



Poročilo medijskih objav

OVERNET D.O.O.

Pripravljeno: **10.07.2017**

Pojavnost:

TISKANI	2
INTERNET	1

Ključne besede v poročilu:

USTAVI.SE	3
AKCIJA USTAVI.SE	2
MED.OVER.NET	2
#USTAVISE	2
USTAVISE	1

7. 07. 2017	Viva	Stran/Termin: 8	SLOVENIJA
Naslov:	Ustavi se- podari svoj čas pametneje		
Vsebina:	Posledice stresa, izgorelosti na delovnem mestu in ostale posledice prekomerne delovne obremenitve se kažejo s simptomi številnih bolezni, ki so nato tudi vzrok za bolniško odsotnost.		
Avtor:	Tili Kojić		
Gesla:	USTAVI.SE, AKCIJA USTAVI.SE		
7. 07. 2017	Viva	Stran/Termin: 83	SLOVENIJA
Naslov:	/		
Vsebina:	ustavi.se in pomisli nase		
Avtor:			
Gesla:	USTAVI.SE, MED.OVER.NET, #USTAVISE		
7. 07. 2017	www.marketingmagazin.si	Stran/Termin:	SLOVENIJA
Naslov:	'Mas' minuto?		
Vsebina:	Ves čas samo hitimo, živimo v stalnem stresu, pričakovanjih. Ne vzamemo si trenutka zase, za najbližje – se ne ustavimo! Živimo v zaobljubah samim sebi, medtem ko življenje teče mimo nas in se ne zavemo lepote trenutka.		
Avtor:			
Gesla:	#USTAVISE, MED.OVER.NET, AKCIJA USTAVI.SE, USTAVI.SE, USTAVISE		

7. 07. 2017 Viva

Stran/Termin: 8

Naslov: Ustavi se- podari svoj čas pametneje

Naklada: 21.000,00

Avtor: Tili Kojić

Površina/Trajanje: 346,46

Rubrika/Oddaja: AKTUALNE NOVICE

Žanr: VEST

Gesla: USTAVI.SE, AKCIJA USTAVI.SE



Ustavi se – podari svoj čas pametneje

Posledice stresa, izgorelosti na delovnem mestu in ostale posledice prekomerne delovne obremenitve se kažejo s simptomi številnih bolezni, ki so nato tudi vzrok za bolniško odsotnost. Po podatkih iz mednarodne raziskave PREDICT-D, v katero je bila vključena tudi Slovenija, je depresija prisotna pri okoli 14 odstotkih odraslih pacientov, ki se zdravijo pri družinskem zdravniku. V raziskavah, tudi domačih, strokovnjaki ugotavljajo, da se le okoli polovica oseb, ki jih težave v duševnem zdravju ovirajo v njihovem vsakodnevem življenju, obrne po strokovno pomoč. Med vsemi duševnimi motnjami odrasli najpogostejše obiščejo osebnega zdravnika zaradi depresije, tesnobe ali reakcije na hud stres. Ogroženi smo vsi. Zato so na Zavodu Med.Over.Net (MON) zasnovali vseslovensko akcijo **Ustavi se!**, s katero želijo spodbuditi k razmisleku o prehitrem tempu življenja ter ozaveščati prebivalstvo Slovenije o pomenu skrbi za zdravje. V okviru projekta, ki ga podpirajo številni partnerji iz gospodarstva, ambasadorki in mediji, so se snovalci akcije zavezali, da bodo do 29.



septembra 2017 zbrali 2.065.895 minut. Toliko nas je bilo Slovencev 1. januarja 2017. Svojo minuto v skupno zavedanje, kako pomembno je vsak dan sproti pomisliti nase in prisluhniti notranjim vzgibom pri iskanju splošnega osebnega zadovoljstva, vsak posameznik podari s klikom na spletnem mestu akcije **Ustavi.se**. »Ob vsakodnevem (pre)hitrem tempu pozabimo nase in čas je, da se ustavimo!

Ko se 'ustavimo' in si vzamemo čas zase, lahko razmislimo, kaj bi lahko naredili drugače, da bi živeli bolj zdravo, zadovoljno in srečno. Pomembno je, da začnemo pri sebi. Ko se bomo uspeli 'ustaviti' sami, bomo lahko pomagali tudi drugim,« je v povedala Andreja Verovšek, idejna vodja akcije. Vsaj za eno minuto se torej ustavimo in pomislimo – najprej – nase, sporočajo iz MON.

7. 07. 2017 **Viva**

Stran/Termin: 83

Naslov: /

Naklada: 21.000,00

Avtor:

Površina/Trajanje: 440,71

Rubrika/Oddaja: /

Žanr: OGLAS

Gesla: USTAVI.SE, MED.OVER.NET, #USTAVISE



#USTAVISE
WWW.USTAVI.SE

Med.Over.Net
DELAMO S SRCEM



... in pomisli nase.



7. 07. 2017 www.marketingmagazin.si

Stran/Termin:

Naslov: 'Maš minuto?

Naklada:

Avtor:

Površina/Trajanje: 1,00

Rubrika/Oddaja:

Žanr: SPLETNI ČLANEK

Gesla: #USTAVISE, MED.OVER.NET, AKCIJA USTAVI.SE, USTAVI.SE, USTAVISE


<http://www.marketingmagazin.si/novice/prommocija/14310/mas-minuto>

 PIŠKOTKE UPORABLJAMO ZA ZAGOTAVLJANJE NAJBOLJŠE UPORABNIŠKE IZKUŠNJE NA NAŠEM SPLETNEM MESTU - [UREDİ NASTAVITVE](#)

Sprejmi

 Naroči se na
MM


V novi številki:

**BPCS, VELIKA MALA AGENCIJA,
KI POSEL JEMLJE OSEBNO**
MM // MARKETING MAGAZIN


MM

NOVICE

IZBOR MMESECA

MM BLOG

KOLEDAR

MM » [Novice](#) » [ProMMocija](#)

'Maš minuto?

Objavljeno: petek, 7. julij, 2017 v rubriki [ProMMocija](#)

Ves čas samo hitimo, živimo v stalnem stresu, pričakovanjih. Ne vzamemo si trenutka zase, za najbližje – se ne ustavimo! Živimo v zaobljubah samim sebi, medtem ko življenje teče mimo nas in se ne zavemo lepote trenutka.



»Zjutraj se zbudim, upirajoče otroke preganjam v vrtec in s'olo, zaradi prometnega zamaska sem na trnih, da ne zamudim v službo. Tam dolge ure sedim za računalnikom, dvigujem telefon, poslušam sodelavko in odgovarjam na elektronsko pošto. Ne utegnem pojesti kosila, ko že hitim po otroke, da jih pravočasno razvozim na vse dejavnosti. Zvečer se spomnim, da moram narediti nekaj zase in odtečem en krog okoli naselja, ki ga zaključim s praznjenjem hladilnika. Utrujeno padem v posteljo, kjer težko zaspim, saj se mi v glavi podijo različne misli. In tako vsak dan,« je zgodba dana- snjega človeka.

Ves čas samo hitimo, živimo v stalnem stresu, pričakovanjih. Ne vzamemo si trenutka zase, za najbližje – se ne ustavimo! Živimo v zaobljubah samim sebi, medtem, ko življenje teče mimo nas in se ne zavemo lepote trenutka.

[MMarketing](#)[MMediji](#)[PR](#)[Oblikovanje](#)[PreMMiki](#)[Dogodki](#)[ProMMocija](#)
 Naroči se na MM
in prihrani do 30 %!

KOLEDAR DOGODKOV


13
SEP

 Sejem in konferenca o
digitalnem marketingu Dmexco



Čas je, da se ustavimo!

V Sloveniji strmo narašča število tistih, ki trpijo zaradi izgorelosti, depre- sije, kroničnih bolezni. Ste vedeli, da je bilo v letu 2015 izgubljenih skoraj 27.000 let zaradi bolniških odsotnosti?

Ob vsakodnevnem (pre)hitrem tempu pozabimo nase. Čas je, da se ustavimo! S tem, ko se »ustavimo« in si vzamemo čas zase, lahko razmislimo, kaj v življenju bi morali spremeniti, da bi živeli bolj zdravo, zadovoljno in srečno. Pomembno je, da začnemo pri sebi. Ko se bomo sami uspeli »ustaviti«, bomo lahko pomagali tudi drugim.

»Za nas se je začelo pri vprašanju, kaj lahko (še) naredimo za več zdravja, več dobrega počutja, več srečnih ljudi, več veselih otrok in zadovoljnih staršev,« pove Tomaž Oplotnik, direktor Zavoda Med. Over.Net, in dodaja: »Poiskali smo odgovore na vprašanja in v okviru vsesloven- ske akcije »Ustavi se!« podajamo nekaj iztočnic za to, kaj lahko vsak naredi zase in kako naj začne.«

Akcija »Ustavi se!« nagovarja nas, ki smo ujeti v današnjem »norem« tempu , da se ustavimo, pomislimo nase in na spletni strani www.ustavi.se simbolno podarimo minuto, ki smo si jo vzeli, ko smo se ustavili.

Zbrane minute bo Zavod.Med.Over.Net ob koncu akcije, skupaj s partnerji projekta, namenil v dobre namene. Od začetka junija do konca septembra bodo pripravili vrsto dejavnosti, s katerimi bodo opozarjali na pomen zdravja na delovnem mestu, dobrega psihičnega počutja, gibanja in telesne kondicije vseh starostnih skupin, lepih medsebojnih odnosov in osebnega zadovoljstva.

V krog ambasadorjev, ki že aktivno sodelujejo pri uresničevanju filozofije »mimnejšega« tempa delovanja, vabijo podjetja in posameznike, ki verjamejo, da se je včasih treba ustaviti, pomisliti nase, narediti določene spremembe in posledično zaživeti bolj polno ter aktivno življenje, tako poslovno kot tudi zasebno.

Vaš [#ustavise](#) na družbenih omrež- jih bo dodal tudi vašo minuto v vseslo- venski projekt.

SORODNI ČLANKI

[Delavnica 3v1: Facebook, Google, Email marketing](#)

[Ko sledi utrujenosti postanejo preteklost!](#)

[V dvoje, v družbi, z družino ali tudi sami, potovanje je vedno zakon. Vendar vedno z zavarovanjem Tujina.](#)

[Prenovljena Hotela Union in Lev še bliže organizatorjem dogodkov](#)



15 SEP	WEBSI dan
21 SEP	10. Weekend Media Festival
21 SEP	Konferenca digitalne preobrazbe »Cutting Edge of Digital Mind«