



Datum: 01.02.2019
Medij: VIP Svet
Rubrika: Bez naslova
Autori: naručena objava
Teme: Minaqua

Napomena:
Površina: 1401
Tiraž: 0



Naslov: VIŠE JODA ZA BOLJU KONCENTRACIJU

Strana: 1,2

VIP Broj 260 • Izlazi petkom • 1.2.2019.
CENA SRB 60 DIN • MNE 0.5€ • BIH 1.2 KM • MKD 30 MKD
SLO 1 EUR • AT DE 2.50 € • CH 3.0 CHF • NL LU FR GR B 3.00 EUR

KIJA: SLOBA I JA PRAVIMO BEBU U AMERICI!
KAD SMO ŠAMI, SVE JE DRUGAČIJE
PLUS: KIJI LEKARI SAVETUJU DA ZATRUDNI, INAČE TUMOR MOŽE DA SE VRATI

NAPUŠTAJU SRBIJU!

RAT
SAŠA ZAPRETIO SNEŽANI:
JK NE MOGU DA ZAMENIM, ALI TEBE MOGU!

U VELIKOJ OPASNOSTI
SPREMA SE UDAR NA CECU!
IZDAĆE JE NAJBЛИŽI

ŠOK
EVO ZAŠTO RODITELJI I BRAĆA NISU PODRŽALI NOVAKA U MELBURNU

LUNA PUCA PSIHIČKI!
PSIHIJATAR JOVAN MARIĆ: ONA NIJE MAĻA, MORA DA UZME ŽIVOT U SVOJE RUKE, A NE DA KRIVI DRUGE

MILICA PAVLOVIĆ: AKO SU LUKAS I SONJA SREĆNI ZAJEDNO, JA IM ČESTITAM

00260
9 772334 169209





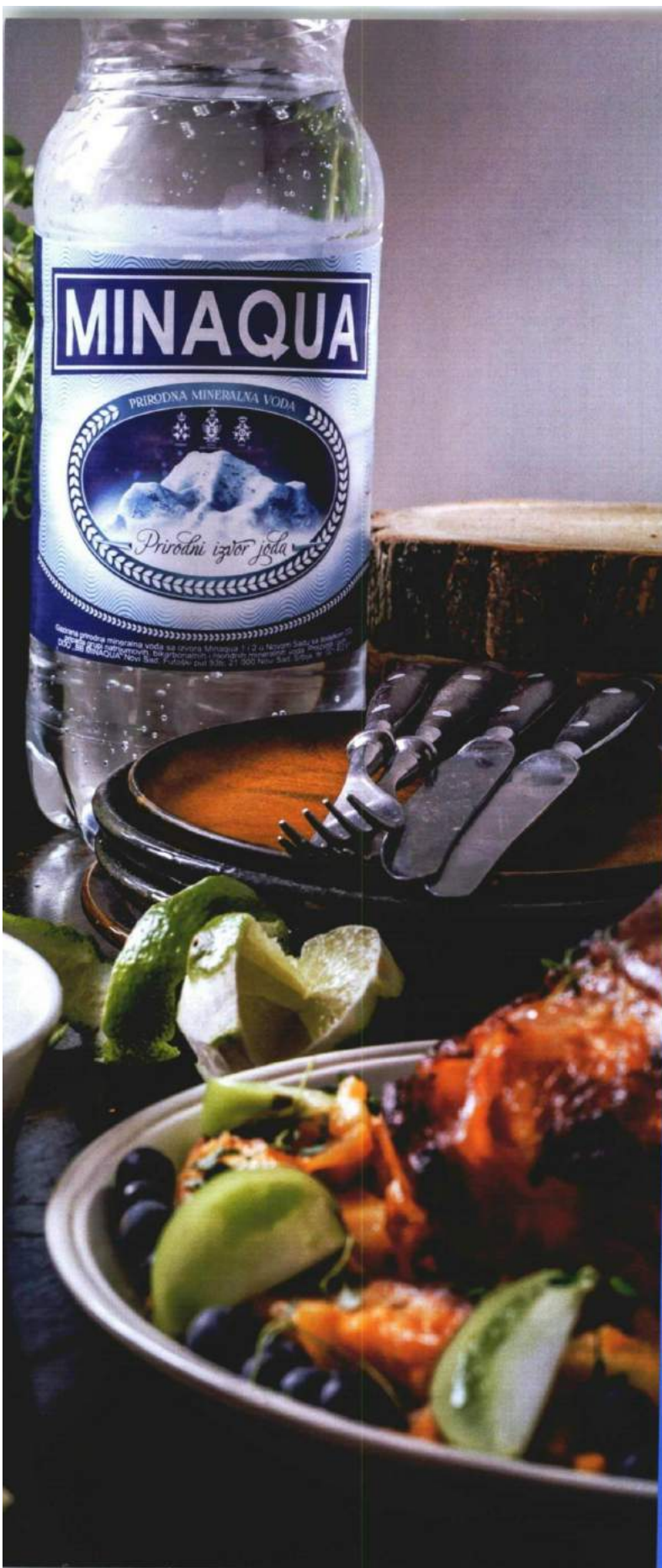
Datum: 01.02.2019
Medij: VIP Svet
Rubrika: Bez naslova
Autori: naručena objava
Teme: Minaqua

Napomena:
Površina: 1401
Tiraž: 0



Naslov: VIŠE JODA ZA BOLJU KONCENTRACIJU

Strana: 1,2



VIŠE JODA ZA BOLJU KONCENTRACIJU

Sposobnost da se skoncentrišemo, u velikoj meri se zasniva na okolnostima i situaciji u kojoj se tog momenta nalazimo. Greške koje napravimo jer smo dekoncentrisani, nekad su male dok nekada mogu biti i kobne, na primer u vožnji. Redovan unos joda, hranom i vodom, siguran je način da popravimo koncentraciju.

Jod je esencijalni mineral za naš organizam, **pa ga moramo svakodnevno unositi u dovoljnim količinama.** Utiče na razvitak mozga i grananje 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. Da bi održali funkcije mozga na najvišem nivou, jod nam mora biti svakodnevni saputnik.

Dnevne potrebe čoveka iznose 150 mikrograma, dok se trudnicama preporučuje duplo više, 300 mikrograma. Joda najviše ima u hrani morskog porekla, a u nešto manjoj količini u voću i povrću. Budući da pečenjem namirnice gube oko 20 odsto joda, a kuvanjem i do 58 odsto, najviše joda, naš organizam će apsorbovati preko vode bogate prirodno rastvorenim jodom.

Minaqua sadrži prirodno rastvoren jod i jedina je voda na ovim prostorima sa ovakvim mineralnim sastavima. Još davne 1912. godine osvojila je velike zlatne medalje na sajmovima u Rimu, Parizu i Londonu, tada pod nazivom "Franc Jozefova voda".

**Više od 100
godina-tradicionalno
najbolja MINAQUA.**





Datum: 06.02.2019
Medij: Mama&Beba
Rubrika: Bez naslova
Autori: Redakcija
Teme: Minaqua, Jod

Napomena:
Površina: 163
Tiraž: 0



Naslov: TRUDNICAMA, DOJILJAMA I DECITREBA VIŠE JODA

Strana: 9



TRUDNICAMA, DOJILJAMA I DECITREBA VIŠE JODA

Jod je mineral koji naše telo ne može samo da sintetiše. Pozitivno utiče na rast i razvoj, te je veoma važno da ga deca unose ishranom. Štitnoj žlezdi je neophodan jod kako bi proizvodila hormone koji kontrolišu metabolizam, rast i razvoj. Tokom trudnoće štitnjača žene mora da radi mnogo više jer hormoni koje proizvodi potpomažu razvoj mozga i nervnog sistema fetusa. Nakon rođenja, bebe koje sisaju zavise od majčinog mleka kao izvora joda, što pomaže da im se mozak i nervni sistem razvijaju.

Ozbiljan nedostatak joda kod trudne žene ili one koja doji može dovesti do oštećenja mozga kod njenog fetusa ili bebe. Dnevna potreba za jodom iznosi 150 mikrograma, dok je trudnicama potrebno čak dvostruko više, oko 300 mikrograma. Uključivanje sledeće hrane u svakodnevnu ishranu porodice pomoći će vam da budete sigurni da vi i vaša deca unosite dovoljno joda: upakovan hleb, morska hrana, jaja, meso, povrće i mlečni proizvodi, jodirana so. Odličan izvor joda kod nas je mineralna voda bogata prirodno rastvorenim jodom, jer organizam lakše koristi jod iz vode

nego iz hrane. Minaqua mineralna voda sadrži prirodno rastvoren jod i jedina je voda na ovim prostorima s ovakvim mineralnim sastavom. Još davne 1912. godine osvojila je velike zlatne medalje na sajmovima u Rimu, Parizu i Londonu, tada pod nazivom "Franc Jozefova voda". Više od 100 godina – tradicionalno najbolja MINAQUA.



mamaibeba.com | januar/mart 2019. | 9





Naslov: MINAQUA

Datum: 08.02.2019
Medij: VIP Svet
Rubrika: Bez naslova
Autori: naručena objava
Teme: Minaqua

Napomena:
Površina: 1396
Tiraž: 0



Strana: 1,2

VIP Broj 261 • Izlazi petkom • 8. 2. 2019.
CENA SRB 60 DIN • MNE 0,06 • BiH 1,2 KM • MKD 30 MKD
SLO 1 EUR • AL DE 2,50 € • CH 3,0 CHF • NL/LU/FR GR 8,300EUR

Svet

LUKASU DOŠAO KRAJ ZBOG DUGA MARINI OSTAJE NA ULICI! IZVRŠITELJI MU UZIMAJU SVE

MARINA: NIJE ME BRIGA! ŠTO RANIJE NIJE MISLIO O TOME

Svet REALITY
OVO MARIJA KRIJE MILJANU ZLOSTAVLJALI U PORODICI
AKO JOJ SAD ODUZMU DETE, UBIĆE NEKOG ILI SEBE

LUKAV PLAN
RADA SE UDAJE, ALI PARE NEĆE DA DELI SA HARISOM

BEBA STIŽE USKORO!
MARIJA ŠERIFOVIĆ: NEĆU BITI NAPORNA KAO MOJA MAJKA

GASTOZ: KIJA I SLOBA SE VREĐAJU, A NE MOGU JEDNO BEZ DRUGOG. ZAUVEK ĆE BITI ZAJEDNO

Svet REALITY
ALEKSANDRA VIŠE NE TUGUJE PREKO LJUBAVNIKA SE SVETI DAVIDU I ANI





Datum: 08.02.2019
Medij: VIP Svet
Rubrika: Bez naslova
Autori: naručena objava
Teme: Minaqua

Napomena:
Površina: 1396
Tiraž: 0



Naslov: MINAQUA

Strana: 1,2



VIŠE JODA ZA BOLJU KONCENTRACIJU

Sposobnost da se skoncentrišemo, u velikoj meri se zasniva na okolnostima i situaciji u kojoj se tog momenta nalazimo. Greške koje napravimo jer smo dekoncentrisani, nekad su male dok nekada mogu biti i kobne, na primer u vožnji. Redovan unos joda, hranom i vodom, siguran je način da popravimo koncentraciju.

Jod je esencijalni mineral za naš organizam, **pa ga moramo svakodnevno unositi u dovoljnim količinama**. Utiče na razvitak mozga i grananje 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. Da bi održali funkcije mozga na najvišem nivou, jod nam mora biti svakodnevni saputnik.

Dnevne potrebe čoveka iznose 150 mikrograma, dok se trudnicama preporučuje duplo više, 300 mikrograma. Joda najviše ima u hrani morskog porekla, a u nešto manjoj količini u voću i povrću. Budući da pečenjem namirnice gube oko 20 odsto joda, a kuvanjem i do 58 odsto, najviše joda, naš organizam će apsorbovati preko vode bogate prirodno rastvorenim jodom.

Minaqua sadrži prirodno rastvoren jod i jedina je voda na ovim prostorima sa ovakvim mineralnim sastavima. Još davne 1912. godine osvojila je velike zlatne medalje na sajmovima u Rimu, Parizu i Londonu, tada pod nazivom "Franc Jozefova voda".

**Više od 100
godina-tradicionalno
najbolja MINAQUA.**





Datum: 10.02.2019
Medij: Dnevnik
Rubrika: Reporter
Autori: naručena objava
Teme: Jod, Minaqua

Napomena:
Površina: 299
Tiraž: 10000



Naslov: Jod pokreće ljudsko telo

Strana: 7

ЕСЕНЦИЈАЛНИ МИНЕРАЛИ ВАЖНИ ЗА ЦЕО ОРГАНИЗАМ

Јод покреће људско тело

Током зимских месеци наше тело тражи више витамина и минерала. Међутим, неки витамини и минерали требало би да се уносе свакодневно, без обзира на годишње доба, а један од њих је јод. Од овог важног минерала зависе многи процеси у телу, а нарочито функционисање штитасте жлезде.

Најчешћа болест штитасте жлезде је хипотиреоидизам. Неки од симптома болести штитасте жлезде су малаксалост, поспаност, успорен рад срца, али може да се деси и да симптоми изостану, а да обољење постоји. На успорен рада штитасте жлезде, а самим тим и на недостатак јода, могу да укажу и испуцала коса, слаби нокти, бледа кожа, повећана телесна тежина. Хормони штитасте жлезде

имају значајну улогу и пре рођења, јер утичу на развој нервног система плода.

У сваком случају, јод би требало да се уноси свакодневно, јер људско тело не може да га производи. Главни извор јода је јодирана кухињска со, као и храна пореклом из мора, нарочито бакалар и бранцин. Одличан избор је и минерална вода са природним јодом.

„Minaqua“ садржи управо такав јод и једина је вода код нас са оваквим минералним саставом. Још давне 1912. године освојила је велике златне медаље за квалитет на сајмовима у Риму, Паризу и Лондону, тада под називом „Franc Jozefova voda“. То показује да је више од 100 година традиционално квалитетна вода „Minaqua“.

41996





Datum: 15.02.2019
Medij: VIP Svet
Rubrika: Bez naslova
Autori: naručena objava
Teme: Minaqua

Napomena:
Površina: 1429
Tiraž: 0



Naslov: VIŠE JODA ZA BOLJU KONCENTRACIJU

Strana: 1,36

VIP Broj 262 • Izlazi petkom • 15. 2. 2019.
CENA SRB 60 DIN • MNE 0,6€ • BIH 1,2 KM • MKD 30 MKD
SLO 1 EUR • AL DE 2,50€ • CH 3,0 CHF • NL 1,10 FR.GR. 8,3.00EUR

Svet

PLUS DODATAK Svet REALITY

PRETUŽNO!
DEA
PROŠLA
KROZ
PAKAO, A
OTAC NE ZOVE
DA PITA
KAKO JE!

DEU I MAJKU
IZBACIO IZ
STANA ZBOG
LJUBAVNICE

ŠOKANTNA PREPISKA UNUTRA!
BUBA KORELI
VARA VERENICU
SA IRMOM
IZ PAROVA

DR JOVAN MARIĆ:
MILJANA IMA
TEŠKU DIJAGNOZU!
MORA DA SE
LEČI! SPOSOBNA
JE DA UBIJE

BIJANA
OCAJNA:
ANU SU
RAZVLAČILI
DAVIDOVI DRUGOVI!

PAPARAZZO!
ANI SVE
GORE,
TRAŽI
POMOĆ
OD RASTE!

DARKO: IDEMO
NA SUD, DOSTA
MI JE ANE!
NIJE ONA
NIKAKVA SVETICA!

00262
6 972334 932009





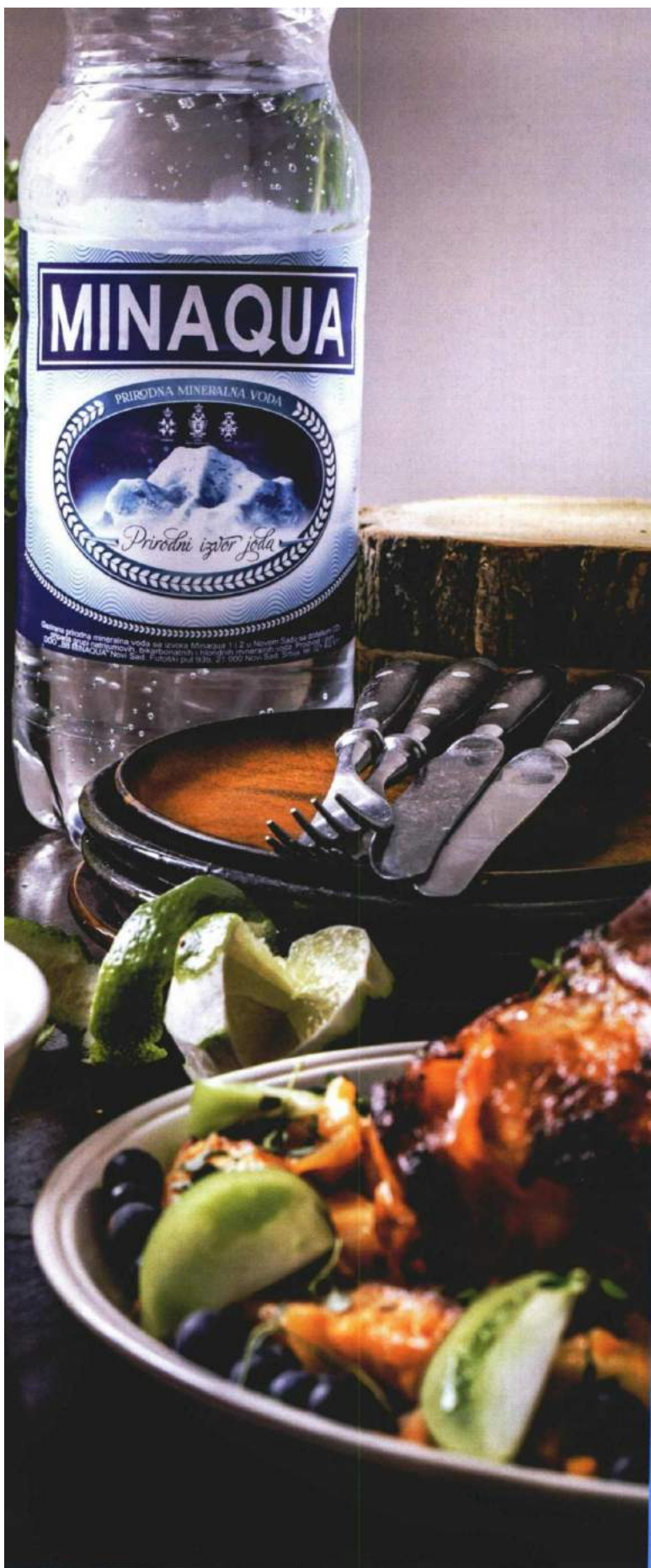
Datum: 15.02.2019
Medij: VIP Svet
Rubrika: Bez naslova
Autori: naručena objava
Teme: Minaqua

Napomena:
Površina: 1429
Tiraž: 0



Naslov: VIŠE JODA ZA BOLJU KONCENTRACIJU

Strana: 1,36



VIŠE JODA ZA BOLJU KONCENTRACIJU

Sposobnost da se skoncentrišemo, u velikoj meri se zasniva na okolnostima i situaciji u kojoj se tog momenta nalazimo. Greške koje napravimo jer smo dekoncentrisani, nekad su male dok nekada mogu biti i kobne, na primer u vožnji. Redovan unos joda, hranom i vodom, siguran je način da popravimo koncentraciju.

Jod je esencijalni mineral za naš organizam, **pa ga moramo svakodnevno unositi u dovoljnim količinama.** Utiče na razvitak mozga i grananje 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. Da bi održali funkcije mozga na najvišem nivou, jod nam mora biti svakodnevni saputnik.

Dnevne potrebe čoveka iznose 150 mikrograma, dok se trudnicama preporučuje duplo više, 300 mikrograma. Joda najviše ima u hrani morskog porekla, a u nešto manjoj količini u voću i povrću. Budući da pečenjem namirnice gube oko 20 odsto joda, a kuvanjem i do 58 odsto, najviše joda, naš organizam će apsorbovati preko vode bogate prirodno rastvorenim jodom.

Minaqua sadrži prirodno rastvoren jod i jedina je voda na ovim prostorima sa ovakvim mineralnim sastavima. Još davne 1912. godine osvojila je velike zlatne medalje na sajmovima u Rimu, Parizu i Londonu, tada pod nazivom "Franc Jozefova voda".

**Više od 100
godina-tradicionalno
najbolja MINAQUA.**





Datum: 16.02.2019
Medij: Blic žena
Rubrika: Bez naslova
Autori: Redakcija
Teme: Jod, Minaqua

Napomena:
Površina: 687
Tiraž: 129736



Naslov: ZAŠTO JE JOD NEOPHODAN

Strana: 1,37

45
dinara

Blic žena

Pravi saveti za pravu ženu

16-22. februar 2019 / Broj 744

00744
9 771820 379003

BIH 1 KM • CG 0,70 EUR • MK 40 DEN
• EU 2,50 EUR • GR 1,70 EUR • CH 3,50 CHF
• HR 8 HRK • SLO 1 EUR • NL 2,0 EUR

POMORANDŽA ZA MENOPAUZU

I još tri rešenja za tegobe
zrelog doba

DEJANA BAČKO
Stvorena
sam za
pobede

Svetska šampionka
u paratekvondu

Silikonska četka kosu čuva

**SVE JE
UKUSNIJE
KAD SE
SIR OTOPI**

Krmenadle sa kackavaljem
vase novo omiljeno jelo

NAJSLAĐI KOLAČI SA SIROM

Probajte!
Čizkejk sa
karamelom

**Pločice
HIT
DEKOR
U SOBI**

**NOVA
terapija
za kičmu**

Pozdravite
sako

NORA ROBERTS
IGRE STRASTI

Ljubavna priča koja
ostavlja bez daha

Biblioteka





Datum: 16.02.2019
Medij: Blic žena
Rubrika: Bez naslova
Autori: Redakcija
Teme: Jod, Minaqua

Naslov: ZAŠTO JE JOD NEOPHODAN

Napomena:
Površina: 687
Tiraž: 129736



Strana: 1,37

ZAŠTO JE JOD NEOPHODAN

PROMO



Jod je izuzetno važan za normalan rast i razvoj svih ćelija, a posebno moždanih. Kako je razvoj mozga najintenzivniji pre rođenja i u prve tri godine života, posledice nedostatka joda najopasnije su kod trudnica, dojilja i dece.

Međutim, nedostatak joda dovodi do oštećenja pamćenja, loše koncentracije i radne sposobnosti u svakom životnom dobu. Ujedno, to je i najčešći pojedinačni uzrok intelektualne zaoptimalosti u svetu, jer smanjuje ukupan količnik inteligencije naroda čak do 18 IQ bodova.

Ljudski organizam ne može sam da proizvede jod, stoga bi trebalo da ga svakodnevno unosimo hranom i vodom. Prema novim preporukama Svetske zdravstvene organizacije, dnevne potrebe ovog minerala su povećane, pa je u cilju održanja zdravlja minimalno potrebno oko 15 mikrograma po kilogramu telesne mase za decu, prevremeno rođenim bebama 30 mikrograma na svaki kilogram telesne mase, a odraslima 300 mikrograma.

Glavni izvor joda je jodirana kuhinjska so, hrana poreklom iz mora, kao i mineralna voda sa prirodnim jodom. „Minaqua“ sadrži upravo takav jod i jedina je voda na ovim prostorima sa ovakvim mineralnim sastavom. Još 1912. godine osvojila je velike zlatne medalje za kvalitet na sajmovima u Rimu, Parizu i Londonu, tad kao „Franc Jozefova voda“. Više od 100 godina – tradicionalno najbolja „Minaqua“.





Datum: 22.02.2019
Medij: VIP Svet
Rubrika: Bez naslova
Autori: naručena objava
Teme: Minaqua

Napomena:
Površina: 1407
Tiraž: 0



Naslov: VIŠE JODA ZA BOLJU KONCENTRACIJU

Strana: 1,2

VIP Broj 263 • Izlazi petkom • 22. 2. 2019.
CENA SRB 60 DIN • MNE 0,6€ • BIH 1,2 KM • MKD 30 MKD
SLO 1 EUR • AT 0,250 € • CN 3,0 CHF • NLU FR GR 8,300EUR

Svet

EKSKLUZIVNO!

TAJNA ŠABANOVOG TESTAMENTA!

PRED SMRT STRAHOVAO DA ĆE SE DECA POSVAĐATI OKO PARA!

OTKRIVAMO KOME ĆE PRIPASTI KUĆE, STANOVI I MILIONI!

SKANDAL! ZARATILI LUKAS I PEJOVIĆ!

PAPARAZZO!

NOLE I JELENA NEMAJU VREMENA JEDNO ZA DRUGO!

PLUS DODATAK Svet REALITY

DAVIDOV OČUH MUNGOS: ALEKSANDRI NIJE MESTO U NAŠOJ KUĆI!

SINIŠA OČAJAN: BOJIM SE DA MILJANA NE POVREDI MAJKU!

OVO KRIJE OD LUNE! MARKA ZBOG KOCKE IZBACILI IZ STANA!





Datum: 22.02.2019
Medij: VIP Svet
Rubrika: Bez naslova
Autori: naručena objava
Teme: Minaqua

Napomena:
Površina: 1407
Tiraž: 0



Naslov: VIŠE JODA ZA BOLJU KONCENTRACIJU

Strana: 1,2



VIŠE JODA ZA BOLJU KONCENTRACIJU

Sposobnost da se skoncentrišemo, u velikoj meri se zasniva na okolnostima i situaciji u kojoj se tog momenta nalazimo. Greške koje napravimo jer smo dekoncentrisani, nekad su male dok nekada mogu biti i kobne, na primer u vožnji. Redovan unos joda, hranom i vodom, siguran je način da popravimo koncentraciju.

Jod je esencijalni mineral za naš organizam, **pa ga moramo svakodnevno unositi u dovoljnim količinama.** Utiče na razvitak mozga i grananje 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. Da bi održali funkcije mozga na najvišem nivou, jod nam mora biti svakodnevni saputnik.

Dnevne potrebe čoveka iznose 150 mikrograma, dok se trudnicama preporučuje duplo više, 300 mikrograma. Joda najviše ima u hrani morskog porekla, a u nešto manjoj količini u voću i povrću. Budući da pečenjem namirnice gube oko 20 odsto joda, a kuvanjem i do 58 odsto, najviše joda, naš organizam će apsorbovati preko vode bogate prirodno rastvorenim jodom.

Minaqua sadrži prirodno rastvoren jod i jedina je voda na ovim prostorima sa ovakvim mineralnim sastavima. Još davne 1912. godine osvojila je velike zlatne medalje na sajmovima u Rimu, Parizu i Londonu, tada pod nazivom "Franc Jozefova voda".

**Više od 100
godina-tradicionalno
najbolja MINAQUA.**





НА ИНТЕЛИГЕНЦИЈУ ДЕТЕТА МОЖЕ ДА СЕ УТИЧЕ ПРЕ РОЂЕЊА

Јод би требало да буде заступљен у исхрани



Бројна истраживања показала су да је све већи број деце која имају здравствене проблеме, а све чешће се јављају и поремећаји и тегобе попут дијабетеса, хипертензије, астме, поремећаја учења, пажње и концентрације. Када је реч о моторици, пажњи и концентрацији, општем знању и речнику ђака у првим разредима, учитељи из Србије и Словеније наводе да је свака нова генерација првака слабија у односу на претходне, подаци су до којих се дошло током истраживања спроведеног у две земље.

Исхрана има велики значај и утицај на развој бебе још док је у мамином стомаку, али и у првим годинама живота. Због тога је правилна балансирана исхрана у најранијем животном добу неопходна за правилан развој мозга. Уколико у раном детињству исхрана није правилна или избалансирана, то може касније да се доведе у везу са проблемима у учењу и развоју, а постоје и индикације да то оставља и дуготрајније последице, те може да доведе до лошег успеха у школи, емоционалних проблема и слабог здравља.

Конзумирање јода стога је један од најбољих показатеља колико је за правилан раст и развој важна правилна и балансирана исхрана, као и уношење микроелемената.

- Јод је есенцијалан за нормалан раст и развој деце, а пре свега за нормалан развој централног нервног система и интелигенције, посебно у првих неколико година живота - истакао је др Ранко Рајовић.

Европска агенција за безбедност хране (EFSA) изнела је податак како постоји јасна веза између нивоа јода који жена има током трудноће и касније интелигенције детета. Истра-



живање спроведено 2006. године показало је да уношењем суплемената јода код школске деце која имају већ умерен недостатак јода, долази до побољшања у обради информација и финој моторици.

Главни извор јода је јодирана кухињска со, храна пореклом из мора, нарочито бакалар и бранцин. Одличан избор је и минерална вода са природним јодом. „Minaqua“ садржи управо такав јод и једина је вода на овим просторима са таквим минералним саставом. Још давне 1912. године освојила је велике златне медаље за квалитет на сајмовима у Риму, Паризу и Лондону, тада под називом „Franc Jozefova voda“, што показује да је више од 100 година традиционално квалитетна вода „Minaqua“.

42068

