

## POZIV ZA UČEŠĆE NA RADIONICI U MOSTARU

**Tema: Profesionalni izazovi novinarstva: stres, trauma i radna prava**

**Organizator: Pro Educa**

**Mjesto: Hotel Mostar, Kneza Domagoja bb, Mostar**

**Datum: 02.07.2026.**

**Trajanje: 14.00 – 16.00**

Poštovani/a,

Sa velikim zadovoljstvom Vas pozivamo za učešće na radionici za novinare koja se organizuje u okviru projekta „MindSafe Media: Podrška mentalnom zdravlju novinara i medijskih radnika u BiH“, koji ima za cilj jačanje mentalne otpornosti novinara i podizanje svijesti o izazovima mentalnog zdravlja sa kojima se suočavaju medijski radnici u Bosni i Hercegovini.

Teme radionice obuhvatiće:

- ✓ procjenu i samoprocjenu stresa i njegovih glavnih uzroka,
- ✓ praktične strategije za suočavanje sa stresom i brigu o sebi,
- ✓ prepoznavanje, prevenciju i posljedice sagorijevanja na poslu (burnout),
- ✓ izloženost traumatskim događajima i njihove posljedice na mentalno i fizičko zdravlje,
- ✓ prepoznavanje mobinga, uznemiravanja i drugih oblika zlostavljanja na radnom mjestu,
- ✓ prava novinara iz radnog odnosa i dostupne mehanizme zaštite.

Radionica se realizuje u okviru projekta „MindSafe Media: Promovisanje mentalnog zdravlja i dobrobiti novinara u BiH“, koji provodi Pro Educa, podržan kroz širi program „MediA-Lit“ koji vodi Centar za građansko obrazovanje (CGO) u partnerstvu sa Helsinškim odborom za ljudska prava u Srbiji, Helsinškim odborom za ljudska prava u Sjevernoj Makedoniji, Tirana centrom za izvrsnost u novinarstvu iz Albanije i Atlantskom inicijativom (AI) iz Bosne i Hercegovine, uz finansijsku podršku Evropske unije i sufinansiranje Ministarstva regionalno-investicionog razvoja i saradnje sa nevladinim organizacijama Vlade Crne Gore.

Molimo Vas da svoje učešće potvrdite najkasnije do 29.06.2026. godine putem e-maila [info@proeduca.net](mailto:info@proeduca.net) ili telefonom 063289105.

Unaprijed zahvaljujemo na podršci i doprinosu jačanju svijesti o važnosti zaštite prava i mentalnog zdravlja novinara.

Srdačno,  
Pro Educa