



Univerza v Novem mestu
Fakulteta za *zdravstvene vede*

PROGRAM
RAZVOJA
PODEŽELJA



Evropski kmetijski sklad za razvoj podeželja: Evropa investira v podeželje

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: Pilotna ekoterapevtska delavnica z invalidi – divja prehrana kot terapevtska hrana

Kraj in datum izvedbe: Koper – 10.11.2022

Število udeležencev: 7 – od tega 5 invalidov in ena oseba starejša od 50 let

Ciljna skupina: invalidi

Opis dogodka:

Na povabilo Društva paraplegikov Istre in Krasa smo v Kopru organizirali delavnico na temo Divja prehrana kot terapevtska hrana. Najprej smo se z udeleženci pogovorili o njihovih prehranjevalnih navadah in o težavah s katerimi se invalidi – paraplegiki, zaradi nepravilne prehrane, najpogosteje srečujejo. Nato sem predstavila kako deluje kmetija Mahne – nasad orehov, pridelavo zelenjave in sadja ter mojo navezanost na divjo hrano in zelišča. Predstavila sem dopolnilne dejavnosti in projekt terapevtske fitokmetije, kjer se ukvarjam z iskanjem in preskušanjem receptov za lokalno hrano, ki znižuje tveganja za srčno žilne bolezni, debelost in sladkorno. Praktično sem predstavila in ponudila za degustacijo zeleni smuti, zeliščni čaj, polnozrnat kruhove krožnike s solato iz ajdove kaše, kalčkov in sezonskih zelišč ter jabolčni štrudel, pripravljen po veganskem receptu. Z udeleženci smo se pogovorili, koliko se takšna hrana razlikuje od njihove vsakdanje hrane in ali bi jo tudi sami lahko uvedli v svoj vsakodnevni jedilnik. Posebej pa so udeleženci izpostavili prezrte možnosti uporabe divje hrane, ki jo nudi narava vsak dan ter drugih blagodejnih učinkih narave, ki bi jih ob podpori terapevtskih kmetij lahko več in bolje izkoriščali tudi paraplegiki.

Kraj in datum:
Cerknica, 13.11.2022

podpis:

Priloge:

- lista prisotnosti,
- fotografije



Univerza v Novem mestu
Fakulteta za *zdravstvene vede*

PROGRAM
RAZVOJA
PODEŽELJA



Evropski kmetijski sklad za razvoj podeželja: Evropa investira v podeželje

