

zdravilne rastline, ki nam pri tem lahko koristijo.

Torek, 14. 4. 2020, ob 17. uri v  
Metelkovem domu v Škocjanu

### POMOČ NARAVE OB POJAVU STRESA

Kaj je stres in kako ter zakaj se ga izogibati - o tem bo govora na delavnici, ter seveda o tem, kako si lahko sami ob pomoči narave olajšamo stresna stanja.

Torek, 21. 4. 2020, ob 17. uri v  
Zeliščarskem centru JV Slovenije, Zagrad  
37

### PRIPRAVA NA SEZONO NABIRANJA ZELIŠČ

Seznani se bomo, kako se lotiti nabiranja zdravilnih rastlin, kako jih sušiti, shranjevati, označevati in seveda uporabiti, ko je potrebno.

Torek, 28. 4. 2020, ob 17. uri v  
Zeliščarskem centru JV Slovenije, Zagrad  
37

### NABIRANJE ZELIŠČ

Terenska delavnica nabiranja zdravilnih rastlin in prepoznavanje rastlin s pomočjo programa PlantNet.

Pripomočki za nabiranje: košara, papirnate ali tekstilne vrečke, etikete, pisalo, primerna obutev, zaščita pred klopi in dobra volja.

### O izvajalki zeliščarskih delavnic:

Mateja Redenšek Črepišek, farm. tehnik, fitoterapevka. V življenju ima srečo, da svoje strokovno znanje povezuje s svojo strastjo, zdravilnimi rastlinami in njihovimi blagodejnimi učinki na naše telo. Zdravje nam dobro služi, ko sta duša in telo v ravnovesju, prav zaradi tega je moto njenega ustvarjanja latinski pregovor : A capite bona valetudo....ali v prevodu...dobro zdravje prihaja iz glave.

### Vse aktivnosti so brezplačne.

Za vse **INFORMACIJE** in **PRUŽE** smo vam na voljo na tel. številki 059 075 710 ali 031 329 567 (Gabi Ogulin Počrvina) ali na [gabi.ogulin.pocrvina@ric-nm.si](mailto:gabi.ogulin.pocrvina@ric-nm.si).

Spremljajte naše objave na <http://vgc-skupaj.si>.

Projekt sofinancirata Ministrstvo za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti in Evropski socialni sklad v okviru Operativnega programa za izvajanje Evropske kohezijske politike v obdobju 2014 - 2020, prednostne osi: 9. Socialna vključenost in zmanjševanje tveganja revščine, prednostne naložbe: 9.1. Aktivno vključevanje, vključno s spodbujanjem enakih možnosti in dejavnega sodelovanja ter izboljšanje zaposljivosti in specifičnega cilja: 9.1.3. Preprečevanje zdrsa v revščino oziroma socialno izključenost in zmanjševanje neenakosti v zdravju.



RAZVOJNO  
IZOBRAŽEVALNI  
CENTER NOVO MESTO



**Večgeneracijski  
center Skupaj**

## AKTIVNOSTI

## VEČGENERACIJSKEGA CENTRA SKUPAJ V OBČINI ŠKOCJAN

Marec in april 2020



REPUBLIKA SLOVENIJA  
MINISTRSTVO ZA DELO, DRUŽINO,  
SOCIALNE ZADEVE IN ENAKE MOŽNOSTI



EVROPSKA UNIJA  
EVROPSKI SKLAD  
NALOŽBA V VAŠO PRIHODNOST



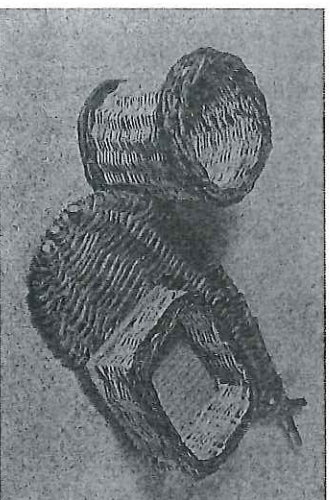
Torek, 3. 3. in 10. 3. 2020, ob 17. uri v  
*Metelkovem domu v Škočjani*

#### **PLETENJE IZ VRBJA**

Izvajalka: Darja Hrovatič

Pletene košare, male ali velike, vedno pridejo prav. Lotili se bomo take s pletenim dnom, za katero so potrebne le beke, malo spretnosti in volja.

Podporni material: Udeleženci prinesejo beke - čim več tankih dolgih in škarje.



Torek, 17. 3. 2020, ob 17. uri v  
*Metelkovem domu v Škočjani*  
**POTOPISNO PREDAVANJE O MAROKU**  
Izvajalca: Marija in Andrej Zupanc

Zloženka na spominske kartice ujetih trenutkov od Marakeša do Marakeša, vmes pa 8 dni spoznavanja dežele v objemu Atlantika, Sredozemskega morja in Sahare, njene zgodovine, pokrajinskih kontrastov, kulture, kuhinje, družbe in še česa.

Torek, 24. 3. 2020, ob 17. uri v

*Metelkovem domu v Škočjani*

#### **ČUSTVA IN METODA EFT**

Izvajalka: Gabrijela Bukovec

Ljudje v različnih okoliščinah doživljamo različna čustva: žalost, jezo, potrtost, sovraštvo, strah, skrb, pohlep... Na delavnici boste spoznali tehniko EFT – Emotional Freedom Techniques, t.i. tapkanje. EFT metoda je tehnika doseganja čustvene svobode; razvil jo je Eric Robins, dr. medicine. Čustveno olajšanje pelje k temeljitemu telesnemu in duševnemu ozdravljenju: prežene jezo, strahove, tesnobo, težave v odnosih, izboljša samopodobo.

#### **program DOMAČA ZELIŠČNA LEKARNA**

Vabljeni v sklop srečanj. Lahko se udeležite posamičnega srečanja, še boljše pa celotnega programa.

Prijave sprejemamo do zapolnitve mest na

Torek, 31. 3. 2020, ob 17. uri v

*Metelkovem domu v Škočjani*

#### **KREPITEV IMUNSKEGA SISTEMA S POMOČJO NARAVE**

Na delavnici se bomo seznanili, kaj vpliva na dobro delovanje imunskega sistema, zakaj se pojavi slabše delovanje imunskega sistema, kako krepiamo imunski sistem in katere zdravilne rastline so nam v pomoč.

Torek, 7. 4. 2020, ob 17. uri v

*Metelkovem domu v Škočjani*

#### **RAZSTRUPLANJE TELES S POMOČJO NARAVE**

Čez zimo se zaradi različnih dejavnikov toksini iz telesa počasneje in v manjši meri izločajo. Na delavnici bomo spoznali