



## POROČILO

o izvedbi dogodka v okviru projekta

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

**Partner v projektu:** Kmetija MAHNE

**Naslov dogodka:** Medgeneracijska delavnica – Zdrava hrana in terapevtske kmetije

**Kraj in datum izvedbe:** Kmetija Mahne, Popkova ulica 4, 1380 Cerknica-4.10.2023

**Število udeležencev:** 19 – od tega 15 (15-65 let), 3 (nad 65 let) ;

7 udeležencev delavnice je bilo iz VVZVG

**Ciljna skupina:** medgeneracijska skupina in predstavniki ranljivih skupin (VVZVG)

### **Opis dogodka:**

Predstavila sem kmetijo (člane kmetije, velikost, kaj proizvajamo, izzivi – medgeneracijski prenos lastništva v preteklosti in danes, medgeneracijsko sodelovanje pri upravljanju, proizvodnji in trženju). Predstavila sem svojo dejavnost – kulinarična dediščina in divja hrana ter mrežno sodelovanje v skupnostih za zdravo hrano. Posebej sem izpostavila mediteransko hrano in mediteransko dieto kot obliko življenjskega sloga, ki ga priporočajo tudi v zdravstvu, vendar s prilagoditvami na regionalne prehranske posebnosti z upoštevanjem smernic zdrave prehrane in usmeritev za zeleni prehod. Udeleženci so v razgovoru izpostavili svoje lastne izkušnje pri krepitevi zdravja z zdravo hrano in zdravim življenjskim slogom. Izvedli smo tudi degustacijsko delavnico, kjer smo pripravili in degustirali kruhove krožnike z caponato (mediteransko solato iz jajčevcev), zelenjavne in sadne zvitke ter zeliščne čaje.

Kraj in datum:  
Cerknica, 4.10.2023

podpis:

### **Priloge:**

- lista prisotnosti,
- fotografije

