



ЈАПАНЦИ ХРАНОМ СМАЊУЈУ ОБОЛЕВАЊЕ ОД РАКА

Јод у исхрани за дуговечност

Исхраном дефинитивно може да се утиче на квалитет живота. Исхрана Јапанаца је базирана на храни морског порекла: шкољкама, морским алгама и плавој риби. Статистика говори да је дневни унос јода код Јапанаца чак десетоструко већи од препорученог. Резултат овакве исхране, богате јодом, је веома мала стопа малигнитета.

Многе студије наглашавају да је за здравље организма улога јода огромна. Осим повећаног ризика за настанак рака дојке, код жена којима мањка јод, постоји повећан ризик од рака штитасте жлезде.

неопходан свакој ћелији нашег организма.

Јод има виталну улогу у настанку живота и очувању здравља. Он је основни градивни елемент хормона штитасте

могу да укажу на недостатак овог минерала у организму, а најучљивији 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 јодом.

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

Учините свом организму услугу, обезбедите себи довољ-



Др Славица Даутовић
педијатар ендокринолог

ну количину јода сваког дана. Тако мало, а тако пуно - поручују стручњаци.

38772



Разлог више да редовно и у довољним 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

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.

Недостатак јода у било ком органу доводи до његове дисфункције. Много је знакова који





ГРАДСКО ВЕЋЕ САМОСТАЛНИХ СИНДИКАТА ДОДЕЛИЛО
ПРВОМАЈСКЕ НАГРАДЕ

У част Празника рада признања у правим рукама

Градско веће Савеза самосталних синдиката Новог Сада (СССНС) доделило је јуче традиционалне Првомајске награде, по 47. пут, најзаслужнијим радницима и успешним колективима. Овогодишњи лауреати су предузећа „Унимент“ из Каћа и новосадске фирме „Минаква“ и ЈКП „Пут“. Првомајска награда припала је и појединцима Гордани Драгојевић (запослена у хотелу „Путник“), Мирославу Јоксимовићу („Нива“) и Мићу Грбићу („Месер-Техногас“). Добитнике карактеришу ствара-

квој је ситуацији овдашња текстилна индустрија, „Нива“ може да буде пример другима. Наши власници су пре три године добили награду за успешну приватизацију, пошто су одржали и проширили производњу. Он подсећа на то да послодавац помаже Синдикат, не само што редовно уплаћује по 15.000 динара на синдикални рачун, већ и ако зафали даје за одмор, рехабилитацију и опоравак радника, лечење и остало.

Немачки „Месер – Техногас Београд“ је од 1997. године присутан



Фото: С. Шушњев

лаштво, остварени резултати у раду и афирмација синдиката.

У каћком „Унимету“, као приватном предузећу, Синдикат је основан одмах по почетку рада фабрике, што не треба да чуди јер је власник, дошавши из Шведске, где је синдикализам развијен, допустио синдикално организовање. Међутим, од 260 радника, свега је 26 чланова Синдиката. Председник синдикалне организације Милан Јандрић каже да то не треба да чуди јер су услови рада у фабрици за металце одлични.

– Плате су нам далеко изнад минималца, а да се добар глас далеко чује, види се и по томе што међу незапосленима влада велико интересовање да радни статус стекну у „Унимету“ – каже Јандрић.

У „Ниви“ има 126 радника, а 75 су чланови Синдиката.

– Имамо потписан колективни уговор, плате нису велике, али су редовне – каже награђени Мирослав Јоксимовић. – Знајући у ка-

у Новом Саду. Награђени инжењер за заштиту на раду у „Месер-Техногасу“ – фабрика „Нови Сад“ Мићо Грбић каже да колективни уговор имају од почетка рада и да се с времена на време обнавља.

– Задовољни смо и платама и заштитом и безбедошћу на раду – каже Грбић, иначе председник синдикалне подружнице „Месер-Техногас“ – фабрика „Нови Сад“.

Председник Градског већа СССР-а Владимир Гвозденовић честитао је награђенима и у први план ставио да у данашњим условима привређивања није лако бити синдикално опредељен радник јер код друштвено неодговорних менаџера синдикализам није прихваћен као користан рад.

– И даље смо најмање плаћени у Европи, ова година није боља од лањске, а како ће нам бити до године, када је у најави измена Закона о раду чија је суштина у флексибилном запошљавању посредством агенција, видеће се – казао је Гвозденовић. **3. Делић**





Gradsko veće Saveza samostalnih sindikata Novog Sada (ŠSNS) dodelilo je juče tradicionalne Prvomajske nagrade, po 47. put, najzaslužnijim radnicima i uspešnim kolektivima. Ovogodišnji laureati su preduzeća "Uniment" iz Kaća i novosadske firme "Minakvka" i JKP "Put". Prvomajska nagrada pripala je i pojedincima Gordani Dragojević (zaposlena u hotelu "Putnik"), Miroslavu Joksimoviću ("Niva") i Miću Grbiću ("Meser-Tehnogas"). Dobitnike karakterišu stvaralaštvo, ostvareni rezultati u radu i afirmacija sindikata.

U kaćkom "Unimetu", kao privatnom preduzeću, Sindikat je osnovan odmah po početku rada fabrike, što ne treba da čudi jer je vlasnik, došavši iz Švedske, gde je sindikalizam razvijen, dopustio sindikalno organizovanje. Međutim, od 260 radnika, svega je 26 članova Sindikata. Predsednik sindikalne organizacije Milan Jandrić kaže da to ne treba da čudi jer su uslovi rada u fabrici za metalce odlični.

- Plate su nam daleko iznad minimalca, a da se dobar glas daleko čuje, vidi se i po tome što među nezaposlenima vlada veliko interesovanje da radni status steknu u "Unimetu" - kaže Jandrić.

U "Nivi" ima 126 radnika, a 75 su članovi Sindikata.

- Imamo potpisan kolektivni ugovor, plate nisu velike, ali su redovne - kaže nagrađeni Miroslav Joksimović. - Znajući u kakvoj je situaciji ovdašnja tekstilna industrija, "Niva" može da bude primer drugima. Naši vlasnici su pre tri godine dobili nagradu za uspešnu privatizaciju, pošto su održali i proširili proizvodnju.

On podseća na to da poslodavac pomaže Sindikat, ne samo što redovno uplaćuje po 15.000 dinara na sindikalni račun, već i ako zafali daje za odmor, rehabilitaciju i oporavak radnika, lečenje i ostalo.

Nemački "Meser - Tehnogas Beograd" je od 1997. godine prisutan u Novom Sadu. Nagrađeni inženjer za zaštitu na radu u "Meser-Tehnogasu" - fabrika "Novi Sad" Mićo Grbić kaže da kolektivni ugovor imaju od početka rada i da se s vremena na vreme obnavlja.

- Zadovoljni smo i platama i zaštitom i bezbedošću na radu - kaže Grbić, inače predsednik sindikalne podružnice "Meser-Tehnogasa" - fabrika "Novi Sad".

Predsednik Gradskog veća ŠS-a Vladimir Gvozdenović čestitao je nagrađenima i u prvi plan stavio da u današnjim uslovima privređivanja nije lako biti sindikalno opredeljen radnik jer kod društveno neodgovornih menajera sindikalizam nije prihvaćen kao koristan rad.

- I dalje smo najmanje plaćeni u Evropi, ova godina nije bolja od lanjske, a kako će nam biti dogodne, kada je u najavi izmena Zakona o radu čija je suština u fleksibilnom zapošljavanju posredstvom agencija, videće se - kazao je Gvozdenović.

Z. Delić





Naslov: MINAQUA

Datum: 28.04.2017
Medij: Svet-vip
Rubrika: Bez naslova
Autori: naručena objava
Teme: Minaqua

Napomena:
Površina: 1395
Tiraž: 0



Strana: 1,2

HASAN DUDIĆ OTKRIVA PORODIČNE TAJNE:
"ŠABAN ŽIVI KAO ROB!"
DA MU NIJE CUCE I VIKENDICE U KRČEDINU ODAVNO BI SKRENUO!"

DRAGANA MIRKOVIĆ U SUZAMA:
"SAMO DA 'MOJ TONI' PREŽIVI!"

UŽAS!

STRAŠNO!

KARLEUŠA IMA TUMOR U STOMAKU VELIČINE DEČJE GLAVE!

POMERIO JOJ SVE ORGANE I KOČI DESNU NOGU!

OPERACIJA ĆE BITI DUGA I TEŠKA!

ALEKSANDRI PRETE UBIĆEMO TI BEBU!

ONA MOLI PRODUKCIJU DA JE NE PUŠTAJU IZ PAROVA, ZNA DA JE SAMO TU BEZBEDNA

OTKRIVAMO!
LUKASOV SIN RADI KAO ŠOFER!

Svet

Broj 168 • Izlazi petkom • 28. 4. 2017.
CENA: SRB 50 DIN • HRV 0,50 € • BIH 0,50 € • MNE 0,50 € • SLO 0,50 €
AL DE 2,00 € • CH 3,00 CHF • NL 0,50 FRG • DK 2,00 DKK • SE 5,50 SEK

00168
9 772334 992009





Naslov: MINAQUA

Datum: 28.04.2017
Medij: Svet-vip
Rubrika: Bez naslova
Autori: naručena objava
Teme: Minaqua

Napomena:
Površina: 1395
Tiraž: 0



Strana: 1,2



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 nenadoknadive 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: 27.04.2017
Medij: RT Vojvodina 1
Emisija: Razglednice
Autori: Redakcija
Teme: Minaqua

	Početak:	Kraj:	Trajanje:
Emisija:	27.04.2017 17:45:00	27.04.2017 19:05:00	01:20:00
Prilog:	27.04.2017 17:45:00	27.04.2017 17:47:53	00:02:31

Naslov: Koncert za pomoć Dejanu Jakovljeviću

U nedelju će u Srpskom narodnom pozorištu biti održan humanitarni koncert za lečenje Dejana Jakovljevića. Učešće u humanitarnoj akciji uzele su brojne institucije i komopanije, između ostalih i Minakva.





Datum: 26.04.2017
Medij: Dnevnik
Rubrika: Sport
Autori: naručena objava
Teme: Minaqua

Napomena:
Površina: 294
Tiraž: 0



Naslov: OK VOJVODINA NS SEME - OK CRVENA ZVEZDA

Strana: 26

FINALE PLEJ-OFA SEZONA 2016/17.



IGRAJMO ZAJEDNO!

ULAZ BESPLATAN

OK VOJVODINA NS SEME

OK CRVENA ZVEZDA

**SREDA
26. APRIL 2017.
16 ČASOVA**

ODLUKA!

**NOVI SAD
MALA SALA
SPC «VOJVODINA»**

Logos and sponsors at the bottom:
div, GODEA MEDIC, DNEVNIK, Radio 021, PTB, MINAQUA, DDOR, OK VOJVODINA, OK CRVENA ZVEZDA, SAVETOVALNICE ZA HRANU IŠHRANU, CRYSTAL, MOJNOVISAD.COM, tims.





Datum: 25.04.2017
Medij: Dnevnik
Rubrika: Sport
Autori: naručena objava
Teme: Minaqua

Napomena:
Površina: 292
Tiraž: 0



Naslov: OK VOJVODINA NS SEME OK CRVENA ZVEZDA

Strana: 26

FINALE PLEJ-OFA SEZONA 2016/17.



ULAZ BESPLATAN

OK VOJVODINA NS SEME

OK CRVENA ZVEZDA

SREDA
26. APRIL 2017.
16 ČASOVA

ODLUKA!

NOVI SAD
MALA SALA
SPC «VOJVODINA»



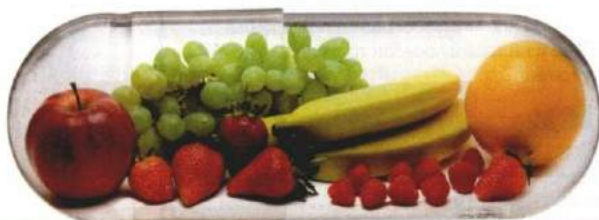




Оптимална КОЛИЧИНА ЈОДА у организму

Јод је био један од првих минерала за које је откривено да су важни за људско здравље. Неопходан је за правилно функционисање штитне жлезде, јајника, здравље дојки и простате. Иначе, према тврдњама стручњака, садржај јода у намирницама зависи од садржаја јода у тлу. Такође, присуство веће количине нитрата, флуорида, калцијума, магнезијума и гвожђа у намирницама може да омете апсорпцију јода. За проверу количине јода у организму треба узети луголов раствор у апотеци. Да бисте утврдили да ли вам недостаје овај минерал, размажите 2-3 капи лугола на унутрашњу страну руке и пратите за које време ће кожа упити сав јод. Уколико га упије за 8 сати – имате велики недостатак, између 8 и 16 часова – имате умерен

недостатак, а уколико јод ишчезне између 16 и 24 часа – имате благи недостатак. Јод се налази у кућињској соли, али треба имати на уму да испарава када со дуго стоји. Због тога га треба уносити храном. Његови извори укључују већину морских намирница, потом маслац, ананас, артичоке, шпаргле, тамнозелено поврће и јаја. Важно је знати да одређено поврће, попут купуса и спанаћа, може блокирати апсорпцију јода када се једе сирово или неферментисано. Важно је знати и да конзумирање рибе не пружа јод у великим количинама. Шездесет милиона Јапанаца у просеку дневно унесе у организам 13 милиграма јода и они су једна су од најздравијих нација у односу на опште здравље и статистике о канцеру.



ЈОДА НАЈВИШЕ ИМА У...

... морској риби, морским плодовима, бананама, жуманцету, шаргарепи, парадајзу, спанаћу, роткви, грашку, кромпиру, печуркама, јагодама, купусу, луку, зеленој салати.

ЈОД заборављен извор здравља

Данас смо сведоци да је све више болести међу чијим је узроцима недостатак есенцијалних нутријената, без којих не можемо нормално да функционисамо. Међу њима је и јод, минерал чији нам недостатак може узроковати многе мале и велике тегобе. Раније је јод коришћен као лек за многе болести. Међутим, са појавом лекова, потиснут је у други план, а његове добре особине полако су заборављене.

Јод је пре свега битан за рад штитне жлезде која утиче на многе процесе у нашем телу. Поред штитне жлезде, има велики утицај и на мозак, дојке, кожу, желудац. Недостатак јода у било ком органу доводи до његове дисфункције. Има много знакова недостатка јода. Најочљивији су грчеви у мишићима, гојење, сува кожа, слабо памћење, депресија и многи други. Правилним уносом, може се превентивно утицати и на рак дојке, простате и штитне жлезде. Такође, јод врши детоксикацију нашег организма чистећи га од тешких метала као што су бром, жива, арсен, олово.

Да је јод природни лек за организам говори и чињеница да су Јапанци најздравији народ на свету. У Јапану је унос јода чак 80 пута већи него у осталим деловима света. Иначе, Јапанци су један од најинтелигентнијих народа света јер довољном количином јода обезбеђују стварање разгранате неуронске мреже. Такође, имају најмањи проценат малигних обољења. Најбогатији извори јода су морске алге, јодирана со, ананас, артичоке, а код нас и једна минерална вода богата природно раствореним јодом.

1247





Datum: 01.05.2017
Medij: Story Lepa&Srećna
Rubrika: Bez naslova
Autori: naručena objava
Teme: Minaqua

Napomena:
Površina: 328
Tiraž: 0



Naslov: DEČJI DANI KULTURE

Strana: 65



DEČJI DANI KULTURE

**21–23.
aprila**
U svim Delfi knjižarama i
Dexy Co Kids radnjama

Dani velikih popusta!

Odabrane knjige za decu drugih izdavača
20%

1 Lagunina knjiga za decu
25%

2 Lagunine knjige za decu
30%

3 Lagunine knjige za decu
35%

4 i više Laguninih knjiga za decu
40%

Odabrani artikli iz dečjeg gift programa do
20%

Uz svaku kupovinu poklon!

Laguna **DELFI** **Laguna**
KNJIŽARE RADIO 93.7



Kompletan spisak maloprodajnih objekata u kojima se održavaju
Dečji dani kulture potražite na sajtovima www.delfi.rs i www.dexy.co.rs.
Popusti važe i u onlajn knjižari www.delfi.rs.
NAVEDENI POPUSTI SE NE MOGU
KOMBINOVATI SA DRUGIM POPUSTIMA I AKCIJAMA.





Naslov: VOJVODINA-CRVENA ZVEZDA

Datum: 19.04.2017
Medij: Dnevnik
Rubrika: Sport
Autori: naručena objava
Teme: Minaqua

Napomena:
Površina: 296
Tiraž: 0



Strana: 26

Prvensto Srbije u vaterpolu

Bazen SC Slana bara
sreda, 19.04.2017. u 19h

ULAZ BESPLATAN

VOJVODINA
—
CRVENA ZVEZDA

www.vkvojvodina.org.rs

38709





Datum: 18.04.2017
Medij: Ilustrovana politika
Rubrika: Bez naslova
Autori: naručena objava
Teme: Minaqua

Napomena:
Površina: 337
Tiraž: 20000



Naslov: DEČJI DANI KULTURE

Strana: 53

DEČJI DANI KULTURE

21–23. aprila
U svim Delfi knjižarama

Dani velikih popusta!

- Odabrane knjige za decu drugih izdavača **20%**
- 1 Lagunina knjiga za decu **25%**
- 2 Lagunine knjige za decu **30%**
- 3 Lagunine knjige za decu **35%**
- 4 i više Laguninih knjiga za decu **40%**
- Odabrani artikli iz dečjeg gift programa do **20%**

Uz svaku kupovinu poklon!

Laguna DELFI KNJIŽARE

Logos of participating retailers: BANCA INTESA, mala laguna, DELFI SKVER, DEXY CO kids, AVON, Henkel, MINAQUA, Nesquik, DeOleum, Gola, StarVie Line, Dukot, aleva, STADTLER, ESI, edu, HELLO!

Kompletan spisak maloprodajnih objekata u kojima se održavaju Dečji dani kulture potražite na sajtu www.delfi.rs.
Popusti važe i u onlajn knjižari www.delfi.rs.
NAVEDENI POPUSTI SE NE MOGU KOMBINOVATI SA DRUGIM POPUSTIMA I AKCIJAMA.





Datum: 18.04.2017
Medij: Dnevnik
Rubrika: Sport
Autori: naručena objava
Teme: Minaqua

Napomena:
Površina: 327
Tiraž: 0



Naslov: VOJVODINA-CRVENA ZVEZDA

Strana: 26

Prvensto Srbije u vaterpolu

Bazen SC Slana bara
sreda, 19.04.2017. u 19h

ULAZ BESPLATAN

VOJVODINA
CRVENA ZVEZDA

www.vkvojvodina.org.rs

38709





Datum: 15.04.2017
Medij: Večernje novosti
Rubrika: Život plus
Autori: Redakcija
Teme: Jod

Napomena:
Površina: 143
Tiraž: 165227



Naslov: JOD - za mršavljenje

Strana: 5

JOD - za mršavljenje

Da li vam se dogodilo da ste na dijeti, želite da smršate, pridržavate se svega, vežbate, a rezultata nema? Jedan od razloga može biti nedostatak joda u vašem organizmu. Jod je veoma važan mineral za naš organizam, a mi znamo veoma malo o njemu.

Jod je bitan za rad štitne žlezde koja reguliše mnoge metaboličke procese u našem organizmu. Nije samo štitna žlezda zavisna od joda. Jod utiče i na druge organe kao što su mozak, dojke, koža, želudac. Mnoge namirnice ne sadrže dovoljnu količinu joda. Takva ishrana može dovesti do poremećaja rada štitne žlezde, a samim tim i poremećaja celokupnog metabolizma. Najblaži poremećaj je usporavanje metabolizma. Posledica toga su nagomilane kile kojih se teško rešiti.

Telo nam šalje signale kada nam fali jod i to moramo znati da prepoznamo. Neki od njih su opadanje kose, slaba i lomljiva kosa, loša koncentracija i pamćenje, nedostatak energije, umor

i depresija.

Ako redovno vežbate, izbacujete više vode, soli i minerala, koje je potrebno nadoknaditi. Da bi to izbegli, potrebno je redovno unositi jod.

Pored uloge koje ima u metabolizmu, jod je veoma bitan za trudnice. Ovaj mineral direktno utiče na razvitak mozga deteta, a kasnije i na IQ.

Prema Svetskoj zdravstvenoj organizaciji, dnevne potrebe za jodom kod odraslog čoveka iznosi 150 mikrograma dnevno. Kod trudnica je ta količina duplirana pa iznosi bar 300 mikrograma joda dnevno. Ove količine su zasnovane samo na potrebama štitne žlezde. Kada se tome doda i količina joda koja je potrebna drugim organima, jasno je da dnevne potrebe treba duplirati.

Zato vežbajte, ali i nadoknadite jod!

Joda najviše ima u morskim algama, voću, povrću, jodiranoj soli i u nekim mineralnim vodama bogatim prirodno rastvorenim jodom.

12-506





„МИНАКВИНЕ УСКРШЊЕ ИГРАРИЈЕ“

Претпразнична забава за најмлађе

Прве „Ускршње играрије“ у организације компаније „Минаква“, а поводом ускршњих празника, одржане су на Велики петак, на платоу испред „Универекспорта“, где су најмлађи Новосађани имали прилику да уживају у разноврсним садржајима. Програм је отпочео представом „Чудотворни извор“ у којој су играле две глумице Новосадског позоришта, које су анимирале малишане, испитивале их, певале им...

– Наша компанија је одлучила да најмлађим суграђанима поклони ове „Ускршње играрије“,

у оквиру којих ће их забавити и мађионичар Воларе и Хаус аниматори, док их на крају чека и такмичење у пикаду и куглању – рекла је пројект-менаџерка „Минакве“ Дуња Булатовић. – Током целог програма малишани се освежавају нашим соковима с укусом јабуке и вишње, као и осталим газираним и негазираним производима. Надамо се да ће то прерасти у традиционалну манифестацију јер смо до сада, у последњих десетак година, организовали разне представе за децу у оквиру других догађаја. **Л. Р.**





JOD - ELEMENT NEOPHODAN VAŠEM TELU

Statistički podaci o zdravlju nam sugerišu da preispitamo našu ishranu, način života ali i metode lečenja. Većina nas nije ni svesna da pati od hroničnog trovanja. Tu se ne radi samo o činjenici da je rasprostranjenost otrovnih hemikalija sve veća, već i da se one gomilaju u našim ćelijama, krvnim sudovima i organima. Sve navedeno utiče na naše fizičko i psihičko stanje. Radi se o kvalitetu i količini hranljivih sastojaka, koje svakodnevno unosimo u naš organizam.

Ono što ne bi trebalo da manjka našem organizmu je jod.

Jod je prisutan u svakoj ćeliji u našem telu. Medicinske činjenice govore da je upravo jod hemijski element esencijalan za pravilan rad štitne žlezde. Mnoge studije naglašavaju da je njegova uloga za zdravlje organizma ogromna. Osim povećanog rizika za rak dojke, kod žena kojima manjka jod, postoji povećan rizik od raka štitne žlezde. Razlog više da redovno i u dovoljnim količinama unose jod jeste i činjenica da nas upravo on štiti od neželjenih delovanja broma, fluora, žive i olova. Jod eliminiše otrove iz našeg organizma.

Ishranom utičemo na kvalitet našeg života. Japan je zemlja u čijoj ishrani je jod veoma zastupljen. Ishrana Japanaca je bazirana na hrani morskog porekla: školjkama, algama, morskim algama, beloj ribi. Statistika govori da je dnevni unos joda kod Japanaca čak desetostruko veći od preporučenog. Usled ishrane bogate jodom, kod ove nacije, stopa maligniteta je vrlo mala.

Preporučene dnevne količine joda, prema SZO, iznose 150 mikrograma dnevno za odraslog čoveka, dok se trudnicama i dojiljama preporučuje unos čak 150-300 mikrograma joda dnevno.

Pored hrane morskog porekla jod možete naći i u voću, povrću, jodiranoj soli i u nekim mineralnim vodama bogatim prirodno rastvorenim jodom.





PROMO

Jod aktivira moždane vijuge

Kako nivo koncentracije čoveka opada u toku dana, poželjno je da u fazi najveće produktivnosti povećate unos joda i tako izbegnete potencijalne greške

Za normalan fizički i mentalni razvoj, celokupan promet energije u telu i pravilno funkcionisanje štitaste žlezde neophodan je jedan mikroelement – jod. Njegov nedostatak najčešći je pojedinačni uzrok psihičke zaostalosti u svetlu. Kod dece otežava učenje, usporava rast i fizički razvoj, a nedovoljno prisustvo u telu manifestuje se grčevima u mišićima, hladnim rukama i stopalima, gojaznošću, depresijom, suvom kožom i lomljivim noktima.

Kao osnovni građivni element hormona štitaste žlezde ključan je za razvoj svih organa i tkiva, posebno mozga. Zato je važan dovoljan unos joda u trudnoći i u toku dojenja jer u suprotnom nastaju trajne i nenadoknadive posledice na plod. Jod utiče na razvoj neuronske mreže fetusa u

majčinom stomaku, što se odražava na razvoj mozga i intelektualnih sposobnosti. Koncentracija joda u majčinom mleku direktno odražava sadržaj joda u ishrani majke, a pored fetalnog doba presudan period u kome nedostatak joda izaziva doživotnu mentalnu i fizičku zaostalost jesu prve tri godine života, kada se mozak najintenzivnije razvija.

I pored saznanja da je ovaj mikroelement neophodan za celokupno psihofizičko zdravlje, oko 50 miliona ljudi širom sveta pati od nedostatka joda, što direktno utiče na oštećenje mozga. Na nivou cele populacije, nedostatak joda snižava ukupan koeficijent inteligencije od 13,5 do 15 IQ bodova.

Svetska zdravstvena organizacija preporučuje da

odrasao čovek, da bi izmorio dnevne potrebe za jodom, treba da unosi oko 150 mikrograma joda, pri čemu deca do desete godine života, u zavisnosti od uzrasta, treba da unose od 40 do 120 mcg. Adolescentima se preporučuje do 150 mcg joda dnevno, a trudnicama 200–300 mikrograma.

Kako nivo koncentracije kod čoveka opada u toku dana, u toku najvećeg rada trebalo bi povećati unos joda, čime bi se izbegle i potencijalne greške.

Joda najviše ima u hrani morskog porekla, žumanju, mesu i mleku, jodiranoj soli i vodi koja sadrži prirodno rastvoren jod. Zato ne čudi što su morske alge, koje obiluju jodom, nazvane i superhranom za bolje pamćenje.

Olgica Kravljaja

olgica.kravljaja@bliczena.rs

Nedostatak joda kod fetusa i u prve tri godine života izaziva doživotnu mentalnu i fizičku zaostalost





НЕДОСТАТАК МИНЕРАЛА МОЖЕ ДА ИЗАЗОВЕ ОЗБИЛНЕ ТЕГОБЕ

У јоду је извор здравља

У данашње модерно време све је више болести чији је узрок недостатак есенцијалних нутритивних елемената, без којих организам не може нормално да функционише. Међу њима је и јод, минерал чији недостатак може да изазове озбиљне здравствене тегобе.

Раније је јод коришћен као лек за многе болести. Међутим, појавом комерцијалних лекова он је потиснут у други план, а његове благотворно деловање је заборављено.

Јод је пре свега битан за рад штитне жлезде која утиче на многе процесе у телу, а велики утицај има и на мозак, дојке, кожу, желудац. Недостатак јода може да доведе до дисфункције многих органа. Најочљивији наговештаји да телу недостаје јод су грчеви у мишићима, гојење, сува кожа, слабо памћење, депресија и многи други симптоми. Иако се сматрало да је увођењем јодне профилаксе недостатак јода решен и спречене последице његовог недостатка, најновија истраживања показују да тај циљ није постигнут.

- Посебно забрињава чињеница да трудницама недостаје овај животни важан хемијски елемент, што су показала и три независно спроведена истраживања у Аустралији, Енглеској и Аустрији. Правилан развој мозга бебе зависи од довољне количине јода коју мајка уноси у организам. Управо је јод од суштинског



Др Славица Даутовић
педијатар ендокринолог

значаја у прва три месеца трудноће, јер се тада формира неуронска мрежа плода. У овој фази, јод утиче на стварање сигнала, односно гранање неуронске мреже, која је предуслов за интелигенцију - каже педијатар-ендокринолог др Славица Даутовић.

Људски организам нема способност да сам створи јод и зато је неопходно да се он редовно уноси, а тиме може превен-

тивно да се утиче и на појаву рака дојке, простате и штитне жлезде. Препоручени дневни унос јода према званичним подацима Светске здравствене организације износи 150 микрограма за одраслу особу, док се трудницама и дојиљама саветује повећан унос јода од чак 300 микрограма. Већина доктора функционалне медицине ипак се не слаже с овом препоруком и сматрају како је 150 микрограма јода заиста недовољно за превенцију болести штитњаче, фибромијалгију и рак. Јод заправо подстиче апоптозу, односно наводи ћелије рака на самоуништење.

Јапан је земља са најнижом стопом оболелих од рака и др Јорге Флехас каже како су истраживања показала да је дневни унос јода у Јапану 13,8 милиграма на дан, те он препоручује дневни унос од 12,5 милиграма.

Најдоступнији извор јода је јодирана со, али није довољно само њу користити као главни извор јода, јер су то мале количине овог минерала. Други разлог због којег треба да се каже „не“ јодираној соли, јесте што је она прерађена хемијским процесима којима се додаје јод, па губи на квалитету.

Најздравији и најбогатији извори јода су морске алге, ананас, артичоке, а код нас су то и минералне воде богате природно раствореним јодом.

38699





Datum: 14.04.2017
Medij: Kanal 9
Emisija: Info 19/Kanal 9
Autori: Redakcija
Teme: Minaqua

	Početak:	Kraj:	Trajanje:
Emisija:	14.04.2017 18:55:00	14.04.2017 19:30:00	00:35:00
Prilog:	14.04.2017 19:10:00	14.04.2017 19:12:51	00:02:30

Naslov: Uskršnje igrarije za mališane u Minakvi

Na Veliki petak naše najmlađe sugrađane potrudila se da razveseli i zabavi kompanija "Minaqua" koja je za njih organizovala bogat Uskršnji program.

Povodom najvećeg hrišćanskog praznika Uskrsa, kompanija Minakva u Novom Sadu je organizovala sadržajan program u kojem su uživali, pevali i veselili se brojni mališani sa svojim roditeljima.

Program pod nazivom "Uskršnje igrarije" novosadska kompanija Minakva je poklonila našim najmlađim sugrađanima kako bi kroz pesmu i igru osetili praznični duh.

"Pripremili smo izuzetno bogat i lep program za najmlađe: predstavu "Čudotvorni izvor", mađioničara Volare koji će trikovima da nas uveseli, tu su naši drugari Haos animatori, klovnovi na štulama i devojke koje animiraju decu, tako da mislim da će biti izuzetno zanimljivo. Organizovali smo i razne igrice, takmičenja u pikadu i kuglanju", rekla je Dunja Bulatović, projekt menadžer kompanije "Minaqua".

Kompanija Minakva je obezbedila i osveženje za najmlađe posetioce – sokiće Jodi sa ukusima jabuke i višnje, gazirane sokove, oražadu i limunadu, vodu Minakva i negaziranu vodu Life.





Datum: 14.04.2017
Medij: Novosadska TV
Emisija: Objektiv 19
Autori: Redakcija
Teme: Minaqua

	Početak:	Kraj:	Trajanje:
Emisija:	14.04.2017 19:00:00	14.04.2017 19:40:00	00:40:00
Prilog:	14.04.2017 19:15:00	14.04.2017 19:16:52	00:01:31

Naslov: Minakvine Uskršnje igrarije

Kompanija „Minakva“ najmlađim sugrađanima priredila je „Uskršnje igrarije“. Deca su gledala predstavu, zabavljala se sa Haos animatorima, takmičila i sve to uz ozveženje-Jodi sokove.





Naslov: MINAQUA

Datum: 14.04.2017
Medij: Svet-vip
Rubrika: Bez naslova
Autori: naručena objava
Teme: Minaqua

Napomena:
Površina: 1416
Tiraž: 0



Strana: 1,36

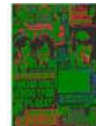




Naslov: MINAQUA

Datum: 14.04.2017
Medij: Svet-vip
Rubrika: Bez naslova
Autori: naručena objava
Teme: Minaqua

Napomena:
Površina: 1416
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 nenadoknadive 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: 13.04.2017
Medij: Nedeljnik
Rubrika: Bez naslova
Autori: naručena objava
Teme: Minaqua

Napomena:
Površina: 530
Tiraž: 0



Naslov: DEČJI DANI KULTURE

Strana: 54



DEČJI DANI KULTURE

21–23. aprila

U svim Delfi knjižarama i
Dexy Co Kids radnjama

Dani velikih popusta!

1 Lagunina
knjiga
za decu

25%

2 Lagunine
knjige za decu

30%

Odabrane
knjige za
decu drugih
izdavača

20%

3 Lagunine
knjige
za decu

35%

4 i više
Laguninih knjiga
za decu

40%

Odabrani artikli
iz dečjeg gift
programa do

20%

Uz svaku kupovinu poklon!

Laguna

DELFI

KNJIŽARE

Laguna
RADIO-93.7

 **BANCA INTESA**

 **DELFI
SKVER**

Kompletan spisak maloprodajnih objekata u kojima se održavaju Dečji dani kulture potražite
na sajtovima www.delfi.rs i www.dexy.co.rs. Popusti važe i u onlajn knjižari www.delfi.rs.
NAVEDENI POPUSTI SE NE MOGU KOMBINOVATI SA DRUGIM POPUSTIMA I AKCIJAMA.





Datum: 13.04.2017
Medij: Novosadska TV
Emisija: Novosadsko jutro
Autori: Redakcija
Teme: Minaqua

	Početak:	Kraj:	Trajanje:
Emisija:	13.04.2017 06:30:00	13.04.2017 09:05:00	02:35:00
Prilog:	13.04.2017 08:34:00	13.04.2017 08:34:56	00:00:33

Naslov: Poklon kompanije Minakva

Spiker:

Minakva i ovaj četvrtak dodeljuje poklon jednom gledaocu koji se najbrže javi na sledeći broj telefona: 402-469. Dok vi telefonirate, da kažemo da novosadska kompanija Minakva ima dugogodišnju tradiciju na domaćem tržištu. Proizvodni asortiman Minakve čine Minakva gazirana mineralna voda, negazirana mineralna voda Minakva Lajf, gazirani sokovi Minakva oranžada i limunada i dečji sokovi Jodi sa ukusom jabuke i višnje. Sadržaj dragocenog minerala joda i vrhunski kvalitet proizvoda je ono čime se Minakvini proizvodi izdvajaju od drugih. Budite odgovorni prema svom zdravlju. Za vašu zdravu i srećnu budućnost. Mi ovim završavamo naše „Novosadsko jutro“. Hvala vam na pažnji. Vidimo se sutra u istom terminu i na istom mestu. Prijatan dan.





Datum: 13.04.2017
Medij: Dnevnik
Rubrika: Sport
Autori: naručena objava
Teme: Minaqua

Napomena:
Površina: 288
Tiraž: 0



Naslov: OK VOJVODINA NS SEME - OK CRVENA ZVEZDA

Strana: 24

FINALE PLEJ-OFA SEZONA 2016/17.



IGRAJMO ZAJEDNO!

ULAZ BESPLATAN

OK VOJVODINA NS SEME

OK CRVENA ZVEZDA

ČETVRTAK	NOVI SAD	PONEDELJAK
13. APRIL 2017.	MAŁA SALA	17. APRIL 2017.
18 ČASOVA	SPC «VOJVODINA»	17.30 ČASOVA

Sponzori i partneri:





38682





Datum: 12.04.2017
Medij: Dnevnik
Rubrika: Sport
Autori: naručena objava
Teme: Minaqua

Napomena:
Površina: 289
Tiraž: 0



Naslov: OK VOJVODINA NS SEME OK CRVENA ZVEZDA

Strana: 24

FINALE PLEJ-OFA SEZONA 2016/17.



ULAZ BESPLATAN

OK VOJVODINA NS SEME

OK CRVENA ZVEZDA

ČETVRTAK	NOVI SAD	PONEDELJAK
13. APRIL 2017.	MAŁA SALA	17. APRIL 2017.
18 ČASOVA	SPC «VOJVODINA»	17.30 ČASOVA

Logos and Sponsors:

- NS SEME
- NIS GAZPROM NETT
- unit
- GODEA MEDIC
- ДНЕВНИК
- Radio 021
- PTB
- MINAQUA
- DDOR
- OK VOJVODINA
- OK CRVENA ZVEZDA
- MODNOVISAC.COM
- tims.





Datum: 10.04.2017
Medij: Hello
Rubrika: Inside Story
Autori: naručena objava
Teme: Minaqua

Napomena:
Površina: 355
Tiraž: 18311



Naslov: DEČJI DANI KULTURE

Strana: 45

DEČJI DANI KULTURE

21–23. aprila

Dani velikih popusta!

- 1 Lagunina knjiga za decu **25%**
- 2 Lagunine knjige za decu **30%**
- 4 i više Laguninih knjiga za decu **40%**
- 3 Lagunine knjige za decu **35%**
- Odabrane knjige za decu drugih izdavača **20%**

U svim Delfi knjižarama i Dexy Co Kids radnjama

Uz svaku kupovinu poklon!

Laguna DELFI KNJIŽARE

BANCA INTESA **mala laguna** **DELFI SKRIVER** **DEXY CO kids** **AVON**

Henkel **MINAQUA** **bambi** **Nesquik** **Dr. Oetker** **Stella Line**

Dukat **aleva** **STREITLER** **ESI** **Pass Tester** **Story** **HELLO!** **Scenosec**

INFORMER **DOMIN** **ringo** **SAJANESS** **BOOKVAR** **SLOVO**

Kompletan spisak maloprodajnih objekata u kojima se održavaju Dečji dani kulture potražite na sajtovima www.delfi.rs i www.dexy.co.rs.
Popusti važe i u onlajn knjižari www.delfi.rs.
NAVEDENI POPUSTI SE NE MOGU KOMBINOVATI SA DRUGIM POPUSTIMA I AKCIJAMA.





Datum: 10.04.2017
Medij: Dnevnik
Rubrika: Reporter
Autori: Redakcija
Teme: Jod

Napomena:
Površina: 56
Tiraž: 0



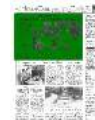
Naslov: MANI SUPU BEZ BELE VODE S PUMPE

Strana: 8

МАНИ СУПУ БЕЗ БЕЛЕ ВОДЕ С ПУМПЕ

Бар стотинак година пију Бечејци жуту воду, обогаћену јодом из геотермалних артеских бунара, док се недељна супа кувала с белом из пумпи распоређених по целом граду. Тако остало и кад је чесмовача стигла до сваке кујне. Временом су многе пумпе нестале, а ретке, зреле за музеје индустријске археологије, спасао је око њих цунглашки бујан коров, да им се више не може прићи.





ОБЕЛЕЖЕН СВЕТСКИ ДАН ЗДРАВЉА

Превентивни прегледи на Спенсу

Светски дан здравља ове године посвећен је депресији и обележава се под слоганом „Депресија – хајде да разговарамо“. Тим поводом, Дом здравља „Нови Сад“, у сарадњи с тимом Института за јавно здравље Војводине, ученицима Медицинске школе „7. април“, ученицима 3. разреда ОШ „Јован Дучић“ из Петроварадина и компанијом „Минаква“, организовао је јуче на Спенсу акцију провере здравственог стања наших суграђана. Грађани су могли да ураде антропометријска мерења, контролу шећера у крви, измере крвни притисак, али и да добију савете како да сачувају здравље.

– Превенција је пут до бољег здравља и из тог разлога при Дому здравља постоје бројна саветовалишта и превентивни центри – објаснио је директор Дома здравља „Нови Сад“ Веселин Бојат.

Викенд беба, деце и трудница

Манифестација „Викенд беба, деце и трудница“ одржаће се данас и сутра у „Биг“ шопинг центру. Током викенда, Превентивни центар Дома здравља „Нови Сад“ од 12 до 15 часова у холу „Бига“ обављаће бесплатна антропометријска мерења, контролу шећера из капи крви и контролу крвног притиска, а делиће и здравствено-васпитни материјал. Предавач Школе за труднице Дома здравља Зорица Мазалица од 14 до 15 часова представиће рад школе.



Велики број грађана искористио је прилику да провери здравствено стање и добије савете лекара. Већина Новосађана с којима смо разговарали каже да редовно одлази на прегледе и придржава се савета лекара.

– Редовно одлазим на контроле јер поштујем своје здравље и трудим се да га чувам – рекао нам је пензионер Влада Тодић.

Циљ овогодишње кампање Светске здравствене организације је да

они који имају симптоме депресије науче да их препознају, као и да потраже неопходну помоћ. Један од циљева акције јесте и да се јавност информише о узроцима и последицама депресије, као и то да породица и пријатељи особа са симптомима депресије науче како да им пруже помоћ и подршку.

По подацима из извештаја Светске здравствене организације, који се налазе на сајту Института за јав-

но здравље Војводине, у Србији од депресије пати пет одсто популације, и чешће се јавља код жена него код мушкараца. Светска здравствена организација у овогодишњој кампањи посебну пажњу посвећује онима које депресија најчешће погађа, а то су адолесценти и млади, жена у репродуктивном добу, нарочито после порођаја, и особе старије од 60 година.

Текст и фото: Ј. Вукашиновић





Datum: 07.04.2017
Medij: Politikin zabavnik
Rubrika: Bez naslova
Autori: naručena objava
Teme: Minaqua

Napomena:
Površina: 350
Tiraž: 0



Naslov: DEČJI DANI KULTURE

Strana: 27

DEČJI DANI KULTURE

21–23. aprila

Dani velikih popusta!

- 1 Lagunina knjiga za decu **25%**
- 2 Lagunine knjige za decu **30%**
- 3 Lagunine knjige za decu **35%**
- 4 i više Laguninih knjiga za decu **40%**
- Odabrane knjige za decu drugih izdavača **20%**

U svim Delfi knjižarama i Dexy Co Kids radnjama

Uz svaku kupovinu poklon!

Laguna DELFI KNJIŽARE

Laguna RADIO-93.7

BANCA INTESA

mala laguna

DELFI SKVER

DEXY CO kids

AVON

Henkel

MINAQUA

bambi

Lavirint

Nesquik

Dr.Oetker

Golek

McDonald's

Dukat

aleva

SteVia Line

STAEOTLER

ESI

Kompletan spisak maloprodajnih objekata u kojima se održavaju Dečji dani kulture potražite na sajtovima www.delfi.rs i www.dexy.co.rs. Popusti važe i u onlajn knjižari www.delfi.rs. NAVEDENI POPUSTI SE NE MOGU KOMBINOVATI SA DRUGIM POPUSTIMA I AKCIJAMA.

5223





Naslov: MINAQUA

Datum: 07.04.2017
Medij: Svet-vip
Rubrika: Bez naslova
Autori: naručena objava
Teme: Minaqua

Napomena:
Površina: 1369
Tiraž: 0



Strana: 1,36

ROĐENA SESTRA UMETO ČESTITKE PORUČUJE:
„JE*E MI SE ZA SEVERINU I NJENU TRUDNOĆU!“

ALEKSANDRA PRED ULAZAK U PAROVE
ABORTIRALA DETE ČABARKAPINOG NEPRIJATELJA

VIP Broj 165 • Izlazi petkom • 7.4.2017.
CENA SRB 50 DIN • MNE 0,50 • BIH 1 KM • MOJ 30 MNO • SLO 1 EUR • GRČ 2,5 EUR

STRAŠNO!

Novak U STRAHU ZA ŽIVOT ŽENE I BEBE!
JELENA IMA RIZIČNU TRUDNOĆU!

„POKUŠALI SU DA MI UBIJU OCA!“
IŠČUPALI SU VOLAN I PREVRNULI AUTO U KOM JE BIO!“

„BOŠANCU NE MOŽE DA SE DESI NEKA ČUCA KAO ŠABANU“
KAŽE NADA OBRİĆ

ŠOKANTNA ISPOVEST!
„UMIREM! PIŠEM TESTAMENT!“
Džej:





Naslov: MINAQUA

Datum: 07.04.2017
Medij: Svet-vip
Rubrika: Bez naslova
Autori: naručena objava
Teme: Minaqua

Napomena:
Površina: 1369
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 nenadoknadive 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: 06.04.2017

Medij: www.021.rs

Link: <http://www.021.rs/story/Zivot/Zdravlje/159970/Jod-nezaobilazan-u-trudnoci.html>

Autori: Redakcija

Teme: Jod

Napomena:

Naslov: Jod - nezaobilazan u trudnoći



Biolozima su došli do otkrića da unos ribe i morskih algi, samim tim i joda, igra ključnu ulogu u razvoju ljudskog mozga.

Jod ima i druge osobine kao što su: antibakterijsko, antiparazitsko, antigljivično i antivirusno dejstvo. Takođe, preventivno deluje i na pojavu kancerogenih ćelija. Ipak, danas je nedostatak joda poprimio pandemijske razmere. Toksini poput broma, žive, olova, raznih prehrambenih aditiva i pesticida otežavaju iskorišćenje joda u organizmu. Posebno su ugroženi ljudi koji jedu puno pekarskih proizvoda i testenina, ali i vegeterijanci. Na uzorku od nekoliko hiljada ljudi, 96% je imalo nizak nivo joda. Čak 72% svetskog stanovništva pati od poremećaja uzrokovanih nedostatkom joda. Neki od simptoma nedostatka joda su loša memorija, depresija, grčevi u mišićima, suva koža, slabost u telu i hroničan umor. Unos joda je posebno važan za trudnice. Nedovoljan unos joda, kroz ishranu, može da dovede do smanjenja aktivnosti štitne žlezde. Uravnotežen unos joda u trudnoći je izuzetno važan. Naime, manjak joda utiče na rad štitnjače, koji rezultira nedostatkom hormona, čiji je sastavni element upravo jod. Za pravilan razvoj i funkciju svih ćelija i tkiva u našem organizmu, a posebno mozga, kako u materici tako i nakon rođenja odgovoran je jod. Oboljenje štitne žlezde povećava rizik od prevremenog porođaja. Može dovesti i do nepravilnosti u telesnom rastu i izgledu, ali i duševnom stanju. Dnevna potreba kod čoveka iznosi minimum 150 mikrograma, a zbog rizika od umne i telesne zaostalosti kod dece, trudnicama se preporučuje bar 300 mikrograma joda. Joda najviše ima u morskim plodovima (plava riba, alge), voću, povrću, jodiranoj soli i u nekim mineralnim vodama bogatim prirodno rastvorenim jodom.





Datum: 07.04.2017

Medij: www.rtv.rs

Link: http://www.rtv.rs/sr_lat/vojvodina/novi-sad/svetski-dan-zdravlja_814502.html

Autori: Redakcija

Teme: Minaqua

Napomena:

Naslov: Svetski dan zdravlja



Dom zdravlja Novi Sad će danas od 10 do 12 časova u delu zvanom kadica na SPENS-u, sa svojim službama: preventivnim centrom, savetovalištem za mlade i patronažnom službom, zdravstvenim radom obeležiti Svetski...

NOVI SAD - Dom zdravlja "Novi Sad" će danas od 10 do 12 časova u delu zvanom "kadica" na SPENS-u, sa svojim službama: preventivnim centrom, savetovalištem za mlade i patronažnom službom, zdravstvenim radom obeležiti .

Saradnici manifestacije su tim iz Instituta za javno zdravlje Vojvodine, učenici Medicinske škole "7. april", učenici III razreda O.Š "Jovan Dučić" iz Petrovaradina i kompanija Minaqua. Aktivnosti koje će se sprovoditi su: antropometrijska merenja, kontrola šećera iz kapi krvi, kontrola visine krvnog pritiska, crtanje učenika osnovnih škola na temu sreća i zdravlje, davanje saveta o depresiji i kako je izbeći i deljenje zdravstveno vaspitnog materijala.





Datum: 07.04.2017
Medij: Dnevnik
Rubrika: Novosadska hronika
Autori: Redakcija
Teme: Minaqua

Napomena:
Površina: 49
Tiraž: 0



Naslov: Pregledi i saveti

Strana: 15

ПОВОДОМ СВЕТСКОГ ДАНА ЗДРАВЉА

Прегледи и савети

Дом здравља „Нови Сад“ обележиће данас од 10 до 12 часова у „кадици“ на Спенсу Светски дан здравља, 7. април. Превентивни центар, Саветовалиште за младе и Патронажна служба Дома здравља обележиће тај значајни празник заједно с тимом Института за јавно здравље Војводине, ученицима Медицинске школе „7. април“, ученицима 3. разреда ОШ „Јован Дучић“ из Петроварадина и компанијом „Минаква“.

Сви заинтересовани моћи ће да ураде антропометријска мерења, контролу шећера из капи крви, измере крвни притисак, као и да добију савети у вези с депресијом и како је избећи. Такође, делиће се здравственоваспитни материјал, а основци ће цртати радове на тему среће и здравља.

J. B.





Datum: 06.04.2017
Medij: Novosadska TV
Emisija: Novosadsko jutro
Autori: Redakcija
Teme: Minaqua

	Početak:	Kraj:	Trajanje:
Emisija:	06.04.2017 06:30:00	06.04.2017 09:05:00	02:35:00
Prilog:	06.04.2017 08:33:00	06.04.2017 08:33:41	00:00:24

Naslov: Minakva

Spiker:

Bile su ovo najvažnije vesti. A Minakva vam i ovog četvrtka poklanja paket, jednom gledaocu koji se najbrže javi na sledeći broj telefona 4024 6269. Novosadska kompanija Minakva ima dugogodišnju tradiciju na domaćem tržištu. Proizvodni asortiman Minakve čine Minakva gazirana mineralna voda, negazirana mineralna voda Minakva lajf, gazirani sokovi Minakva oranžada i limunada i dečiji sokovi sa ukusom jabuke i višnje. Sadržaj dragocenog minerala joda i vrhunski kvalitet je ono čime se proizvodi izdvajaju od drugih. Budite odgovorni prema svom zdravlju. Za vašu zdravu i srećnu budućnost.





Datum: 06.04.2017

Medij: www.021.rs

Link: <http://www.021.rs/story/Novi-Sad/Servisne-informacije/159981/Besplatna-kontrola-zdravlja-u-petak-u-kadici-n...>

Autori: Redakcija

Teme: Minaqua

Napomena:

Naslov: Besplatna kontrola zdravlja u petak u



"kadici" na Spensu

Besplatna kontrola zdravlja održaće se u petak, 7. aprila u "kadici" na Spensu, a povodom obeležavanja Svetskog dana zdravlja.

Svi zainteresovani od 10 do 12 časova će moći da urade antropometrijska merenja, kontrolu šećera iz kapi krvi, izmere visinu krvnog pritiska, i dobiju savete u vezi sa depresijom. Takođe, deca će crtati na temu zdravlja i sreće. Akciju organizuju Dom zdravlja "Novi Sad" sa svojim službama: Preventivnim centrom, Savetovalištem za mlade i patronažnom službom. Saradnici manifestacije su tim iz Instituta za javno zdravlje Vojvodine, učenici Medicinske škole "7. april", učenici III razreda O.Š "Jovan Dučić" iz Petrovaradina i kompanija Minaqua. Autor: 021.rs/Foto: Pixabay





Datum: 02.04.2017

Medij: www.informer.rs

Link: <http://informer.rs/magazin/ljubav-zdravlje/126978/MODERNA-MEDICINA-Jod-veoma-bitan-zdravlje>

Autori: Redakcija

Teme: Jod

Napomena:

Naslov: MODERNA MEDICINA: Jod je veoma bitan za zdravlje!



b92.net/informer.rs

02. 04. 2017. 13:45 Public Lekari i pacijenti širom sveta otkrivaju kako odgovarajući nivo joda u našem telu utiče na zdravlje. U današnje vreme, većina svetske populacije je deficitarna jodom, jer se sadržaj joda u tlu smanjuje. Poznato je da je jod neophodan našem telu kako bi nas zaštitio od raznih toksina, koji negativno utiču na naše zdravlje. Najčešće se povezuje i poznato je da je jod neophodan za pravilan rad štitne žlezde Moderna medicina danas usvaja nove korisne biološke formulacije kada je u pitanju jod. Kako bi se proširile njegove blagodeti, a koje prelaze granice tradicionalnog shvatanja, koja se odnose na zdravlje štitne žlezde. Jod se danas primenjuje u terapiji kod fibrocističnih promena u dojka. Prema nedavno sprovedenim istraživanjima, nedostatak joda se povezuje i sa pojavom tumora dojki, raka materice, štitne žlezde, janika i mnogih drugih bolesti. Ako se sve ovo uzme u obzir, jod nije važan samo za preživljavanje, već i kvalitetan život. Smatra se da su dnevne potrebe organizma za jodom daleko veće od onih preporučenih. Dr Gaj E. Abraham, jedan od vodećih istraživača o jodu, predložio je da potrebni dnevni unos, koji je neophodan za održavanje zasićenosti joda u celom telu, iznosi 13 mg dnevno. Ovu kalkulaciju temelji na sledećim činjenicama: štitnoj žlezdi je za pravilan rad potrebno oko 6 miligrama joda dnevno, grudima je potrebno 5 miligrama dnevno , što ostavlja 2 miligrama joda za potrebe drugih organa u telu. Preporučeni dnevni unos joda prema SZO iznosi 150 mikrograma za odraslu osobu, dok se trudnicama i dojiljama preporučuju dvostruko veće količine odnosno od 250-300 mikrograma.





Datum: 01.04.2017

Medij: www.dnevnik.rs

Link: <https://www.dnevnik.rs/ekonomija/srbija-izvozi-svaku-desetu-flasu-vode-01-04-2017>

Autori: Redakcija

Teme: Minaqua

Napomena:

Naslov: Srbija izvozi svaku desetu flašu vode

Po istim podacima, najviše flaširane vode popiju Italijani - 177 litara, u Australiji i Severnoj Americi 30 litara, a najmanje flaširanu vodu piju u Aziji, 20 litara po glavi stanovnika. Kod nas nešto manje od 30 punionica vode godišnje proda više od 670 miliona litara vode, i od te količine desetak odsto se nađe na stranim tržištima, najviše u zemljama u okruženju. Ali su i one botate izvorima vode i imaju dosta punionica visokih kapaciteta, što takođe otežava ulazak srpske vode na tržišta u okruženju. 85 litara flaširane vode po glavi stanovnika popijemo

Na domaćem tržištu najviše se pije voda "Knjaz Miloš", "Minakva" i "Rosa", a slede "Voda Vrnjci", "Mivela", "Prolom voda", "Heba"...

Voda je jeftin ali kabast proizvod, što iziskuje visoke troškove transporta po jednoj boci pa je krajnja cena vode na izvoznom tržištu visoka i proizvođačima nije isplativa na stranim tržištima, kažu proizvođači vode. Prosečna cena vode u boci na stranim tržištima je 0,20 evra. Sve punionice vode u EU imaju obavezu korišćenja i do 50 odsto reciklata u proizvodnji ambalaže (PET boce), što pojeftinjuje proizvod u odnosu na naš pa je i to razlog zašto domaće punionice ne izvoze veće količine, mada su tehnološki izuzetno opremljene, velikih kapaciteta i sa znatno manje radnika nego ranijih godina mogu proizvesti ogromne količine vode.

Na 47. mestu u svetu

Po rezervama zdrave i pitke vode UN su Srbiju rangirale na 47. mesto. Neki pokazatelji kažu da imamo i više od 400 izvorišta zdrave i pitke vode najvišeg kvaliteta, a eksploatiše se svega 20 odsto. Naše fabrike vode bave se samo flaširanjem i prodajom vode, i u privatnom su vlasništvu, premda Zakon o vodama kaže da je voda "dobro od opšteg interesa" i da su vode u državnoj svojini. Najznačajnija privatizacija bila je 2004, kada je prodana fabrika vode iz Aranđelovca "Knjaz Miloš". Komunalna vodovodna preduzeća čija je delatnost proizvodnja i prečišćavanje vode još nisu privatizovana, mada se očekuje da će i ona biti obuhvaćena restrukturiranjem. Kapaciteti su im i više nego dovoljni za potrebe domaćeg tržišta pa svakoj punionici ostane više od 30 odsto za izvoz. Ali nemamo dovoljno vode za Kinu i Emirate i da svu vodu koju možemo proizvesti tamo prodajemo. Da bi voda bila interesatna za inopotrošača, svaki proizvod treba da ima i neki benefit, na primer "Minakva", koja sadrži jod.

S druge strane, treba znati i da se voda može izvoziti, ali samo u radijusu od 400 kilometara jer i "Koka-Kola" kupuje punionice u svetu, a ne prodaje samo vodu u Americi, navode proizvođači vode. Na domaćem tržištu vlada velika konkurencija i svaki proizvođač kreira poslovnu politiku u skladu sa svojim planovima i mogućnostima. Primarni cilj svih punionica je da se niskim cenama i kvalitetnim proizvodom privuče što više potrošača. Zato su u poslednje vreme popularne akcije sniženja radi povećanja prodaje i indukovanja tražnje. Međutim, takva cenovna politika nije dugoročno održiva ni rentabilna, ali je markertinški opravdana, ističu punioničari.

Z. Delić

Foto: EPA/JEFF KOWALSKY





Naslov: VOJVODINA - POŠK

Datum: 01.04.2017
Medij: Dnevnik
Rubrika: Sport
Autori: naručena objava
Teme: Minaqua

Napomena:
Površina: 293
Tiraž: 0



Strana: 26

38625

Triglav vaterpolo liga

Bazen SC Slana bara
subota, 01.04.2017. u 19h

ULAZ BESPLATAN

VOJVODINA
POŠK







www.vkvojvodina.org.rs





Datum: 01.04.2017
Medij: Informer
Rubrika: Ljubav & zdravlje
Autori: Redakcija
Teme: Jod

Napomena:
Površina: 83
Tiraž: 105606



Naslov: JOD JE VAŽAN ZA DOBRO ZDRAVLJE

Strana: 10

JOD JE VAŽAN ZA DOBRO ZDRAVLJE

Jod je mineral koji se u ljudskom organizmu nalazi u tragovima i malo je poznato šta sve ovaj hemijski element čini za naše zdravlje.



U današnje vreme, većini svetske populacije nedostaje jod, jer se njegov sadržaj u tlu smanjuje. Poznato je da je neophodan našem telu kako bi nas zaštitio od raznih toksina, koji negativno utiču na zdravlje. Poznato je da je neophodan za pravilan rad štitaste žlezde.

Jod se danas primenjuje u terapiji kod promena u dojkama. Prema nedavno sprovedenim istraživanjima, nedostatak joda se povezuje i sa pojavom tumora dojki, raka materice, štitaste žlezde, jajnika i mnogih drugih bolesti. Smatra se da su dnevne potrebe organizma za jodom daleko veće od onih preporučenih. Štitastoj žlezdi je za pravilan rad potrebno oko šest miligrama joda dnevno, grudima je potrebno pet miligrama.

