

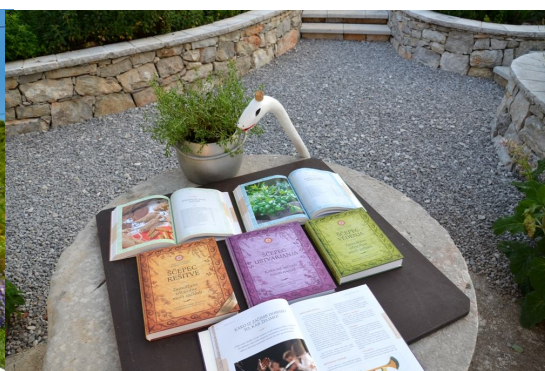


*Skupaj za zdravje
človeka in narave*

POLETNI IZOBRAŽEVALNO - DOŽIVLJAJSKI DOGODKI »PREVERJENE NARAVNE REŠITVE V ŽIVO«

**S SANJO LONČAR
IN
SODELAVCI PROJEKTA SKUPAJ ZA ZDRAVJE ČLOVEKA IN NARAVE**

Na Belajevi domačiji, Kačiče – Pared 13, SI-6215 Divača, M:+386 41 697 737,
E: info@belajevi.si, W: www.belajevi.si, F: Domačija Belajevi





Belajeva domačija z zeliščnim vrtom ter ekipa projekta Skupaj za zdravje človeka in narave vabita na serijo poletnih izobraževalno-doživljajskih dogodkov o spoznavanju naravnih rešitev za številne zdravstvene težave sodobnega časa.

Branje recepta je eno, kuhanje pa včasih nekaj povsem drugega, kajne?

Pravijo, da slika velja več kot tisoč besed. Srečanje v živo, izmenjava izkušenj in praktično preizkušanje pa predstavljajo neprecenljivo bližnjico do novih spoznanj. Poletje je pravi čas za izmenjavo znanj, védenj in vtisov. Posebej na področju zdravja, kjer postaja dostop do natančnih in kredibilnih informacij o delovanju različnih rastlin vse bolj omejen, veliko ljudi ostaja negotovih, kako jih varno in učinkovito uporabiti.

Zato **Belajeva domačija v Kačičah** (le 5 min vožnje od AC izvoza Divača in blizu Parka Škocjanske jame) v sodelovanju z **ekipo projekta Skupaj za zdravje človeka in narave** vabi na poletne dogodke, ki smo jih poimenovali **Preverjene naravne rešitve v živo** ali krajše – **ŽurVest dogodki**.

Začeli bomo z **intenzivnim dvodnevним seminarjem 20. in 21. junija**, ki bo namenjen **celostnemu spoznavanju zdravilnih moči rastlin in kako iz njih izvabiti največ**.

Seminar bo vodila **Sanja Lončar**, ob strokovni pomoči **dr. Petre Ratajc**, biologinje in raziskovalke rastlin. To bo zares poseben zeliščarski seminar, na katerem se bomo lotili tem, ki jih praviloma ne zasledimo na drugih podobnih dogodkih.

Sledili bodo **dogodki ob četrtnih zvečer ter ob sobotah**, na katerih se bomo poglobljali v posamezne zdravstvene težave, kot so povišan holesterol, težave z želodcem, težave s kandido ... ter razkrivali preverjene naravne rešitve za njihovo odpravljanje.

V **četrtek, 25. junija, in soboto, 27. junija**, bomo z **Adriano Dolinar**, avtorico knjige Resnice in zmote o holesterolu, **razkrili drugačen pogled na holesterol** ter spoznavali pestre načine, **kako ga uravnavati po naravni poti in pri tem zaščititi žile**.



Projekt Skupaj za zdravje človeka in narave
ter Belajeva domačija z zeliščnim vrtom vabita:

Preverjene naravne rešitve v živo!

Čeprav smo številne teme zelo podrobno obdelali v pisni obliki, se zavedamo, da pogovor, prikazi, okušanje in prikazovanje nekaterih postopkov v živo veljajo več kot tisoč napisanih besed.

Zato bomo poleti priredili več dogodkov, na katerih se bomo celostno lotili težav in naravnih poti za njihovo obvladovanje.

Ker bo druženje prijetno in koristno, smo dogodke poimenovali s skupnim imenom žurVest.

🍃 **ŽurVest ob četrtnih zvečer** bo namenjen celostnemu pogledu na temo, s časom za interaktivno razpravo obokusnem grižljajčku, požirku katere od kraških dobrot in spoznavanju zeliščnega vrta.

🍃 **Sobotni žurVest** je namenjen praktičnemu delu: podrobno se boste seznanjali z močmi ter s pravilno uporabo zelišč, začimb in naravnih pripravkov. Spoznali boste tudi številne naravne prijeme, ki so v pomoč pri posameznih težavah.



📍 PRIZORIŠČE

Vsi dogodki bodo potekali na Belajevi domačiji na Krasu (v Kačičah, samo pet minut vožnje od AC-izvoza Divača, v bližini Parka Škocjanske jame).



📄 INFO

Za dodatne informacije, program, pogoje udeležbe in ugodnosti ob hkratni prijavi na več žurVestov lahko pišete na e-naslov info@belajevi.si ali pokličete na telefonsko številko +386 41 697 737 (Andrejka Cerkenik), vsak delovnik od 14. do 17. ure. Podrobnejši opis dogodkov žurVest najdete na www.zazdravje.net.



KOLEDAR DOGODKOV ŽURVEST

Sobota, 20. junija, in nedelja, 21. junija:
Otvoritveni žurVest – kako zdravijo
rastline?

Sanja Lončar in sodelavci projekta vam bodo na dvodnevem seminarju razkrivali moči začimb in zdravilnih rastlin.

Četrtek, 25. junija, in sobota, 27. junija:
žurVest o holesterolu

Adriana Dolinar in sodelavci projekta vam bodo razkrili drugačen pogled na holesterol ter pestre načine, kako ga uravnati po naravni poti in pri tem zaščititi žile.

Četrtek, 9. julija, in sobota, 11. julija:
žurVest o zgagi in drugih želodčnih
težavah

Adriana Dolinar in sodelavci projekta vam bodo razkrili drugačen pogled na zgago in druge želodčne težave ter vas seznanili s pestrimi naravnimi načini za njihovo obvladovanje.

Četrtek 23. julija in sobota 25. julija:
žurVest o kandidi

Adriana Dolinar in sodelavci projekta vam bodo razkrili razsežnosti težav s kandido ter številne načine, kako kandido v telesu ali na njem obvladati po naravni poti, še preden kandida obvlada nas.

Četrtek, 6. avgusta, in sobota, 8. avgusta:
žurVest o mikrobih, brez katerih ni
telesnega in duševnega zdravja

Adriana Dolinar in sodelavci projekta vam bodo razkrili razsežnosti težav, ki jih povzroči porušena črevesna flora, ter predstavili naravne načine, kako jo znova okrepiti.

Četrtek, 10. septembra, in sobota,
12. septembra:

sklepni žurVest - o zdravju otrok

Adriana Dolinar in Sanja Lončar ter sodelavci projekta vam bodo razkrili, zakaj je zdravstveno stanje otrok vse slabše, ter predstavili naravne načine, kako ga lahko izboljšamo.



Skupaj za zdravje
človeka in narave



HOLISTIČNI SEMINAR »KAKO ZDRAVIJO RASTLINE?«

Kdaj: sobota, 20. junija, od 10. do 19. ure in nedelja, 21. junija, od 10. do 18. ure

Kje: na Belajevi domačiji z zeliščnim vrtom (v Kačičah, samo pet minut vožnje od AC-izvoza Divača, v bližini Parka Škocjanske jame)

Kaj: Poglobljen holistični seminar o tem, kako in s čim rastline zdravijo in kako od njih dobiti največ, bo popotnica za vse ostale dogodke, ki se bodo nanašali na posamezne težave.

Na dvodnevnem intenzivnem seminarju boste spoznali, kako narediti lastne pripravke, ki po svojih učinkih močno presegajo vse, kar lahko kupite. Če bo to kljub temu kdaj potrebno, boste po seminarju veliko lažje prepoznali, katerim pripravkom zaupati.

Na seminarju boste izvedeli veliko vsebin, ki niso del običajnih seminarjev na temo zdravilnih rastlin – so pa nujno potrebne, če želite z rastlinami stopiti v bolj intimno razmerje:

- Kakšne so zdravilne moči rastlin? Kaj je to v njih, kar na nas deluje zdravilno?
- Katere so občutljive točke, na katerih lahko moč zdravilnih rastlin izgubimo, ohranimo ali celo okrepimo?
- Kako izbiramo, kje, kdaj, kaj in kako bomo nabirali?
- Kako med množico zdravilnih rastlin za določen namen izbrati tiste, ki so primerne za nas?
- Kako je najbolj primerno shranjevati različne rastline, v odvisnosti od tega, kaj bomo od njih potrebovali?
- Katere so najbolj pogoste napake pri sušenju rastlin?
- Katere so najbolj pogoste napake pri sestavljanju mešanic?
- Katere so najbolj pogoste napake pri pripravi čajev, izvlečkov, maceratov, hidrolatov...?
- Kako bo način uporabe rastline vplival na to, kaj bo v našem telesu počela?
- Kaj je nujno vedeti o eteričnih oljih in kako jih pravilno uporabiti v različnih pripravkih?

Kot vidite, je tem dovolj za ves teden, pa vendar jih bomo skušali strniti v dva dneva intenzivnega dela, predavanj, delavnic, prikazov na vrtu in v okolici. V živo si boste ogledali tudi postopek destilacije hidrolatov in eteričnega olja, različne pripomočke za sušenje, rezanje, drobljenje...

Kdo: Seminar bo vodila **Sanja Lončar**, ob strokovni pomoči **dr. Petre Ratajc**.

Koliko: Cena dvodnevnega seminarja znaša **140 EUR**. V ceni je zajeta tudi prehrana (brez prenočitve) in delovno gradivo.

Prijave: Zaradi potrebnih priprav je zadnji rok za prijavo 3 dni pred dogodkom. Za prijave in dodatne informacije lahko pišete na e-naslov: info@belajevi.si ali pokličete na tel. št. +386 41 697 737 (Andrejka Cerkenik), vsak delovnik od 14. do 17. ure.



ČETRTEKOV VEČERNI ŽURVEST NA TEMO HOLESTEROLA

Kdaj: četrtek, 25. junija 2015, od 17. do 21. ure

Kje: Na Belajevi domačiji z zeliščnim vrtom na Krasu (v Kačičah, samo pet minut vožnje od AC-izvoza Divača, v bližini Parka Škocjanske jame).

Kaj: V temo četrtkovega žurVesta o holesterolu nas bo zapeljal doživljajski voden obisk zeliščnega vrta, kjer si bomo ob spoznavanju pestrega zeliščnega sveta pocrkjali tudi brbončice in želodček.

Vabljeni vsi, ki vas zanima:

- drugačen pogled na holesterol,
- zakaj lahko diete proti nasičenim maščobam in holesterolu na dolgi rok še bolj poškodujejo ožilje, zaradi česar nas lahko doleti srčni infarkt ali možganska kap, zakaj ocvirki, maslo... ne dvigujejo slabega holesterola, kot smo dolgo verjeli, kako so lahko slabo psihično počutje, depresija, motnje spomina, avtizem, znaki Alzheimerjeve bolezni, nagnjenost k samomorom... povezani s primanjkljajem holesterola,
- kakšen je lahko naraven in celosten pristop k uravnavanju holesterola in ohranjanju ožilja in kaj lahko sami storimo za to.

Skupaj bomo podirali mite na temo holesterola, se o njih pogovarjali, izmenjevali poglede in izkušnje.

Kdo: Četrtekov žurVest vodi Adriana Dolinar s sodelavci projekta Skupaj za zdravje človeka in narave, v sodelovanju z Andrejko Cerkenik z Belajeve domačije.

Koliko: 19€ z doživljajskim ogledom vrta (brez vrta 14€).

Opomba: Zeliščni vrt na vsakem večernem žurVestu ponuja drugačen pogled in drugo zgodbo, zato udeležbo na njem toplo priporočamo.

Prijave: Ker je število mest omejeno in zaradi predhodnih priprav se je potrebno na dogodek prijaviti najkasneje 3 dni pred izvedbo. Za prijave in dodatne informacije lahko pišete na e-naslov: info@belajevi.si ali pokličete na tel. št. +386 41 697 737 (Andrejka Cerkenik), vsak delovnik od 14. do 17. ure.

Ugodnosti: Ob hkratni prijavi na 4 četrtkove večerne žurVeste vam podarimo novo knjigo Resnice in zmote o holesterolu (knjigo prejmete ob udeležbi na zadnjem žurVestu).

Ob hkratni prijavi na 2 četrtkova večerna žurVesta in 2 pripadajoči ŽurVest soboti vam podarimo novo knjigo Resnice in zmote o holesterolu in darilo Belajeve domačije.



SOBOTNI ŽURVEST NA TEMO HOLESTEROLA

Kdaj: sobota, 27. junija, od 8.30. do 15. ure

Kje: na Belajevi domačiji z zeliščnim vrtom (v Kačičah, samo pet minut vožnje od AC-izvoza Divača, v bližini Parka Škocjanske jame)

Kako: Po jutranjem prigrizku dobrodošlice se bomo podali na odkrivanje naravnih rešitev, ki se skrivajo v svetu zelišč, začimb, naravnih zdravil, prehranskih dopolnil, hrane ter raznih drugih prijemov, ki npr. pomagajo:

- uravnati holesterol,
- zaščititi holesterol ter ožilje srca in možganov pred poškodbami zaradi prostih radikalov, vnetij in presežka glukoze itd.

Poleg strategije, kako na naraven način uravnamo holesterol in načinov za krepitev in zaščito ožilja, boste s seboj odnesli tudi enega od naravnih pripravkov na to temo, ki ga bomo skupaj naredili. Prav tako ne bo manjkalo pokušine zdravih začimbnih, zeliščnih napitkov in hrane, povezane s temo sobotnega žurVesta.

Kdo: Sobotni žurVest vodi Adriana Dolinar s sodelavci projekta Skupaj za zdravje človeka in narave, v sodelovanju z Andrejko Cerkvénik z Belajeve domačije.

Koliko: 50 €

Opomba: Za udeležbo na sobotnem žurVestu je zelo priporočljiva udeležba na predhodnem četrtkovem večernem žurVestu ali predhodni obisk predavanja na to temo ali prebrana knjiga Resnice in zmote o holesterolu.



ČETRTOV VEČERNI ŽURVEST NA TEMO ZGAGE IN OSTALIH ŽELODČNIH TEŽAV

Kdaj: četrtek, 9. julija, od 17. do 21. ure

Kje: na Belajevi domačiji na Krasu (v Kačičah, samo pet minut vožnje od AC-izvoza Divača, v bližini Parka Škocjanske jame)

Kaj: V temo četrtkovega žurVesta o zgagi in drugih želodčnih težavah nas bo zapeljal doživljajski voden obisk zeliščnega vrta, kjer si bomo ob spoznavanju pestrega zeliščnega sveta pocrkali tudi brbončice in želodček.

Vabljeni vsi, ki vas zanima:

- drugačen, pogosto spregledan pogled na zgago, *Helicobacter p.* in ostale želodčne težave,
- zakaj v večini primerov ni potrebno zniževanje želodčne kisline, mi pa jo vseeno znižujemo, kako so težave z želodcem povezane z vse večjim padcem odpornosti in posledično vse večjo dovzetnostjo za parazitne in mikrobne okužbe ter za številne druge težave,
- kakšen je lahko naraven in celosten pristop za odpravljanje težav z želodcem.

Skupaj bomo podirali mite na temo zgage in ostalih želodčnih težav, se o njih pogovarjali, izmenjevali poglede in izkušnje.

Kdo: Četrtkov žurVest vodi Adriana Dolinar s sodelavci projekta Skupaj za zdravje človeka in narave, v sodelovanju z Andrejko Cerkenik z Belajeve domačije.

Koliko: 19 € z ogledom vrta (brez vrta 14 €).

Opomba: Zeliščni vrt na vsakem večernem žurVestu ponuja drugačen pogled in drugo zgodbo, zato udeležbo na njem toplo priporočamo.

Prijave: Ker je število mest omejeno in zaradi predhodnih priprav se je potrebno na dogodek prijaviti najkasneje 3 dni pred izvedbo. Za prijave in dodatne informacije lahko pišete na e-naslov: info@belajevi.si ali pokličete na tel. št. +386 41 697 737 (Andrejka Cerkenik), vsak delovnik od 14. do 17. ure.

Ugodnosti: Ob hkratni prijavi na 4 četrtkove večerne žurVeste vam podarimo novo knjigo Resnice in zmote o holesterolu (knjigo prejmete ob udeležbi na zadnjem žurVestu).

Ob hkratni prijavi na 2 četrtkova večerna žurVesta in 2 pripadajoči ŽurVest soboti vam podarimo novo knjigo Resnice in zmote o holesterolu in darilo Belajeve domačije (darilo prejmete ob udeležbi na zadnjem žurVestu).



SOBOTNI ŽURVEST NA TEMO ZGAGE IN OSTALIH ŽELODČNIH TEŽAV

Kdaj: sobota, 11. julija, od 8.30 do 15. ure

Kje: na Belajevi domačiji z zeliščnim vrtom (v Kačičah, samo pet minut vožnje od AC-izvoza Divača, v bližini Parka Škocjanske jame)

Kako: Po jutranjem prigrizku dobrodošlice se bomo podali na odkrivanje naravnih rešitev, ki se skrivajo v svetu zelišč, začimb, naravnih zdravil, prehranskih dopolnil, hrane ter raznih drugih prijemov, s katerimi si lahko:

- pomagamo pri ugotavljanju, ali imamo težave s preveč ali premalo želodčne kisline,
- pomagamo različne želodčne težave odpravljati sami...

Poleg ugotovitve, ali imamo preveč ali premalo želodčne kisline in strategije, kako jo uravnati... boste s seboj odnesli tudi enega od naravnih pripravkov na temo, ki ga bomo skupaj naredili. Prav tako na bo manj-kalo pokušine začimbnih, zeliščnih napitkov in hrane, povezane s temo sobotnega žurVesta.

Kdo: Sobotni žurVest vodi Adriana Dolinar s sodelavci projekta Skupaj za zdravje človeka in narave, v sodelovanju z Andrejko Cerkenik z Belajeve domačije.

Koliko: 50 €

Opomba: Za udeležbo na sobotnem žurVestu je priporočljiva udeležba na predhodnem četrtkovem večernem žurVestu ali predhoden obisk predavanja na to temo ali prebrana knjiga Konec zgage in ostalih želodčnih težav.

Prijave: Zaradi predhodnih priprav se je potrebno prijaviti najkasneje 4 dni pred dogodkom. Za prijave in dodatne informacije lahko pišete na e-naslov: info@belajevi.si ali pokličete na tel. št. +386 41 697 737 (Andrejka Cerkenik), vsak delovnik od 14. do 17. ure.

Ugodnosti: Ob hkratni prijavi na 2 četrtkova večerna žurVesta in 2 pripadajoči ŽurVest soboti vam podarimo novo knjigo Resnice in zmote o holesterolu in darilo Belajeve domačije (darilo prejmete ob udeležbi na zadnjem žurVestu).



ČETRTKOV VEČERNI ŽURVEST NA TEMO KANDIDE

Kdaj: četrtek, 23. julija, od 17. do 21. ure

Kje: na Belajevi domačiji z zeliščnim vrtom (v Kačičah, samo pet minut vožnje od AC-izvoza Divača, v bližini Parka Škocjanske jame)

Kako: V temo četrtkovega žurVesta o kandidi nas bo zapeljal doživljajski voden obisk zeliščnega vrta, kjer si bomo ob spoznavanju pestrega zeliščnega sveta pocrkjali tudi brbončice in želodček.

Vabljeni vsi, ki vas zanima:

- obseg pogosto spregledanih neslutelih razsežnosti težav s kandido,
- kako lahko glivica, ki normalno prebiva v črevesju, »sleče prijazno obliko« in se prelevi v »ogrožujoč mikrob«, ki pustoši v in po telesu,
- kako so lahko osteoporoza, težave s prebavo, težave s kožo, kronični prehladi, motnje počutja... povezani s kandido, kakšen je lahko naraven in celosten pristop za obvladovanje kandidate, preden ona obvlada nas...

Skupaj bomo razkrivali razsežnosti kandidnih težav, se o njih pogovarjali, izmenjevali poglede in izkušnje.

Kdo: Četrtek žurVest vodi Adriana Dolinar s sodelavci projekta Skupaj za zdravje človeka in narave, v sodelovanju z Andrejko Cerkenik z Belajeve domačije.

Koliko: 19€ z ogledom vrta (brez vrta 14€).

Opomba: Zeliščni vrt na vsakem večernem žurVestu ponuja drugačen pogled in drugo zgodbo, zato udeležbo na njem toplo priporočamo.

Prijave: Ker je število mest omejeno in zaradi predhodnih priprav se je potrebno na dogodek prijaviti najkasneje 3 dni pred izvedbo. Za prijave in dodatne informacije lahko pišete na e-naslov: info@belajevi.si ali pokličete na tel. št. +386 41 697 737 (Andrejka Cerkenik), vsak delovnik od 14. do 17. ure.

Ugodnosti: Ob hkratni prijavi na 4 četrtkove večerne žurVeste vam podarimo novo knjigo Resnice in zmote o holesterolu (knjigo prejmete ob udeležbi na zadnjem žurVestu).

Ob hkratni prijavi na 2 četrtkova večerna žurVesta in 2 pripadajoči ŽurVest soboti vam podarimo novo knjigo Resnice in zmote o holesterolu in darilo Belajeve domačije (darilo prejmete ob udeležbi na zadnjem žurVestu).



SOBOTNI ŽURVEST NA TEMO KANDIDE

Kdaj: sobota, 25. julija, od 8.30 do 15. ure

Kje: na Belajevi domačiji z zeliščnim vrtom (v Kačičah, samo pet minut vožnje od AC-izvoza Divača, v bližini Parka Škocjanske jame).

Kako: Po jutranjem prigrizku dobrodošlice se bomo podali na odkrivanje naravnih rešitev, ki se skrivajo v svetu zelišč, začimb, naravnih zdravil, prehranskih dopolnil, hrane ter raznih drugih prijemov, s katerimi:

- lahko preprečimo razmah kandidate in jo obvladamo, preden ona obvlada nas,
- lahko ponovno ukrotimo prekomerno razbohoteno kandido v ali na telesu.

Poleg strategij, kako kandido obvladati, boste s seboj odnesli tudi enega od naravnih pripravkov na temo, ki ga bomo skupaj naredili. Prav tako na bo manjkalo pokušine začimbnih, zeliščnih napitkov in hrane, povezane s temo sobotnega žurVesta.

Kdo: Sobotni žurVest vodi Adriana Dolinar s sodelavci projekta Skupaj za zdravje človeka in narave, v sodelovanju z Andrejko Cerkvénik z Belajeve domačije.

Koliko: 50 €

Opomba: Za udeležbo na sobotnem žurVestu je priporočljiva udeležba na predhodnem četrtkovem večernem žurVestu ali prebrana knjiga Resnice in zmote o kandidi ali Obvladajte kandido preden ona obvlada vas.

Prijave: Zaradi predhodnih priprav se je potrebno prijaviti najkasneje 4 dni pred dogodkom. Za prijave in dodatne informacije lahko pišete na e naslov: info@belajevi.si ali pokličete na tel. št. +386 41 697 737 (Andrejka Cerkvénik), vsak delovnik od 14. do 17. ure.

Ugodnosti: Ob hkratni prijavi na 2 četrtkova večerna žurVesta in 2 pripadajoči ŽurVest soboti vam podarimo novo knjigo Resnice in zmote o holesterolu in darilo Belajeve domačije (darilo prejmete ob udeležbi na zadnjem žurVestu).



ČETRTKOV VEČERNI ŽURVEST NA TEMO MIKROBOV, BREZ KATERIH NITELESNEGA IN PSIHIČNEGA ZDRAVJA

Kdaj: četrtek, 6. avgusta, od 17. do 21. ure

Kje: na Belajevi domačiji na Krasu (v Kačičah, samo pet minut vožnje od AC-izvoza Divača, v bližini Parka Škocjanske jame).

Kako: V temo četrtkovega žurVesta o mikrobih, brez katerih ni telesnega in psihičnega zdravja, nas bo zapeljal doživljajski, voden obisk zeliščnega vrta, kjer si bomo ob spoznavanju pestrega zeliščnega sveta pocrkljali tudi brbončice in želodček.

Vabljeni vsi, ki vas zanima:

- pogosto spregledan pomen črevesnih mikrobov, ki jih je številčno desetkrat več kot vseh naših telesnih celic,
- obseg neslutelih razsežnosti težav, ki lahko nastanejo iz porušene črevesne flore, mednje npr. spadajo imunska pomanjkljivost, kronična vnetja, divjanje kandidate, diabetes, motnje počutja, vključno s hiperaktivnostjo, avtizmom itd., pri čemer pa - POZOR - sploh ni nujno, da boste ob njih občutili tudi prebavne motnje!
- kakšen je lahko naraven in celosten pristop za vzpostavitev funkcionalne črevesne flore...

Skupaj bomo razkrivali spregledan pomen dobrih mikrobov v črevesju in razsežnosti težav, ki sledijo, ko ravnovesje med dobrimi in slabimi mikrobi porušimo, se o tem pogovarjali, izmenjevali poglede in izkušnje.

Kdo: Četrtekov žurVest vodi Adriana Dolinar s sodelavci projekta Skupaj za zdravje človeka in narave, v sodelovanju z Andrejko Cerkvénik z Belajeve domačije.

Koliko: 19€ z doživljajskim ogledom vrta (brez vrta 14€).

Opomba: Zeliščni vrt na vsakem večernem žurVestu ponuja drugačen pogled in drugo zgodbo, zato udeležbo na njem toplo priporočamo.

Prijave: Ker je število mest omejeno in zaradi predhodnih priprav se je potrebno na dogodek prijaviti najkasneje 3 dni pred izvedbo. Za prijave in dodatne informacije lahko pišete na e-naslov: info@belajevi.si ali pokličete na tel. št. +386 41 697 737 (Andrejka Cerkvénik), vsak delovnik od 14. do 17. ure.



SOBOTNI ŽURVEST NA TEMO MIKROBOV, BREZ KATERIH NI TELESNEGA IN PSIHIČNEGA ZDRAVJA

Kdaj: sobota, 8. avgusta, od 8.30 do 15. ure

Kje: na Belajevi domačiji na Krasu (v Kačičah, samo pet minut vožnje od AC-izvoza Divača, v bližini Parka Škocjanske jame)

Kako: Po jutranjem prigrizku dobrodošlice se bomo podali na odkrivanje naravnih rešitev, ki se skrivajo v svetu zelišč, začimb, naravnih zdravil, prehranskih dopolnil, hrane ter raznih drugih prijemov, s katerimi lahko:

- preprečimo poškodbe črevesne flore,
- zavremo rast patogenih mikrobov, pa tudi parazitov in preprečimo poškodbe črevesne sluznice,
- črevesno floro ponovno okrepimo in s tem utrdimo pomemben temelj telesnega in psihičnega zdravja...

Poleg strategij, kako črevesno floro ohranjati funkcionalno od spočetja naprej ali pa jo ponovno okrepiti na naraven način, boste s seboj odnesli tudi enega od naravnih pripravkov na temo, ki ga bomo skupaj naredili. Prav tako ne bo manjkalo pokušine začimbnih, zeliščnih napitkov in hrane, povezane s temo sobotnega žur-Vesta.

Kdo: ŽurVest vodi Adriana Dolinar s sodelavci projekta Skupaj za zdravje človeka in narave, v sodelovanju z Andrejko Cerkvenik z Belajeve domačije.

Koliko: 50€

Opomba: Za udeležbo na sobotnem žurVestu je priporočljiva udeležba na predhodnem četrtkovem večernem žurVestu ali prebrana knjiga Vojna ali mir z bakterijami ali Adijo prehladi ali Obvladajte kandido preden ona obvlada vas.

Prijave: Zaradi predhodnih priprav se je potrebno prijaviti najkasneje 4 dni pred dogodkom. Za prijave in dodatne informacije lahko pišete na e-naslov: info@belajevi.si ali pokličete na tel. št. +386 41 697 737 (Andrejka Cerkvenik), vsak delovnik od 14. do 17. ure.



ČETRTKOV VEČERNI ŽURVEST NA TEMO ZDRAVJA OTROK

Kdaj: četrtek, 10. septembra, od 17. do 21. ure

Kje: na Belajevi domačiji na Krasu (v Kačičah, samo pet minut vožnje od AC-izvoza Divača, v bližini Parka Škocjanske jame).

Kako: V temo četrtkovega žurVesta o zdravju otrok nas bo zapeljal doživljajski voden obisk zeliščnega vrta, kjer si bomo ob spoznavanju pestrega zeliščnega sveta pocrkjali tudi brbončice in želodček.

Vabljeni vsi, ki vas zanima:

- zakaj je zdravstveno stanje otrok vse slabše, zakaj so naši otroci vse manj odporni, zakaj smo po debelosti otrok celo pred Američani,
- zakaj je vse več otrok z motnjami počutja, koncentracije, spomina, zakaj narašča avtizem..., kakšen je lahko naraven in celosten pristop za vzpostavitev trdnega zdravja otrok od spočetja naprej...

Skupaj bomo odkrivali razloge za vse slabše zdravstveno stanje otrok, se o tem pogovarjali, izmenjevali poglede in izkušnje.

Kdo: Četrtekov žurVest vodita **Adriana Dolinar** in **Sanja Lončar** s sodelavci projekta Skupaj za zdravje človeka in narave, v sodelovanju z **Andrejko Cerkenik** z Belajeve domačije.

Koliko: 19€ z doživljajskim ogledom vrta (brez vrta 14€).

Opomba: Zeliščni vrt na vsakem večernem žurVestu ponuja drugačen pogled in drugo zgodbo, zato udeležbo na njem toplo priporočamo.

Prijave: Ker je število mest omejeno in zaradi predhodnih priprav se je potrebno na dogodek prijaviti najkasneje 3 dni pred izvedbo. Za prijave in dodatne informacije lahko pišete na e-naslov: info@belajevi.si, ali pokličete na tel. št. +386 41 697 737 (Andrejka Cerkenik), vsak delovnik od 14. do 17. ure.

Ugodnosti: Ob hkratni prijavi na 4 četrtkove večerne žurVeste vam podarimo novo knjigo Resnice in zmote o holesterolu (knjigo prejmete ob udeležbi na zadnjem žurVestu).

Ob hkratni prijavi na 2 četrtkova večerna žurVesta in 2 pripadajoči ŽurVest soboti vam podarimo novo knjigo Resnice in zmote o holesterolu in darilo Belajeve domačije (darilo prejmete ob udeležbi na zadnjem žurVestu).



SOBOTNI ŽURVEST NA TEMO ZDRAVJA OTROK

Kdaj: sobota, 12. septembra, od 8.30 do 15. ure

Kje: na Belajevi domačiji na Krasu (v Kačičah, samo pet minut vožnje od AC-izvoza Divača, v bližini Parka Škocjanske jame)

Kako: Po jutranjem prigrizku dobrodošlice se bomo podali na odkrivanje naravnih rešitev, ki se skrivajo v svetu zelišč, začimb, naravnih zdravil, prehranskih dopolnil, hrane ter raznih drugih prijemov, s katerimi lahko:

- okrepimo črevesno floro otrok,
- otroku pomagamo očistimo telo,
- otroku okrepimo imunski sistem,
- v kali zatremo nekatere najpogostejše težave otrok z dihali, ušesi..., da preprečimo nepotrebno jemanje antibiotikov itd.

Poleg strategij, kako ponovno vzpostaviti odpornost otrok na naraven način, boste s seboj odnesli tudi enega od naravnih pripravkov na temo, ki ga bomo skupaj naredili. Prav tako ne bo manjkalo pokušine začimbnih, zeliščnih napitkov in hrane, povezane s temo sobotnega žurVesta.

Kdo: Sobotni žurVest vodi Adriana Dolinar s sodelavci projekta Skupaj za zdravje človeka in narave, v sodelovanju z Andrejko Cerkenik z Belajeve domačije.

Koliko: 50€

Opomba: Za udeležbo na sobotnem žurVestu je priporočljiva udeležba na predhodnem četrtkovem večernem žurVestu ali predhoden obisk predavanja na to temo, ali prebrana knjiga Vojna ali mir z bakterijami ali Kako zmanjšati uporabo antibiotikov ali Adijo prehladi.

Prijave: Zaradi predhodnih priprav se je potrebno prijaviti najkasneje 4 dni pred dogodkom. Za prijave in dodatne informacije lahko pišete na e-naslov: info@belajevi.si ali pokličete na tel. št. +386 41 697 737 (Andrejka Cerkenik), vsak delovnik od 14. do 17. ure.

...Začuti energija Krasa...



KRAŠKA HIŠA
KARST HOUSE



ZELIŠČNI VRT
HERB GARDEN



...Feel the Energy of The Karst...



VRT POKUŠIN
GARDEN OF TASTES



DOŽIVLJAJSKA DOMAČIJA
EXPERIENCE HOMESTEAD

