaciju za imunitet.

Ključnu ulogu za prenos nervnih podsticaja i impulsa, kontrakciju mišića i održavanje normalnoga krvnog pritiska ima kalijum. Ima ga u ribi, mesu, krompiru, zelenom povrću, bananama i jabukama. Nedostatak kalijuma izaziva slabost u mišićima, crevne probleme, nepravilnosti u radu srca i probleme s disanjem.

Vitamin D pomaže pri apsorpciji i očuvanju nivoa kalcijuma i fosfora u telu koji su vrlo važni za zdrave kosti. Izvori vitamina D su mleko, riblje ulje, maslac i žumance. Potrebnu dozu vitamina



D možete dobiti i ako provedete što više vremena na vazduhu i suncu, u jesen i zimu najmanje 45 minuta.

Riboflavin, poznatiji kao vitamin B2, pomaže telu da pretvori hranu u energiju. Dobar izvor vitamina B2 su sve vrste obogaćenog hleba i žitarice, a ima ga i u mlečnim proizvodima, zelenom povrću, ribi i mesu živine. Manjak vitamina B2 može izazvati raspukline na uglovima usana, neprestane upale grla, osipe na koži, ljubičastu boju jezika i preosetljivost na svetlo.

Vrlo važnu ulogu u sprečavanju infekcija ima vitamin C. Najbolji izvor ovog antioksidansa su citrusi, crvena paprika, brokoli, spanać, paradajz, krompir, kupus i kivi. Nedostatak vitamina C može izazvati malokrvnost, ispadanje zuba, bolove u zglobovima, spor proces izlečenja i gubitak kose.

Čak 98 odsto kalcijuma se nalazi u kostima i on ima važnu ulogu u rastu i razvoju kostiju. Ovog minerala ima u mlečnim proizvodima i ribi, ali ako ste preosetljivi na mlečni šećer (laktozu), potrebnu dozu kalcijuma možete dobiti jedući tofu, zeleno lisnato povrće ili pijuci čist pomorandžin sok.

Cink pomaže u održavanju jakog imunološkog i zdravog reproduktivnog sistema, posebno kod muškaraca. Ima ga u mesu, ribi, pasulju, celim zrnima žitarica, semenkama bundeve, pečurkama i pivskom kvasu. Pušenje i prekomerno pijenje alkohola negativno utiču na nivo cinka u telu. Elementarni jod važan je za pravilan rad štitne žlezde. Manjak joda u organizmu može izazvati povećanje štitne žlezde. Najbolji izvor tog minerala jeste jodirana so, a dobar izvor su i jogurt i morske trave. Znak nedostatka joda može biti smanjena aktivnost štitne žlezde, što usporava metabolizam.

Magnezijum omogućava zdrave funkcije nerava i mišića, uključujući i srce. Od vitalne je važnosti za rast i razvoj kostiju, a indirektno je povezan i s apsorpcijom kalcijuma. Odnos kalcijuma i magnezijuma nužnog za održavanje jakih kostiju je 2:1.

Dobar izvor magnezijuma su žitarice, mahunarke, semenke, zeleno povrće, lešnici i orasi.

Ljudi koji vode ljubav jedanput nedeljno imaju viši nivo imunoglobulina A, molekula imunološkog sistema, koji ima važnu ulogu u zaštiti sluznice od virusa i bakterija, pokazalo je istraživanje.

U borbi protiv sezonskih viroza i infekcija pomoći će i beli luk. Držite češanj u ustima i udišite paru u grlo i pluća. Ako vam je ukus prejak, isitnite ga i popijte s vodom. Beli luk ima antiseptička svojstva i sprečava razvoj virusa i bakterija u usnoj šupljini i gornjem disajnom sistemu.

Ako ste već prehlđeni, simptome prehlade (začepljeni nos, grlobolja, kijanje i kašalj) možete ublažiti prirodnim lekovima. Za bolno grlo sipajte čašu tople vode, dodajte kašičicu soli i grgućite, a kako biste sprečili širenje infekcije, iscedite limun u čašu tople vode i isperite grlo.

Začepljenost nosa ublažiće naribani ren, ali i ljuti začini poput tabasko sosa i ljute paprike, koji će doslovno "otvoriti" disajne puteve. Dok ste bolesni, ne zaboravite na unos vode, a pomoći će i pileća supa, koja sprečava upale.

Simptomi prehlade mogu se sprečiti inhaliranjem toplog vazduha. Uperite fen prema licu i udišite na nos najmanje dva-tri minuta. Ugrejani vazduh pomaže da se unište virusi, pokazalo je istraživanje.



Datum: 13.11.2017
Medij: vesti-online.com
Link: <http://www.vesti-online.com/Slobodno-Vreme/Zdravlje/674595/Zima-je-na-pragu-Ojacajte-imunitet>
Autori: Redakcija
Teme: Jod

Naslov: Zima je na pragu: Ojačajte imunitet

Napomena:

U veću činiju sipajte ključalu vodu. Možete dodati i nekoliko kapi eukaliptusovog ulja. Nagnite se i prekrijte činiju i glavu peškirom. Udišite kroz nos, a izdišite kroz usta. Inhalirajte se 10 minuta. Veliku kašiku slačice u prahu stavite u litar tople vode i stavite stopala u kupku. Slačica u kombinaciji s toplom vodom sliva krv u stopala i ublažava začepljenost nosa.

Vestionline, Sputnjik





Datum: 14.11.2017
Medij: Bazar - kuvar
Rubrika: Bez naslova
Autori: Redakcija
Teme: Jod

Naslov: Jod u ishrani za dugovečnost

Napomena:
Površina: 243
Tiraž: 0



Strana: 149

Shutterstock

ЈОД у исхрани за дуговечност

Јапанци исхраном смањују
оболевање од рака

Исхраном дефинитивно може да се утиче на квалитет живота. Исхрана Јапанаца базирана је на храни морског порекла: школјакама, морским алгама и главој риби. Статистика говори да је дневни унос јода код Јапанаца чак десетоструко већи од препорученог. Резултат овакве исхране богате јодом јесте веома мала стопа малигнитета. Многе студије наглашавају да је за здравље организма улога јода огромна. Код жена којима мањка јод, осим повећаног ризика за настанак рака дјоке, постоји повећан ризик и од рака шtitaste жлезде.

Разлог више да редовно и у довольним количинама уносимо јод јесте и чињеница да нас управо он штити од нежељених деловања брома, флуора, живе и олова. Јод елиминише отрове из нашег организма.

Према речима педијатра ендокринолога др Славице Даутовић, јод је минерал који је неопходан свакој ћелији нашег организма.

Јод има виталну улогу у настанку живота и очувању здравља. Он је основни градивни елемент хормона шtitastе жлезде, утиче на бројне процесе у организму и неопходан је за нормалан раст и развој свих ћелија и ткива. Посебно је важан за развој мозга ембриона и новорођених беба – каже др Даутовић.

Много је знакова који могу да укажу на недостатак јода у организму, а најочутљиви су грчеви у мишићима, гојење, сува кожа, слабо памћење, депресија и многи други.

Оно што је неопходно за наш организам, а увек је доступно, јесу намирнице и вода богате природно раствореним јodom.

Стручњаци саветују свима да следе пример Јапанаца чија је исхрана богата јодом. То су намирнице морског порекла: школјке, алге, морске алге, бела риба и нешто од тога треба свакодневно да буде на нашем менију.

Учините свом организму услугу, обезбедите себи давољну количину јода сваког дана. Тако мало, а тако пуно – поручују стручњаци.

5248





Sposobnost da se skoncentrišemo, u velikoj meri se zasniva na okolnostima i situaciji u kojoj se tog momenta nalazimo.

Nekada su greške koje napravimo jer smo dekoncentrisani male, a nekada mogu biti i kobne. Redovan unos joda, hranom i vodom, siguran je način da popravimo koncentraciju. Jod je esencijalni mineral za naš organizam. Utiče na razvitak mozga i grnanje neuronske mreže pa samim tim i na moždane aktivnosti. Pored pada koncentracije, nedostatak joda uzrokuje slabiju pažnju, a kod dece probleme sa učenjem i pamćenjem. Zato, da bi održali funkcije mozga na najvišem nivou, moramo obezbediti redovan unos joda u organizam, naravno u dovoljnoj količini. S obzirom da organizam ne može proizvesti jod, moramo ga svakodnevno unositi. Dnevne potrebe čoveka iznose 150 mikrograma, dok se trudnicama preporučuje 300 mikrograma. Joda najviše ima u hrani morskog porekla, a u nešto manjoj količini i u voću i povrću. Kod nas ga ima u mineralnoj vodi bogatoj prirodno rastvorenim jodom. Budući da pečenjem namirnice gube oko 20 odsto joda, a kuhanjem i do 58 odsto, mozak će najviše joda apsorbovati baš preko vode. Autor: 021





Datum: 16.11.2017

Medij: Dnevnik

Rubrika: Sport

Autori: naručena objava

Teme: Minaqua

Naslov: OK VOJVODINA NS SEME OK JEDINSTVO

Napomena:

Površina: 293

Tiraž: 10000



Strana: 26

SUPERLIGA SEZONA 2017/18. V KOLO

IGRAJMO ZAJEDNO!

ULAZ BESPLATAN

OK VOJVODINA NS SEME

OK JEDINSTVO

ČETVRTAK, 16. 11. 2017.
18 ČASOVA

MALA SALA
SPC "VOJVODINA"
NOVI SAD

Energotehnika Južna Bačka **Katijević** **Tehnomanija** **ALEKSANDAR GROUP** **PUT-INVEST**
Elixir Zorka **Bulevar Company** **GALENS** **KARIN INVEST** **DUNAV OSIGURANJE** **VITA** **Addiko Bank**
TEHNOUNION **DDOR OSIGURANJE** **PROJECT PHARMACY** **GODEA MEDICO** **IMPERIAL BUILDING** **MINAQUA**
unit **ENERGY-PRO** **PRVIRADIO.** **MONOVISAD.COM** **Radio 021** **tims.** **Copy Center**
Новосадска **ДНЕВНИК** **PRVIRADIO.** **MONOVISAD.COM** **PTB** **FAKULTET ZA SPORT I TURIZAM**
www.novosadska.tv **www.dnevnik.rs** **www.prviradio.com** **www.monovisad.com** **www.ptb.ac.rs** **39759**





Datum: 16.11.2017

Medij: espresso.rs

Link: <http://www.espresso.rs/kultura/film/199265/novo-ostvarenje-reditelja-mrtav-hladan-stigao-je-prvi-trejler-dom...>

Autori: @espresors

Teme: Minaqua

Naslov: Novo ostvarenje reditelja MRTAV HLADAN! Stigao je prvi trejler domaćeg filma PATULJCI SA NASLOVNIH STRANA (VIDEO)

Napomena:



Premijera filma održaće se u sredu 17. januara 2018. u Sava Centru od 20 časova i u bioskopu Cineplexx Ušće Shopping Center od 20:45

foto: Promo Karte za premijeru su u prodaji od ponedeljka 20. novembra. Za projekciju u Sava Centru biće dostupne na blagajni Sava Centra, putem prodajne mreže Eventima i preko sajta: <http://www.eventim.rs/rs/> a za projekciju u bioskopu Cineplexx Ušće Shopping Center, na samoj blagajni bioskopa. Uz Espresso aplikaciju ni jedna druga vam neće trebati. Instalirajte i proverite zašto! Film PATULJCI SA NASLOVNIH STRANA prikazivaće se od 18. januara u svim bioskopima u Srbiji i Crnoj Gori, dok će stanovnici Bosne i Hercegovine moći da ga pogledaju od 25. januara. Najnovija komedija u režiji poznatog reditelja Milorada Milinkovića ("Mrtav Ladan", "Čitulja za Eskobara") na fantastičan način prikazaće život najvećeg rijaliti maga na ovim prostorima, koga igra briljantni Gordan Kičić. Milorad Milinković, ujedno je i scenarista filma PATULJCI SA NASLOVNIH STRANA, a veliku glumačku ekipu, pored Gordana Kičića, čine: Boris Milivojević, Aleksandar Radojičić, Milena Radulović, Marko Gvero, Jelena Đukić, Ljuba Bandović, Tamara Krcunović, Rale Milenković, Olga Odanović i mnogi drugi poznati domaći glumci. Producent filma je Peđa Bajčetić, produksijska kuća "Bombona Production", dok je ko-produkcija i distribucija izvršena u saradnji sa kompanijama "Livada Producija" i "Taramount Film". Direktor fotografije je Dimitrije Joković, scenograf Aleksandar Veljanović, a kostimograf Dragana Lađevac. Nastanak filma PATULJCI SA NASLOVNIH STRANA ne bi bio moguć bez ogromne pomoći partnera, kompanija: Cineplexx, Minaqua i Fox televizori. O FILMU: Nikola (Gordan Kičić) ima četrdesetak godina i vodeća je zvezda reality programa koji se zove "Tri minuta slave". U praksi to izgleda tako što on bezobrazno vređa ljudi koji se na taj šou prijave i zbog toga je jako cenjen i odlično plaćen. Njegove zlobne i otrovne reči magnetski privlače gledalište i rejtinge dižu do nebesa. Osim toga, on smišlja i razne druge reality formate, kao i razne skrivene kamere. Njegov život je zapravo reality program. Njegov najbolji prijatelj Zoran (Boris Milivojević) je vlasnik medijske kuće koja se bavi proizvodnjom raznih reality formata, a žena njegovog prijatelja Mira





Datum: 16.11.2017

Medij: espresso.rs

Link: <http://www.espresso.rs/kultura/film/199265/novo-ostvarenje-reditelja-mrtav-hladan-stigao-je-prvi-trejler-dom...>

Autori: @espresors

Teme: Minaqua

Naslov: Novo ostvarenje reditelja MRTAV HLADAN! Stigao je prvi trejler domaćeg filma PATULJCI SA NASLOVNIH STRANA (VIDEO)

Napomena:

(Tamara Krcunović) je njegova najveća ljubav iz mladosti, što, naravno, niko osim njih dvoje ne zna. Nikolin život počinje da se menja u trenutku kada smišlja način kako da od mlade devojke koju gura njena ambiciozna majka, naprave zvezdu. Smeštaju joj skrivenu kameru koja se otima kontroli i on počinje da se pita: je li sve to zapravo nameštajka, tj. skrivena kamera koju podmeću njemu? Kada se uveri da su određene okolnosti ipak stvarne, prinuđen je da spasava sopstvenu kožu na način na koji jedino i zna... pomoći reality programa. Ali, on mora da razluči najvažnije: da li je ceo njegov život jedan veliki reality? I šta je u svemu stvarno, a šta samo izmišljotina koja donosi rejtinge? OVDE MOŽETE POGLEDATI TREJLER: (Espresso.rs)





Naslov: Šta se desi kada rijaliti postane život? Stigao je dugoočekivani trejler filma Patuljci sa naslovnih strana



Stigao je prvi trejler novog domaćeg filma Patuljci sa naslovnih strana. Premijera filma održće se u sredu 17. januara 2018. u Sava Centru od 20 časova i u bioskopu Cineplexx Ušće Shopping Center od 20:45. | Zabava

Stigao je prvi trejler novog domaćeg filma Patuljci sa naslovnih strana. Premijera filma održće se u sredu 17. januara 2018. u Sava Centru od 20 časova i u bioskopu Cineplexx Ušće Shopping Center od 20:45. foto: Promo Karte za premijeru su u prodaji od ponedeljka 20. novembra. Za projekciju u Sava Centru biće dostupne na blagajni Sava Centra, putem prodajne mreže Eventima i preko sajta: <http://www.eventim.rs/rs/> a za projekciju u bioskopu Cineplexx Ušće Shopping Center, na samoj blagajni bioskopa. Film Patuljci sa naslovnih strana prikazivaće se od 18. januara u svim bioskopima u Srbiji i Crnoj Gori, dok će stanovnici Bosne i Hercegovine moći da ga pogledaju od 25. januara. Najnovija komedija u režiji poznatog reditelja Milorada Milinkovića ("Mrtav Ladan", "Čitulja za Eskobara") na fantastičan način prikazaće život najvećeg rijaliti maga na ovim prostorima, koga igra briljantni Gordan Kičić. Milorad Milinković, ujedno je i scenarista filma Patuljci sa naslovnih strana, a veliku glumačku ekipu, pored Gordana Kičića, čine: Boris Milivojević, Aleksandar Radojičić, Milena Radulović, Marko Gvero, Jelena Đukić, Ljuba Bandović, Tamara Krcunović, Rale Milenković, Olga Odanović i mnogi drugi poznati domaći glumci.

Producenat filma je Peđa Bajčetić, produksijska kuća "Bombona Production", dok je ko-produkcija i distribucija izvršena u saradnji sa kompanijama "Livada Producija" i "Taramount Film". Direktor fotografije je Dimitrije Joković, scenograf Aleksandar Veljanović, a kostimograf Dragana Lađevac. Nastanak filma Patuljci sa naslovnih strana ne bi bio moguć bez ogromne pomoći partnera, kompanija: Cineplexx, Minaqua i Fox televizori. foto: Promo Nikola (Gordan Kičić) ima četrdesetak godina i vodeća je zvezda reality programa koji se zove "Tri minuta slave". U praksi to izgleda tako što on bezobrazno vređa ljude koji se na taj šou prijave i zbog toga je jako cenjen i odlično plaćen. Njegove zlobne i otrovne reči magnetski privlače gledalište i rejtinge dižu do nebesa. Osim toga, on smišlja i razne druge reality formate, kao i razne skrivene kamere. Njegov život je zapravo





Datum: 16.11.2017
Medij: glossy.espresso.rs
Link: <http://glossy.espresso.rs/zabava/film/110749/sta-se-desi-kada-rijaliti-postane-zivot-stigao-je-dugoocekivani...>
Autori: @storyrs
Teme: Minaqua

Napomena:

Naslov: Šta se desi kada rjaliti postane život? Stigao je dugoočekivani trejler filma Patuljci sa naslovnih strana

reality program. Njegov najbolji prijatelj Zoran (Boris Milivojević) je vlasnik medijske kuće koja se bavi proizvodnjom raznih reality formata, a žena njegovog prijatelja Mira (Tamara Krcunović) je njegova najveća ljubav iz mladosti, što, naravno, niko osim njih dvoje ne zna. Nikolin život počinje da se menja u trenutku kada smišlja način kako da od mlade devojke koju gura njena ambiciozna majka, naprave zvezdu. Smeštaju joj skrivenu kameru koja se otima kontroli i on počinje da se pita: je li sve to zapravo nameštajka, tj. skrivena kamera koju podmeću njemu? Kada se uveri da su određene okolnosti ipak stvarne, prinuđen je da spasava sopstvenu kožu na način na koji jedino i zna... pomoći reality programa. foto: Promo Ali, on mora da razluči najvažnije: da li je ceo njegov život jedan veliki reality? I šta je u svemu stvarno, a šta samo izmišljotina koja donosi rejtinge?





Datum: 16.11.2017

Medij: blockbuster.rs

Link: <http://blockbuster.rs/stigao-prvi-trejler-domaceg-filma-patuljci-sa-naslovnih-strana-premijera-17-januara/>

Autori: @SerBlockbuster

Teme: Minaqua

Naslov: Stigao prvi trejler domaćeg filma "Patuljci sa naslovnih strana". Premijera 17. januara

Napomena:



Foto: Bombona Production

Izvor: Taramount Dragi prijatelji, Stigao je prvi trejler novog domaćeg filma PATULJCI SA NASLOVNIH STRANA. Premijera filma održaće se u sredu 17. januara 2018.

Izvor: Taramount Dragi prijatelji,

Stigao je prvi trejler novog domaćeg filma PATULJCI SA NASLOVNIH STRANA. Premijera filma održaće se u sredu 17. januara 2018. u Sava Centru od 20 časova i u bioskopu Cineplexx Ušće Shopping Center od 20:45. Karte za premijeru su u prodaji od ponedeljka 20. novembra. Za projekciju u Sava Centru biće dostupne na blagajni Sava Centra, putem prodajne mreže Eventima i preko sajta: <http://www.eventim.rs/rs/> a za projekciju u bioskopu Cineplexx Ušće Shopping Center, na samoj blagajni bioskopa.

Film PATULJCI SA NASLOVNIH STRANA prikazivaće se od 18. januara u svim bioskopima u Srbiji i Crnoj Gori, dok će stanovnici Bosne i Hercegovine moći da ga pogledaju od 25. januara. Najnovija komedija u režiji poznatog reditelja Milorada Milinkovića ("Mrtav Ladan", "Čitulja za Eskobara") na fantastičan način prikazuje život najvećeg rijaliti maga na ovim prostorima, koga igra briljantni Gordan Kičić. Milorad Milinković, ujedno je i scenarista filma PATULJCI SA NASLOVNIH STRANA, a veliku glumačku ekipu, pored Gordana Kičića, čine: Boris Milivojević, Aleksandar Radojičić, Milena Radulović, Marko Gvero, Jelena Đukić, Ljuba Bandović, Tamara Krcunović, Rale Milenković, Olga Odanović i mnogi drugi poznati domaći glumci. Producent filma je Peđa Bajčetić, produkcijska kuća "Bombona Production", dok je ko-produkcija i distribucija izvršena u saradnji sa kompanijama "Livada Producija" i "Taramount Film".

Direktor fotografije je Dimitrije Joković, scenograf Aleksandar Veljanović, a kostimograf Dragana Lađevac. Nastanak filma PATULJCI SA NASLOVNIH STRANA ne bi bio moguć bez ogromne pomoći partnera, kompanija: Cineplexx, Minaqua i Fox televizori.

Foto: Bombona Production

O FILMU:

Nikola (Gordan Kičić) ima četrdesetak godina i vodeća je zvezda reality programa koji se zove "Tri





Datum: 16.11.2017

Medij: blockbuster.rs

Link: <http://blockbuster.rs/stigao-prvi-trejler-domaceg-filma-patuljci-sa-naslovnih-strana-premijera-17-januara/>

Autor: @SerBlockbuster

Teme: Minaqua

Naslov: Stigao prvi trejler domaćeg filma "Patuljci sa naslovnih strana". Premijera 17. januara

Napomena:

minuta slave". U praksi to izgleda tako što on bezobrazno vređa ljude koji se na taj šou prijave i zbog toga je jako cenjen i odlično plaćen. Njegove zlobne i otrovne reči magnetski privlače gledalište i rejtinge dižu do nebesa. Osim toga, on smišlja i razne druge reality formate, kao i razne skrivene kamere. Njegov život je zapravo reality program. Njegov najbolji prijatelj Zoran (Boris Milivojević) je vlasnik medijske kuće koja se bavi proizvodnjom raznih reality formata, a žena njegovog prijatelja Mira (Tamara Krcunović) je njegova najveća ljubav iz mladosti, što, naravno, niko osim njih dvoje ne zna.

Nikolin život počinje da se menja u trenutku kada smišlja način kako da od mlade devojke koju gura njena ambiciozna majka, naprave zvezdu. Smeštaju joj skrivenu kameru koja se otima kontroli i on počinje da se pita: je li sve to zapravo nameštajka, tj. skrivena kamera koju podmeću njemu?

Kada se uveri da su određene okolnosti ipak stvarne, prinuđen je da spasava sopstvenu kožu na način na koji jedino i zna... pomoću reality programa.

Ali, on mora da razluči najvažnije: da li je ceo njegov život jedan veliki reality? I šta je u svemu stvarno, a šta samo izmišljotina koja donosi rejtinge?





Datum: 17.11.2017
 Medij: Dnevnik
 Rubrika: Sport
 Autori: naručena objava
 Tema: Minaqua
 Naslov: OK VOJVODINA NS SEME

Napomena:
 Površina: 298
 Tiraž: 10000



Strana: 26

SUPERLIGA SEZONA 2017/18. VI KOLO



IGRAJMO ZAJEDNO!

ULAZ BESPLATAN

OK VOJVODINA NS SEME

OK SPARTAK

SUBOTA, 18. 11. 2017.
18.30 ČASOVA

VELIKA SALA
SPC "VOJVODINA"
NOVI SAD

Energotehnika Južna Bačka **Matijević** **Tehnomanija** **ALEKSANDAR GROUP** **PUT-INVEST**
Elixir Zorka **Bulevar Company** **KARIN INVEST** **DUNAV OSIGURANJE** **VITA** **Addiko Bank**
TEHNOUNION **DDOR OSIGURANJE** **GALERS** **PROJECT PHARMACY** **GODEA MEDIC** **IMPERIAL BUILDING** **MINAQUA**
unit **ENERGY-PRO** **PRVIRADIO** **MONOVISAD.COM** **Radio O21** **tims.** **Copar**
Новосаадска **ДНЕВНИК** **PTB** **39770**





Datum: 17.11.2017
Medij: VIP Svet
Rubrika: Bez naslova
Autori: naručena objava
Teme: Minaqua

Naslov: MINAQUA

Napomena:
Površina: 1433
Tiraž: 0



Strana: 1,27

**NE SLUTI ŠTA JOJ SE SPREMA
JELENU HAPSE
U ZADRUZI!
NAMESTILI JOJ KRIVIČNU PRIJAVU!**

**DIVNU ČEKA PAKAO!
NE ZNA DA
JE OSTALA
BEZ ĆERKE!**

**Broj 197 • Izlazi petkom • 17.11.2017.
CENA 550 DIN. MN 6,52 - BH 140 - MKD 30 MKD - SUD 100
AT 2,04 - CH 3,04 CH - NL 11,90 CH, B 3,04 CH - DK 290 K - SE 550 K**

**POSLE SVAĐE
SA HARISOM
NAGUTALA
SE LEKOVA!**

**NOVI NAPAD!
ČABARKAPA
TRAŽI
DNK TEST!**

**RADA
POKUSALA
DA SE UBIJE!**

**„SVI ĆE SE ŠOKIRATI KAD
SAZNAJU KO JE OTAC
MALE MAGDALENE!“**

**„NJOJ SU ESTRADA I MOMCI
DOŠLI GLAVE, NIKO NIJE VREDAN
NJENIH SUZA“, KAŽE OČAJNI OTAC**

**DAVID: „JA ĆU
PRIZNATI TO DETE,
NE DAM DA UNIŠTE ALEKSANDRU“**

**STRAŠNO!
„MILJANU
JE MAJKA
ZLOSTAVLJALA!“
UNUTRA FOTKE PRETUĆENE MILJANE!**

**OBRT! KEBIN
PRVI POZIV
VANBRAČNOJ
ĆERKI INI:
„OPROSTI MI ZA SVE“**

00197
9 723499209





Datum: 17.11.2017
Medij: VIP Svet
Rubrika: Bez naslova
Avtori: naručena objava
Teme: Minaqua

Naslov: MINAQUA

Napomena:
Površina: 1433
Tiraž: 0



Strana: 1,27

SREĆNA SLAVA!
VAŠA

MINAQUA

IZVOR PRIRODNO
RASTVORENOG
JODA

MINAQUA

Prirođeni izvor joda





17. XI 2017 | Jednostavna priprema štapića bakalara omogućava očuvanje svih hranljivih sastojaka, zbog čega ovu vrstu sa pravom smatraju kraljicom među morskim ribama. Bakalar spada u ribe čija je priprema izuzetno zahtevna, dok su Frikom panirani stапici bakalara savršeno rešenje za brz i ukusan obrok, kažu iz te kompanije. 1. Jedno od omiljenih jela Mediterana, potiče iz hladnih mora.

2. Vikinzima je sušeni bakalar bio osnovna namirnica na dugim putovanjima.
3. Postoje tri vrste bakalara: atlanski, pacifički i grendlanski.
4. Najveći izvoznici robe su: Island, Norveška, Švedska, Kanada i Poljska.
5. Najbliži bakalaru iz naših krajeva je oslić.
6. Bakalar ima malo kalorija i čuva srce!
7. Obiluje kalcijumom, jodom i gvožđem, vitaminom D i ima malo masti.





Datum: 18.11.2017

Medij: Dnevnik

Rubrika: Sport

Autori: naručena objava

Teme: Minaqua

Naslov: OK VOJVODINA NS SEME - OK SPARTAK

Napomena:

Površina: 290

Tiraž: 10000



Strana: 26

SUPERLIGA SEZONA 2017/18. VI KOLO

IGRAJMO ZAJEDNO!

ULAZ BESPLATAN

OK VOJVODINA NS SEME

OK SPARTAK

SUBOTA, 18. 11. 2017.
18.30 ČASOVA

VELIKA SALA
SPC "VOJVODINA"
NOVI SAD

Energotehnika Južna Bačka **Matijević** **Tehnomanija** **ALEKSANDAR GROUP** **PUT-INVEST**
Elixir Zorka **Bulevar Company** **KARIN INVEST** **DUNAY OSIGURANJE** **VITA** **Addiko Bank**
TEHNOUNION **DDOR OSIGURANJE** **GALEIS** **PROJECT PHARMACY** **GODEA MEDICO** **IMPERIAL BUILDING** **MINAQUA**
unit **ENERGY-PRO** **PRVIRADIO** **MOTOVISAD.COM** **PTB** **Radio 021** **tims.** **Cespyt**
Новосадска **ДНЕВНИК** **PRVIRADIO** **MOTOVISAD.COM** **PTB** **Radio 021** **tims.** **Cespyt**
www.novosadska.tv www.dnevnik.rs www.prviroadio.com www.motovisad.com www.ptb.rs www.radio021.com www.tims.rs www.cespyt.com www.39770.com





Datum: 18.11.2017

Medij: Blic žena

Rubrika: Bez naslova

Autori: Redakcija

Teme: Jod

Naslov: Jod Je obavezan, naročito za trudnice!

Napomena:

Površina: 144

Tiraž: 129736



Strana: 25

JOD JE OBAVEZAN, NAROČITO ZA TRUDNICE!



Odavno je poznato da je jod veoma bitan mineral za naš organizam zbog toga što utiče na razvoj i rad svakog organa u telu, a naročito štitne žlezde.

Zbog toga je veoma bitno da žene u drugom stanju redovno i u dovoljnim količinama unoše jod. Ukoliko štitna žlezda kod trudnica ne obavlja svoju funkciju, povećava se rizik od prevremenog porođaja.



Redovnim unosom JODA čuvate svoje i bebino zdravlje!

Nedovoljan unos joda kroz ishranu može da dovede do smanjenja aktivnosti štitaste žlezde. Naime, manjak joda rezultira nedostatkom hormona štitnjače, čiji je sastavni element upravo ovaj mineral. Jod takođe utiče na stvaranje neuronske mreže fetusa. Pri nedostatku ovog minerala može doći do poremačaja proizvodnje hormona, teškoća u gutanju i disanju, hipotiroidizma, usporenog rasta, mentalnog oštećenja i na kraju – nižeg nivoa inteligencije.

Sa samo 150 mikrograma dnevno čovek zadovoljava svoje dnevne potrebe za jodom, dok su kod trudnica te potrebe malo veće, oko 250 mikrograma. Najbolje je to uraditi unosom morske ribe i algi, zatim povrćem, kao što su beli luk, tikvice, šargarepa i cvekla. Kod nas postoji prirodna mineralna voda bogata prirodnim rastvorenim jodom.





Datum: 18.11.2017

Medij: prolog.rs

Link: <https://www.prolog.rs/Stigao-prvi-trejler-doma%C4%87eg-filma-Patuljci-sa-naslovnih-strana.-Premijera-17.-ja...>

Autori: Joombooz - www.joombooz.com

Teme: Minaqua

Naslov: Stigao prvi trejler domaćeg filma 'Patuljci sa naslovnih strana'. Premijera 17. januara

Napomena:

Svetska kinematografija na jednom mestu

Stigao je prvi trejler novog domaćeg filma PATULJCI SA NASLOVNIH STRANA. Premijera filma održaće se u sredu 17. januara 2018. u Sava Centru od 20 časova i u bioskopu Cineplexx Ušće Shopping Center od 20:45. Karte za premijeru su u prodaji od ponedeljka 20. novembra. Za projekciju u Sava Centru biće dostupne na blagajni Sava Centra, putem prodajne mreže Eventima i preko sajta: <http://www.eventim.rs/rs/> a za projekciju u bioskopu Cineplexx Ušće Shopping Center, na samoj blagajni bioskopa.

Film PATULJCI SA NASLOVNIH STRANA prikazivaće se od 18. januara u svim bioskopima u Srbiji i Crnoj Gori, dok će stanovnici Bosne i Hercegovine moći da ga pogledaju od 25. januara. Najnovija komedija u režiji poznatog reditelja Milorada Milinkovića ("Mrtav Ladan", "Čitulja za Eskobara") na fantastičan način prikazati život najvećeg rijaliti maga na ovim prostorima, koga igra briliantni Gordan Kičić. Milorad Milinković, ujedno je i scenarista filma PATULJCI SA NASLOVNIH STRANA, a veliku glumačku ekipu, pored Gordana Kičića, čine: Boris Milivojević, Aleksandar Radojičić, Milena Radulović, Marko Gvero, Jelena Đukić, Ljuba Bandović, Tamara Krcunović, Rale Milenković, Olga Odanović i mnogi drugi poznati domaći glumci. Producent filma je Peđa Bajčetić, produkcijska kuća "Bombona Production", dok je ko-produkcija i distribucija izvršena u saradnji sa kompanijama "Livada Producija" i "Taramount Film".

Direktor fotografije je Dimitrije Joković, scenograf Aleksandar Veljanović, a kostimograf Dragana Lađevac. Nastanak filma PATULJCI SA NASLOVNIH STRANA ne bi bio moguć bez ogromne pomoći partnera, kompanija: Cineplexx, Minaqua i Fox televizori. O FILMU:

Nikola (Gordan Kičić) ima četrdesetak godina i vodeća je zvezda reality programa koji se zove "Tri minuta slave". U praksi to izgleda tako što on bezobrazno vređa ljude koji se na taj šou prijave i zbog toga je jako cenjen i odlično plaćen. Njegove zlobne i otrovne reči magnetski privlače gledalište i rejtinge dižu do nebesa. Osim toga, on smišlja i razne druge reality formate, kao i razne skrivene kamere. Njegov život je zapravo reality program. Njegov najbolji prijatelj Zoran (Boris Milivojević) je vlasnik medejske kuće koja se bavi proizvodnjom raznih reality formata, a žena njegovog prijatelja Mira (Tamara Krcunović) je njegova najveća ljubav iz mladosti, što, naravno, niko osim njih dvoje ne zna.

Nikolin život počinje da se menja u trenutku kada smišlja način kako da od mlade devojke koju gura njena ambiciozna majka, naprave zvezdu. Smeštaju joj skrivenu kameru koja se otima kontroli i on počinje da se pita: je li sve to zapravo nameštajka, tj. skrivena kamera koju podmeću njemu?

Kada se uveri da su određene okolnosti ipak stvarne, prinuđen je da spasava sopstvenu kožu na način na koji jedino i zna... pomoću reality programa.

Ali, on mora da razluči najvažnije: da li je ceo njegov život jedan veliki reality? I šta je u svemu stvarno, a šta samo izmišljotina koja donosi rejtinge?





Datum: 20.11.2017

Medij: kurir.rs

Link: <http://www.kurir.rs/vesti/drustvo/2944189/jod-prva-linija-odbrane-rak-dojke-najcesci-oblik-karcinoma-kod-zena>

Autori: @KurirVesti

Teme: Jod

Napomena:

Naslov: JOD prva linija odbrane - rak dojke, najčešći oblik karcinoma kod žena



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. foto: Promo 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. Učinite svom organizmu uslugu, obezbedite sebi dovoqnu količinu joda svakog dana. Tako malo, a tako puno - poručuju stručnjaci. foto: Shutterstock Promo Kurir Autor: Foto: Shutterstock

Kliknite za sledeću vest





Datum: 21.11.2017
Medij: Ilustrovana politika
Rubrika: Viva
Autorski: Redakcija
Teme: Jod

Naslov: JOD - PRVA LINIJA ODBRANE

Napomena:
Površina: 157
Tiraž: 20000



Strana: 31



РАК ДОЈКЕ, НАЈЧЕШЋИ ОБЛИК КАРЦИНОМА КОД ЖЕНА

ЈОД - ПРВА ЛИНИЈА ОДБРАНЕ

Један од есенцијалних минерала за наш организам је јод. Он утиче на сваки орган у нашем телу, а веома је важан у превенцији болести. Најопаснија од њих, свакако је рак дојке. Ово је уједно 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, жене оболеле од рака дојке у већини случајева имале су изразит дефицит јода у свом организму.

Оно што је важно код јода јесте да га тело не производи па га морамо свакодневно уносити. Стручњаци саветују свима да следе пример Јапанаца чија је исхрана богата јodom. То су намирнице морског порекла: школјке, морске алге, бела риба, те да нешто од тога треба свакодневно да буде на нашем менију. Код нас је најбољи извор минерална вода богата природно раствореним јодом.

– Учините свом организму услугу: обезбедите себи довољну количину јода сваког дана и идите на превентивне прегледе – поручују стручњаци.





Datum: 21.11.2017

Medij: atastars.rs

Link: <http://www.atastars.rs/vesti-ostalo/film/179479-pocela-prodaja-karata-za-premijeru-filma-patuljci-sa-naslov...>

Autori: Redakcija

Teme: Minaqua

Naslov: POČELA PRODAJA KARATA ZA PREMIJERU FILMA "PATULJCI SA NASLOVNIH STRANA"

Napomena:



Počela je prodaja karata za premijeru filma PATULJCI SA NASLOVNIH STRANA koja će biti održana u Sava Centru i bioskopu Cineplexx Ušće Shopping Center, 17. januara 2018. Za projekciju u Sava Centru, karte su dostupne putem prodajne mreže Eventima, preko ...

Počela je prodaja karata za premijeru filma PATULJCI SA NASLOVNIH STRANA koja će biti održana u Sava Centru i bioskopu Cineplexx Ušće Shopping Center, 17. januara 2018. Za projekciju u Sava Centru, karte su dostupne putem prodajne mreže Eventima, preko sajta: <http://www.eventim.rs/rs/> i na blagajni Sava Centra, a za projekciju u bioskopu Cineplexx Ušće Shopping Center, na samoj blagajni bioskopa.

Obezbedite već sada vaše karte za veliku premijeru!

Nakon premijere, od 18. januara film PATULJCI SA NASLOVNIH STRANA prikazivaće se u svim bioskopima u Srbiji i Crnoj Gori, dok će stanovnici Bosne i Hercegovine moći da ga pogledaju od 25. januara. 2018.

Nova sjajna komedija poznatog reditelja Milorada Milinkovića ("Mrtav Ladan", "Čitulja za Eskobara") prikazuje život i razne dogodovštine i spletke koje proživljava najveći rijaliti mag na ovim prostorima, koga igra fantastični Gordan Kičić. Milorad Milinković, pored režije potpisuje i scenario filma PATULJCI SA NASLOVNIH STRANA, a brilljantnu glumačku ekipu, pored Gordana Kičića, čine: Boris Milivojević, Aleksandar Radojičić, Milena Radulović, Marko Gvero, Jelena Đukić, Ljuba Bandović, Tamara Krcunović, Rale Milenković, Olga Odanović i mnogi drugi kako mladi i perspektivni, tako i iskusni i poznati domaći glumci. Producent filma je Peđa Bajčetić, producijska kuća "Bombona Production", dok je ko-produkcija i distribucija izvršena u saradnji sa kompanijama "Livada Producija" i "Taramount Film".

Direktor fotografije je Dimitrije Joković, scenograf Aleksandar Veljanović, a kostimograf Dragana Lađevac. Film je podržao i potpomogao "Filmski Centar Srbije", a realizacija nove hit komedije takođe ne bi bila moguća bez pomoći partnera, kompanija: Cineplexx, Minaqua i Fox televizori.





Datum: 23.11.2017
Medij: Novosadska TV
Emisija: Novosadsko jutro
Autori: Redakcija
Teme: Minaqua

Naslov: Minaqua nagradna igra

Početak: 23.11.2017 06:30:00
Kraj: 23.11.2017 09:05:00
Emisija: 23.11.2017 08:41:00
Prilog: 23.11.2017 08:41:38

Trajanje:
02:35:00
00:00:22

Novosadsko jutro dodeljuje vredne nagrade najvernijim i najbržim gledaocima





Datum: 24.11.2017
Medij: VIP Svet
Rubrika: Bez naslova
Autori: naručena objava
Teme: Minaqua

Naslov: MINAQUA

Napomena:
Površina: 1456
Tiraž: 0



Strana: 1,27

ČABARKAPA PUCAO NA ALEKSANDRU!

VIP
Broj 198 • Izlazi petkom • 24. 11. 2017.
CENA 850 DIN. • MNJE 056 • BH 100M • MNO 30 MNO • SLOV 10R
A1 DE 2,0 € • C1 3,0 CDF • NLL ULR GR, B13,000UR • DK 2500K • SE 5558K

UMALO JE SAHRANILI!

KIJI IZVADILI TUMOR!

OPERACIJA BILA OPASNA PO ŽIVOT!

**VIŠE NEĆE MOĆI DAIMA DECU!
ZA SVE KRIVI LUNU I SLOBU!**

TAJNE SLUŽBE UCENJUJU NOVAKA

UNIŠTIĆE MU ŽIVOT AKO SE VRAТИ NA TEREN

**DRAMA U GRANDU!
BEKUTA MISLILA DA JE MRKA UMRO!**

RODITELJI OČAJNI! BORIN OTAC:

„NEK MI NE DOVODI MACU, NE TREBA MI KU*VA U KUĆI”

**ANĐELOVA MAJKA:
„NEĆU SNAJU SA ČAZIMOVE JAHTE!”**





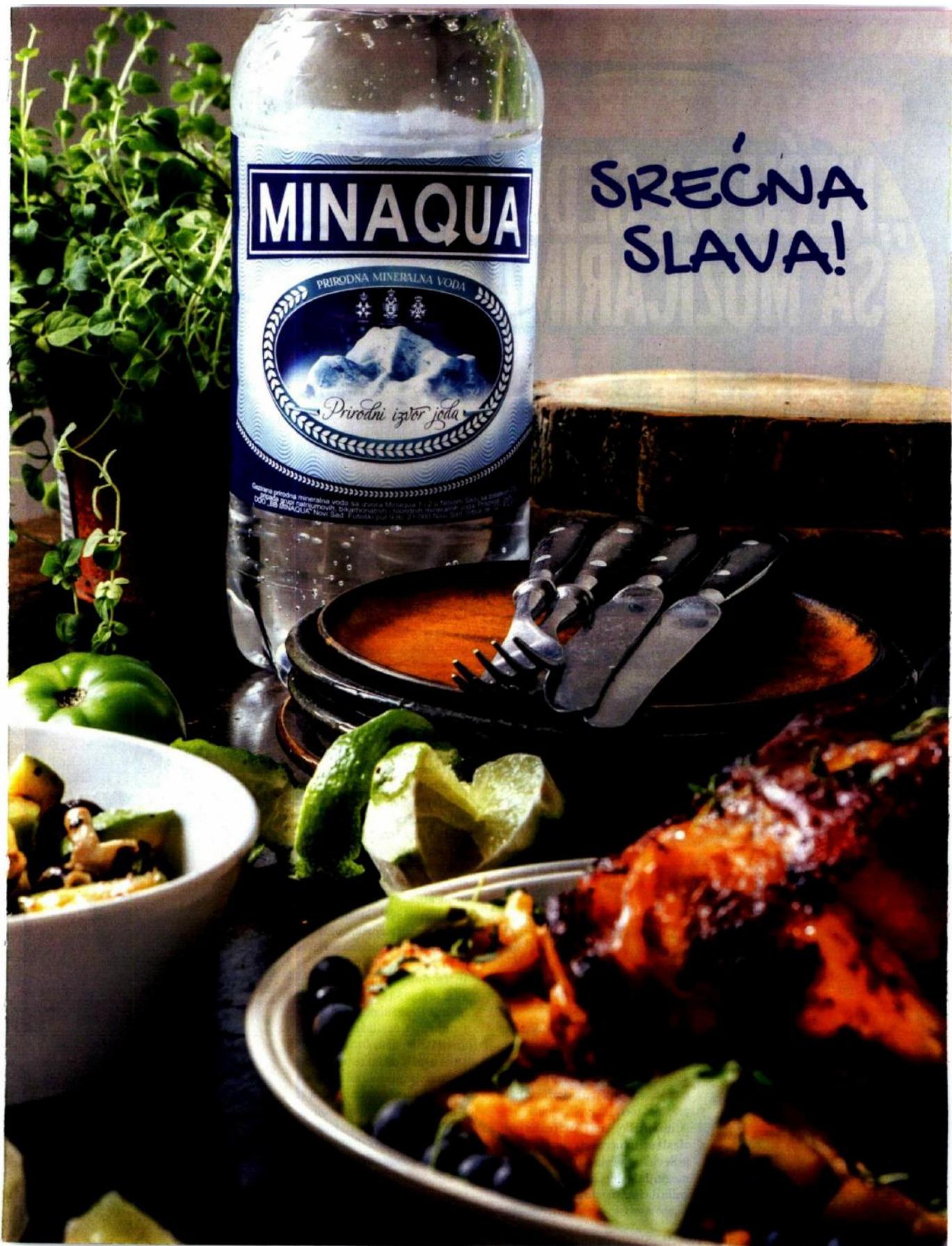
Datum: 24.11.2017
Medij: VIP Svet
Rubrika: Bez naslova
Autori: naručena objava
Teme: Minaqua

Naslov: MINAQUA

Napomena:
Površina: 1456
Tiraž: 0



Strana: 1,27





Datum: 24.11.2017

Medij: prolog.rs

Link: <https://www.prolog.rs/Po%C4%8Dela-prodaja-karata-za-premijeru-filma-Patuljci-sa-naslovnih-strana-article-21...>

Autori: Joombooz - www.joombooz.com

Teme: Minaqua

Napomena:

Naslov: Počela prodaja karata za premijeru filma 'Patuljci sa naslovnih strana'



Počela je prodaja karata za premijeru filma PATULJCI SA NASLOVNIH STRANA koja će biti održana u Sava Centru i bioskopu Cineplexx Ušće Shopping Center, 17. januara 2018. Za projekciju u...

Evo prilike da i Vi postanete deo Prologa.

Ukoliko želite da postavite prikaz svog omiljenog, ili neomiljenog, filma, glumca ili reditelja, vest koja vam je jako značajna, ili bilo šta što se tiče sveta kinematografije, možete nam poslati vaša viđenja na adresu info@joombooz.com

Da bi bio objavljen, prikaz ne sme u sebi sadržati nikakve vulgarnosti, da ne bude kraći od 10 rečenica, reči poput "brate", "sestro", "fenomenalno", "super" (osim ako nije deo naslova) i njima slične neće se uzeti u obzir, kao ni atak na manjinske grupe.

Nov 201722

Počela je prodaja karata za premijeru filma PATULJCI SA NASLOVNIH STRANA koja će biti održana u Sava Centru i bioskopu Cineplexx Ušće Shopping Center, 17. januara 2018. Za projekciju u Sava Centru, karte su dostupne putem prodajne mreže Eventima, preko sajta: <http://www.eventim.rs/rs/> i na blagajni Sava Centra, a za projekciju u bioskopu Cineplexx Ušće Shopping Center, na samoj blagajni bioskopa.

Obezbedite već sada vaše karte za veliku premijeru!

Nakon premijere, od 18. januara film PATULJCI SA NASLOVNIH STRANA prikazivaće se u svim bioskopima u Srbiji i Crnoj Gori, dok će stanovnici Bosne i Hercegovine moći da ga pogledaju od 25. januara. 2018.

Nova sjajna komedija poznatog reditelja Milorada Milinkovića ("Mrtav Ladan", "Čitulja za Eskobara") prikazuje život i razne dogodovštine i spletke koje proživljava najveći rijaliti mag na ovim prostorima, koga igra fantastični Gordan Kičić. Milorad Milinković, pored režije potpisuje i





Datum: 24.11.2017

Medij: prolog.rs

Link: <https://www.prolog.rs/Po%C4%8Dela-prodaja-karata-za-premijeru-filma-Patuljci-sa-naslovnih-strana-article-21...>

Autori: Joombooz - www.joombooz.com

Teme: Minaqua

Naslov: Počela prodaja karata za premijeru filma 'Patuljci sa naslovnih strana'

Napomena:

scenario filma PATULJCI SA NASLOVNIH STRANA, a brilljantnu glumačku ekipu, pored Gordana Kičića, čine: Boris Milivojević, Aleksandar Radojičić, Milena Radulović, Marko Gvero, Jelena Đukić, Ljuba Bandović, Tamara Krcunović, Rale Milenković, Olga Odanović i mnogi drugi kako mlađi i perspektivni, tako i iskusni i poznati domaći glumci. Producent filma je Peđa Bajčetić, produksijska kuća "Bombona Production", dok je ko-produkcija i distribucija izvršena u saradnji sa kompanijama "Livada Producija" i "Taramount Film".

Direktor fotografije je Dimitrije Joković, scenograf Aleksandar Veljanović, a kostimograf Dragana Lađevac. Film je podržao i potpomogao "Filmski Centar Srbije", a realizacija nove hit komedije takođe ne bi bila moguća bez pomoći partnera, kompanija: Cineplexx, Minaqua i Fox televizori.

O FILMU:

Nikola (Gordan Kičić) ima četrdesetak godina i vodeća je zvezda reality programa koji se zove "Tri minuta slave". U praksi to izgleda tako što on bezobrazno vređa ljude koji se na taj šou prijave i zbog toga je jako cenjen i odlično plaćen. Njegove zlobne i otrovne reči magnetski privlače gledalište i rejtinge dižu do nebesa. Osim toga, on smišlja i razne druge reality formate, kao i razne skrivene kamere. Njegov život je zapravo reality program. Njegov najbolji prijatelj Zoran (Boris Milivojević) je vlasnik medijske kuće koja se bavi proizvodnjom raznih reality formata, a žena njegovog prijatelja Mira (Tamara Krcunović) je njegova najveća ljubav iz mladosti, što, naravno, niko osim njih dvoje ne zna.

Nikolin život počinje da se menja u trenutku kada smišlja način kako da od mlade devojke koju gura njena ambiciozna majka, naprave zvezdu. Smeštaju joj skrivenu kameru koja se otima kontroli i on počinje da se pita: je li sve to zapravo nameštajka, tj. skrivena kamera koju podmeću njemu?

Kada se uveri da su određene okolnosti ipak stvarne, prinuđen je da spasava sopstvenu kožu na način na koji jedino i zna... pomoću reality programa.

Ali, on mora da razluči najvažnije: da li je ceo njegov život jedan veliki reality? I šta je u svemu stvarno, a šta samo izmišljotina koja donosi rejtinge?

Podeli:





Datum: 26.11.2017
Medij: Dnevnik
Rubrika: Ekonomija
Autori: naručena objava
Teme: Jod

Naslov: Jod je važan za razvoj mozga

Napomena:
Površina: 295
Tiraž: 10000



Strana: 5

O ЗДРАВЉУ ТРЕБА ДА СЕ ВОДИ РАЧУНА И ПРЕ РОЂЕЊА

Јод је важан за развој мозга



Јод је изузетно важан за нормалан раст и развој свих ћелија и ткива, а посебно за развој и функцију мозга, а он је и један је од градивних елемената хормона штитасте жлезде. Како је развој мозга најинтензивнији пре рођења и у прве три године живота, последице недостатка јода најопасније су код трудница, дојиља и мале деце.

Недостатак јода може да доведе до оштећења памћења, лоше концентрације и радне способности у сваком животном добу. Једно, то је и најчешћи појединачни узрок интелектуалне заосталости у свету, јер смањује укупан количник интелигенције народа чак до 18 бодова.

Јод је важан за апоптозу, односно програмиранио одумирање оistarелих, измењених и заражених ћелија и због тога је неопходан у одбрани од стреса, инфекција и других болести.

Људски организам не може сам да произведе јод, стога би требало да га свакодневно уносимо храном и водом.

Светска здравствена организација до недавно је препоручивала 150 микрограма јода као дневно потребну количину овог минерала, а трудницама и дојиљама двоструко више. Према новим препорукама СЗО ове дозе су повећане, па је у циљу очувања здравља, минимално потребно око 15 микрограма по килограму телесне масе за децу, превремено рођеним бебама 30 микрограма на сваки килограм, а одраслима 300 микрограма.

Јода има највише у морским плодовима, као што су алге и плава риба, али и у свежим јабукама, зеленој салати и интегралном хлебу и у мањој количини у млечним производима. Главни извор јода је јодирана кухињска со, храна пореклом из мора, нарочито бакалар и бранцин. Одличан избор је и минерална вода са природно раствореним јодом. Поређења ради, једна кашица јодиране соли садржи око 95 микрограма јода, порција од 170 грама морске рибе има око 650 микрограма јода, а две чаше минералне воде са природно раствореним јодом имају дневно потребну дозу јода.

39820





Datum: 27.11.2017

Medij: b92.net

Link: http://www.b92.net/zdravlje/pr.php?yyyy=2017&mm=11&nav_id=1329786

Autori: Redakcija

Teme: Jod

Naslov: Jod u ishrani za dugovečnost

Napomena:



Ishranom definitivno može da se utiče na kvalitet života. Ishrana Japanaca, koja dokazano smanjuje rizik od raka, bazirana je na hrani morskog porekla: školjkama, morskim algama i plavoj ribi.

Statistika govori da je dnevni unos joda kod Japanaca čak desetostruko veći od preporučenog. Rezultat ovakve ishrane, bogate jodom, je veoma mala stopa maligniteta. Mnoge studije naglašavaju da je za zdravlje organizma uloga joda ogromna. Osim povećanog rizika za nastanak raka dojke, kod žena kojima manjka jod, postoji povećan rizik od raka štitaste žlezde. Razlog više da redovno i u dovoljnim količinama unosimo jod, jeste i činjenica da nas upravo on štiti od neželjenih delovanja brom-a, fluora, žive i olova. Jod eliminiše otrove iz našeg organizma. Prema rečima pedijatra endokrinologa dr Slavice Dautović, jod je mineral koji je neophodan svakoj ćeliji našeg organizma. Jod ima vitalnu ulogu u nastanku života i očuvanju zdravlja. On je osnovni gradivni element hormona štitaste žlezde, utiče na brojne procese u organizmu i neophodan je za normalan rast i razvoj svih ćelija i tkiva. Posebno je važan za razvoj mozga embriона i novorođenih beba - kaže dr Dautović. Mnogo je znakova koji mogu da ukažu na nedostatak joda u organizmu, a najuočljiviji su grčevi u mišićima, gojenje, suva koža, slabo pamćenje, depresija i mnogi drugi. Ono što je neophodno za naš organizam, a uvek je dostupno, jesu namirnice i voda bogate prirodno rastvorenim jodom. 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. Učinite svom organizmu uslugu, obezbedite sebi dovoljnu količinu joda svakog dana. Tako malo, a tako puno - poručuju stručnjaci.





Datum: 28.11.2017
Medij: Dnevnik
Rubrika: Sport
Autori: naručena objava
Teme: Minaqua

Naslov: VOJVODINA - VALJEVO GORENJE

Napomena:
Površina: 295
Tiraž: 10000



Strana: 26

39834

Regionalna vaterpolo liga

Bazen SC Slana bara

sreda, 29.11.2017. u 19h

WATERPOLO KLUB VOJVODINA NOVI SAD

BCC ВАТЕРПОЛО САВЕЗ СРБИЈЕ

ULAZ BESPLATAN

VOJVODINA

VALJEVO GORENJE

SALON NAMEŠTAJA VITOROG

SPORT I OMLADINA VOJVODINE

MINAQUA

baroque

Rosetto cafe restaurant

РЕСТОРАН ФОНТАНА

www.vkvojvodina.org.rs





Datum: 28.11.2017

Medij: Dnevnik

Rubrika: Sport

Autori: naručena objava

Teme: Minaqua

Naslov: OK VOJVODINA NS SEME - OK JEDINSTVO

Napomena:

Površina: 287

Tiraž: 10000



Strana: 26

ČETVRTFINALE KUPA SRBIJE 2017/18 - DRUGA UTAKMICA

IGRAJMO ZAJEDNO!

ULAZ BESPLATAN

OK VOJVODINA NS SEME

OK JEDINSTVO

SREDA, 29. 11. 2017.
17. 30 ČASOVA

MALA SALA
SPC "VOJVODINA"
NOVI SAD

Energotehnika Južna Bačka **Matijević** **Tehnomanija** **ALEKSANDAR GROUP** **PUT-INVEST**
Elixir Zorka **Bulevar Company** **GALENS** **KARIN INVEST** **DURAV OSIGURANJE** **VITA** **Addiko Bank**
TEHNOUNION **DDOR OSIGURANJE** **PROJECTPHARMACY** **GODEA MEDICO** **IMPERIAL BILLIARDS** **MINAQUA**
unit **ENERGY-PRO** **PRVIRADIO.COM** **MONOVISAC.COM** **PTB** **Radio 021** **tims.** **Copy Center**
Новосадска **ДНЕВНИК** **PRVIRADIO.COM** **MONOVISAC.COM** **PTB** **Radio 021** **tims.** **Copy Center**
www.novosadska.tv **www.dnevnik.rs** **PRVIRADIO.COM** **MONOVISAC.COM** **PTB** **Radio 021** **tims.** **Copy Center**
39833





Kafa nas čini sitim, jaja podižu holesterol, masti i ugljeni hidrati su loši po zdravlje i ostali mitovi u ishrani bili su tema interaktivnog predavanja u fitnes centru Fit Complete, Jovana Cvijića 46.

Razbijanjem mitova proteklog vikenda se, u društvu nekoliko desetina zainteresovanih posetilaca, bavio osnivač fitnes centra Fit Complete, trener i master sportske medicine Žarko Marjanović. On je u dvočasovnom predavanju i razgovoru sa građanima odgovorio na niz bitnih pitanja o ishrani i pomogao da se otklone brojne nedoumice kada je reč o unošenju proteina, ugljenih hidrata i masti, uticaju šećera na organizam, vremenu unošenja obroka, dijetama u brojnim drugim, a sve aktuelnjim temama. U razgovoru za 021, Marjanović napominje da je od velike važnosti edukacija građana o ishrani i vežbanju, pa čak i one populacije koja se redovno bavi fizičkom aktivnošću, a zato što smo okruženi informacijama koje nisu dovoljno proverene, a mogu i da nam ugroze zdravlje ako ih se pridržavamo. Jedan od takvih mitova u ishrani tiče se unošenja masti, s obzirom na to da pojedine "struje" propagiraju da je njihov uticaj na organizam veoma loš.

"To naprosto nije tačno, ali nažalost, mnogi veruju da upravo masnoće 'goje'. Masti su veoma bitna, neodvojiva komponenta naše svakodnevne ishrane, bez koje ne možemo da funkcionišemo. Masti čak i učestvuju u gradnji mišićne mase, naravno ne iz samih masti već produženom apsorpcijom proteina, pa je zato odlično unositi ih uveče, u kombinaciji sa proteinima. Mnoge devojke veruju da će izbegavanjem masnoća i ugljenih hidrata smršati, ali zapravo samo sprečavaju organizam da dobije ono što mu je potrebno za funkcionisanje. Posledice su narušavanje zdravlja, poremećaj hormona, stanje konstantnog gladovanja i često nemogućnost da izgubite takozvane suvišne masti pa čak i kontra efekat odnosno još veće dobijanje potkožnih masti", naglašava Marjanović. Popularni mitovi kažu da ne treba jesti ništa nakon šest časova popodne, što takođe štetno deluje na naše telo. Mnogi veruju da je, čak, dovoljno da unesete samo 1.500 kalorija dnevno, te da se nećete ugojiti, što je poražavajuće verovanje koje ne može da se primeni i opet može da dovede do kontra efekta, poručuje Žarko Marjanović. Kako objašnjava, "živeti na picu" a uz dozvoljeni broj kalorija nije rešenje pitanja ishrane, jer osim što se





Naslov: FOTO: Razbijeni popularni mitovi o ishrani

na ovaj način ne garantuje gubitak ili zadržavanje kilaže, ne unose se svi neophodni nutrijenti. "Takođe, ljudi masovno veruju da vitamin C leči prehladu i druge bolesti, a zahvaljujući mitu koji postoji već decenijama i osporavan je uspešnim i dokazanim studijama, u modernim uslovima", kaže naš sagovornik, licencirani instruktor. Kako dodaje, i dalje se veruje da su jaja loša komponenta u ishrani, uprkos studijama koje govore suprotno, a neki moderniji načini ishrane koji se propagiraju, u kombinaciji sa neproverenim analizama, doveli su do masovnog verovanja ljudi da su intolerantni na, na primer, gluten. Prisutne na predavanju zanimalo je da li kafa zaista zamjenjuje obrok, kakav je uticaj čaja na organizam, kao i koliko su bitni proteini pre i posle treninga. Marjanović je pojasnio i mitove koji govore da se hrana ne sme mešati, rekavši da kombinacije ugljenih hidrata, proteina i masti nisu za izbegavanje. Preporučio je prisutnima da unose više manjih obroka dnevno, ali ne previše - idealno bi bilo pet do sedam, kao i da ne preteruju u veličini obroka. Naime, nije svaka sitost znak da je obrok bio dobar, već češće je možda težak za varenje. Takođe, u oporavku mišića nakon vežbanja preporučuje prvo proste pa složene ugljene hidrate u kombinaciji sa proteinima, a nikako gladovanje ili/i preterivanje u unošenju proteina. Medijski pokrovitelj predavanja je Radio 021, a podržali su ga u vidu osveženja kompanija Minakva, kao i specijalizovana prodavnica dodataka u ishrani Proteini.si i restoran Prote.in a pre svega fitnes centar Fit Complete. Zainteresovani za temu ishrane i vežbanja mogu u narednim mesecima da očekuju još jedno predavanje a Žarko poručuje: Svi mi imamo pravo i treba da znamo pravilan i efikasan način ishrane, a na nama je da li ćemo ga primeniti. Autor: Reklamni tekst





Datum: 28.11.2017
Medij: Kanal 9
Emisija: Otvoreni ekran
Autori: Redakcija
Teme: Minaqua

Početak: 28.11.2017 20:15:00
Kraj: 28.11.2017 21:00:00
Emisija: 28.11.2017 20:15:00
Prilog: 28.11.2017 21:04:17

Trajanje:
00:45:00
00:49:10

Naslov: Gostovanje Nikole Aleksić predsednik Ekološkog pokreta Novi Sad

Gost emisije Otvoreni ekran je Nikola Aleksić predsednik Ekološkog pokreta Novi Sad. Ekološki pokret Novog Sada je krajem prošle nedelje iseljen iz prostorija u Ulici Vojvođanskih brigada 17, na čijoj se adresi nalazio 28 godina. Grad je ovom zakupcu otkazao gostoprivrstvo zbog nagomilanih dugova, mada u Ekološkom pokretu smatraju da su u pitanju drugi razlozi. Nikola Aleksić tvrdi da su počeli isključivati struju Ekološkom pokretu na prvom spratu u kompleksu od tri kancelarije samo ekološkom pokretu se isključi struja na prvom spratu dok svi ostali zakupci preko 30 zakupaca imaju redovnu električnu energiju a Ekološki pokret nema ugovor sa Elektrovojvodinom to je zbog dugovanja prema Elektrovojvodini i nema obrazloženja to je teroristički čin. Iz Elektrovojvodine su rekli da oni nisu isključili struju onda znamo da je Gradska uprava Poslovni prostor slao te ljude da isključuju struju. Ekološkom pokretu je otpadao jedan po jedan sponzor najduže je bila Minakva.





Datum: 29.11.2017
Medij: Dnevnik
Rubrika: Sport
Autori: naručena objava
Teme: Minaqua

Naslov: Regionalna vaterpolo liga

Napomena:
Površina: 286
Tiraž: 10000



Strana: 24

Regionalna vaterpolo liga

Bazen SC Slana bara
sreda, 29.11.2017. u 19h

ULAZ BESPLATAN

VOJVODINA - **VALJEVO GORENJE**

www.vkvojvodina.org.rs





Datum: 30.11.2017
 Medij: Dnevnik
 Rubrika: Sport
 Autori: naručena objava
 Tema: Minaqua

Naslov: OK VOJVODINA NS SEME - OK RIBNICA

Napomena:
 Površina: 291
 Tiraž: 10000



Strana: 26

SUPERLIGA 2017/18 - OSMO KOLO

ULAZ BESPLATAN

OK VOJVODINA NS SEME

OK RIBNICA

PETAK, 1. 12. 2017.
18 ČASOVA

MALA SALA
SPC "VOJVODINA"
NOVI SAD

Energotehnika Južna Bačka **Matijević** **Tehnomanija** **ALEKSANDAR GROUP** **PUT-INVEST**
Elixir Zorka **Bulevar Company** **GALENS** **KARIN INVEST** **DUNAV OSIGURANJE** **VITA** **Addiko Bank**
TEHNOUNION **DDOR OSIGURANJE** **PROJECT PHARMACY** **GODEA MEDICO** **IMPERIAL BUILDING** **MINAQUA**
Unit **ENERGY-PRO** **PRVIRADIO.** **PTB** **Radio 021** **tims.** **Copy Center**
Новосаадска **ДНЕВНИК** **PRVIRADIO.** **MONOVISAD.COM** **PTB** **Radio 021** **tims.** **Copy Center**
www.novosadska.tv **www.dnevnik.rs** **www.prviradio.com** **www.monovisad.com** **www.ptb.rs** **www.radio021.rs** **www.tims.rs** **www.copycenter.rs**
39844





Datum: 30.11.2017

Medij: lovesensa.rs

Link: <http://www.lovesensa.rs/clanci/holisticke-terapije/5-znakova-nedostatka-vitamina-i-minerala-u-organizmu>

Autori: Redakcija

Teme: Jod

Naslov: 5 znakova nedostatka vitamina i minerala u organizmu

Napomena:



Ako nam telo šalje signale koje primećujemo čim se ujutro pogledamo u ogledalo, treba ih ozbiljno shvatiti.

Ako na licu stalno primećujete neke od ovih znakova, svakako proverite krvnu sliku kako biste bili sigurni da se radi o manjku određenog vitamina.

Nakon toga svoj jelovnik obogatite namirnicama koje obiluju nutrijentom kojega u vašem organizmu nedostaje.

Ovo su neki od najčešćih signala manjka nutrijenata koje možete vidjeti na svom licu.

1. Krvarenje desni

Ako vam desni nakon čišćenja zubnim koncem malo prokrvare, nema razloga za paniku. No, imate li učestalo i obilnije krvarenje desni, vašem organizmu verovatno nedostaje važan antioksidans - vitamin C.

Bolesti desni uopštebi upućuju na nedostatak vitamina C u organizmu. Na manjak ovog vitamina mogu ukazivati i natečeni zglobovi kao i krvarenje iz nosa.

Kako da znate da vašem telu nedostaje vitamin B12...

Treba što više jesti: narandže, grejp, kivi, jagode, kelj, prokelj, crvene paprike, brokoli.

2. Blede usne

Velik broj ljudi danas pati od nedostatka gvožđa u krvi, a jedan od simptoma je upravo bledilo usana.

Problem anemije, odnosno hroničnog nedostatka gvežđa, najčešće pogađa žene zbog porođaja, obilnih krvarenja tokom menstruacije i loše ishrane.

Zbog manjka ovog izuzetno važnog minerala možete osećati konstantan umor. Budući da je oslabljen vaš imunološki sustav, skloniji ste i prehladama i virozama.

Treba što više jesti: cveklu, urme, suvo grožđe, spanać, sočivo tamnozeleno lisnato povrće, tamnu čokoladu.

3. Vrlo bledo lice





Datum: 30.11.2017

Medij: lovesensa.rs

Link: <http://www.lovesensa.rs/clanci/holisticke-terapije/5-znakova-nedostatka-vitamina-i-minerala-u-organizmu>

Autori: Redakcija

Teme: Jod

Naslov: 5 znakova nedostatka vitamina i minerala u organizmu

Napomena:

Već dugo ste bledi? Uz to osećate umor i imate druge kožne probleme? To bi moglo značiti da vašem organizmu nedostaje vitamina B12.

Drugi znak nedostatka ovog vitamina je i potpuno gladak jezik na kojem nema malih belih izbočina - papila.

Budući da se vitamin B12 najčešće nalazi u namirnicama životinjskog porekla, za vegane je izuzetno bitno da ga unose u obliku dodataka prehrani ili konzumacijom obogaćene hrane.

Treba što više jesti: kačkavalj, biljna mleka i sojine proizvode obogaćene ovim vitaminom.

4. Natečene oči

Natečenost, odnosno podbulost kapaka javlja se zbog zadržavanja tečnosti i slabe cirkulacije, koji su posledice manjka minerala joda u organizmu.

Natečene oči mogu biti i rezultat neprospavanih noći. No, ako je taj problem dugotrajan, verovatno ipak patite od manjka joda. Reč je o mineralu koji je preko potreban za zdravlje štitne žlezde.

Problemi sa štitnom žlezdom ispoljavaju se i kroz umor i iscrpljenost, a znakovi nedostatka joda su, osim natečenih očiju, suvoća kože, neobjašnjivo debljanje kao i lomljivi nokti.

Treba što više jesti: morske alge, pasulj, jagode, brusnice, banane, tikvice, krompir, beli luk, susam i bundevino seme.

5. Suva kosa

Suva i stanjena kosa kao lomljivi nokti mogu ukazivati na manjak biotina ili vitamina B7. Kao i ostali vitmini B-grupe, i ovaj ima važnu ulogu u metabolizmu i proizvodnji energije.

Problem nedostatka biotina može se pojaviti i ako ste dugo vremena pili antibiotike. Ostali simptomi manjka ovog vitamina su pospanost, depresija, sklonost upalama, grčevi u mišićima.

Konzumacijom hrane bogate biotinom te dodataka prehrani s tim vitaminom unapredićete svoje zdravlje, a usto ćete poboljšati izgled svoje kose i noktiju.

Treba što više jesti: šljive, jabuke, banane, avokado, orašasto voće, kikiriki, kvasac, grašak, suncokretove semenke, bademe, pirinač, pečurke, mahunarke, karfiol i šargarepu.

Izvor: Alternativa za vas





Datum: 30.11.2017

Medij: O2TV

Emisija: Vesti 22/O2TV

Autori: Nenad Nešić

Teme: Minaqua

Naslov: Ispravnost vode iz česme i flaširane vode

Početak:

30.11.2017 22:00:00

30.11.2017 22:30:00

Kraj:

30.11.2017 22:05:00

Trajanje:

00:30:00

00:01:34

Voditelj:

Postoji li uopšte precizan odgovor na pitanje šta je zdravije voda iz česme ili flaše ili ipak upoređujemo neuporedivo, ispravnost garantuju i vodovod i proizvođači flaširane vode navodeći kao garant svakodnevne kontrole.

Reporter, Nenad Nešić:

Zaokruži slike na kojima je prikazana voda koja može da se koristi za piće, ovaj osmogodišnjak ispravno je odgovorio na pitanje iz školskog udžbenika ali nije rešio dilemu flaša ili slavina.

Sagovornik 1:

Česmovača, isključivo česmovača.

Reporter, Nenad Nešić:

A zašto imate neki dobar razlog ili?

Sagovornik 1:

Imam, bolja je od svih voda.

Sagovornik 2:

Flaširana naravno.

Reporter, Nenad Nešić:

Zašto?

Sagovornik 2:

Zato što je zdravija, mislim iskreno mi smo u Beogradu ovde pa je potpunija zdravija.

Sagovornik 3:

Mislim da je to ista voda.

Sagovornik 4:

Pa ja ne mislim lepšeg je ukusa, ako se uopšte može reći za vodu da ima ukusa.

Reporter, Nenad Nešić:

A razmišljaš o kvalitetu ili?

Sagovornik 4:

Pa razmišljam o kvalitetu.

Reporter, Nenad Nešić:

Jedni je piju besplatno, drugi je godišnje plaćaju milijardama, a svi zdravi. Prva flaša vode prodata je u Bostonu 1760. Pravljenje flaširane vode danas je obiman i resursno težak posao. Jedini proizvođač koji nas je primio kaže kontrola kvaliteta je stroga i svakodnevna.

Aleksandra Miljković, tehnolog u fabriци vode Minakva:

Pa sad ne mogu da tvrdim da je bolje koristiti flaširanu ili česmensku, svaka voda ima svoje prednosti i svoje nedostatke.

Reporter, Nenad Nešić:

Činjenica da iz godine u godinu raste broj popijenih litara flaširane vode, ovde slobodno prokomentarisali sa nema potrebe. U Vodovodu objašnjavaju da Beogradska voda ima optimalan mineralni sastav i može se neograničeno koristiti.

Ana Mršulja, sanitarna kontrola Beogradski vodovod i kanalizacija:





Datum: 30.11.2017

Medij: O2TV

Emisija: Vesti 22/O2TV

Autori: Nenad Nešić

Teme: Minaqua

Naslov: Ispravnost vode iz česme i flaširane vode

Početak:

30.11.2017 22:00:00

30.11.2017 22:30:00

Kraj:

00:30:00

Prilog:

30.11.2017 22:05:00

30.11.2017 22:06:57

Trajanje:

00:01:34

Mi godišnje analiziramo oko 15 hiljada uzoraka, opšta ocena je da je voda veoma dobrog kvaliteta i možemo se pohvaliti time da je Beograd jedna od retkih prestonica koja može da konzumira vodu sa česme.

Reporter, Nenad Nešić:

Za kraj čak su i najčuveniji milioneri iz Pekama zloupotrebili ovu dilemu, šta je bolje piti profitirali su prodajući česmovaču u flaši.

