



POROČILO

o izvedbi dogodka v okviru projekta

Terapevtske fitokmetije: razvoj terapevtskih aktivnosti kot podpore dejavnosti zdravstvenega varstva na kmetijah

Partner v projektu: Kmetija Markovi

Naslov dogodka: Pilotna aromaterapevtska delavnica s poudarkom na medgeneracijskem sodelovanju

Kraj in datum izvedbe: Martinjak, 4.10.2023

Število udeležencev: 21, od tega 3 starejši od 65 let, 19 starih od 15 do 65 let

Ciljna skupina: stari od 15 do 65 let in starejši od 65 let

Opis dogodka:

Na začetku oktobra je na kmetiji Markovi potekala aromaterapevtska delavnica s poudarkom na medgeneracijskem sodelovanju. Po uvodnem pozdravu in splošnih informacijah o projektu, so se udeleženci lotili pridobivanja eteričnega olja jelke. Najprej so spoznali sam proces destilacije in razliko med eteričnim oljem in hidrolatom, sledila je priprava rastlinskega materiala in zagon destilacijskega postopka. Že med samo pripravo rastlinskega materiala so se pokazali blagodejni učinki naravnih dišav, vonj jelke je predvsem starejše spomnil na novo leto, nekateri so vonjave pomirile, nekatere poživile, marsikdo pa se je počutil kot v gozdu. Med čakanjem na prve kapljice iz destilatorja smo spoznavanje dišav še poglobili, saj so imeli udeleženci priložnost spoznati eterična olja in hidrolate številnih rastlin, ki se jih lahko goji v lokalnem okolju ali pa se jih lahko nabere v naravi. Delavnica se je zaključila z ločevanjem eteričnega olja od hidrolata. Med pripravo rastlinskega materiala in spoznavanjem aromaterapevtskih pripravkov so se vzpostavili stiki med različnimi generacijami, izmenjale pa so se tudi izkušnje o sami uporabi aromaterapije pri posameznikih.

Na koncu dogodka se je opravila tudi ustna evalvacija, katere izsledki so:

- zadovoljstvo nad sproščenim vzdušjem delavnice
- navdušenje nad pestrostjo vonjav eteričnih olj in hidrolatov
- veliko informacij o sami uporabi eteričnih olj in hidrolatov

Kraj in datum: Cerknica, 10.10.2023

podpis:

Priloge:

- lista prisotnosti,
- fotografije



