Mesec AVGUST

Odkrit pogovor z družinskimi člani, sodelavci ali svetovalci lahko odpre prostor za razbremenitev in prepreči (pre)tiho nalaganje bremen.

Vsak korak k večji iskrenosti – naj bo to deljenje izkušnje, udeležba pri usposabljanju in delavnici ali preprosto priznanje, da nekaj ni v redu – ima lahko močan vpliv.

V projektu **Polja Moči** si prizadevamo za izboljšanje duševnega zdravja kmečkega prebivalstva v Sloveniji in vzpostavitev opornega okolja pri soočanju s stresom in skrbi za duševno zdravje.

Z vami vsak mesec delimo uporabne nasvete, resnične zgodbe in preverjene metode za večje ravnovesje in boljše počutje.

Več o projektu Polja Moči

Projekt POČUTJE NA KMETIJI: KREPITEV VIROV IN ZNANJ (Polja Moči) sofinancira Ministrstvo za zdravje Republike Slovenije.

REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA ZDRAVJE

Polja Moči v medijih

Del identitete kmeta je, da je zdrav, močan in odporen: *“Ta identiteta je izredno močna. Toda ko zboliš ali imaš druge težave, je lahko zelo težko. Zato je pomembno najti ustrezno podporo in pomoč na kmetiji,”* je med drugim povedala **dr. Lilijana Šprah**, predstojnica Družbenomedicinskega inštituta ZRC SAZU. Članek je bil objavljen v **Slovenskih novicah**.

Preberite več v članku Slovenskih novic

je kmetov
ar ne zanima

duševnem zdravju
bo v podporo

V TEJ POKLICNI SKUPINI JE OGROMNO RAZLIČNIH STISK, TUDI TEŽAV V DUŠEVNEM ZDRAVJU, A LE REDKO POIŠČEJO POMOČ.

POLJA SKRBI
Zapisi osebnih zgodb kmetov slovenskega podeželja

“Ko po nevihti ne slišim več grmenja, slišim druge zvoke. Težke korake v hiši. Zapiranje vrat brez besed. Poglede, ki se ne srečajo. Tasta, ki zjutraj reže kruh, kot da rezilo razbija zid med nami. Ženo, ki gre iz kuhinje, preden pridem vanjo. In sebe, ki ne najdem besede, da bi začel pogovor. Ker je včasih tišina varnejša. Vsaj ne grmi. Ampak ta tišina je hujša od neurja. Ta tišina traja. Prevečkrat. Včasih se mi zdi, da je narava bolj poštena, kot smo ljudje. Neurje pride, pokaže, kaj zmore, in gre. Mi pa svoje nevihte nosimo po hiši dneve, včasih tedne.”

Preberite več v prispevku

Projekt POČUTJE NA KMETIJI: KREPITEV VIROV IN ZNANJ (Polja Moči) sofinancira Ministrstvo za zdravje Republike Slovenije.

REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA ZDRAVJE

Zanimivosti o počutju na kmetiji

Migrantski delavci v sodobnem kmetijstvu

Nedvomno je sodobno kmetijstvo močno odvisno od migrantskega dela, vendar to delo pogosto poteka v okoliščinah, ki še zdaleč niso pravične. Nujne so celovitejše politike, ki ne bodo zgolj zadovoljevale potreb trga dela, temveč tudi ščitile pravice in dostojanstvo ljudi, ki so v številnih državah ključni za pridelavo hrane.

Preberite več v prispevku

Napovednik dogodkov

Ob **svetovnem dnevu preprečevanja samomora** pripravljamo naslednji javni dogodek v sklopu projekta **Polja Moči**, ki bo osvetlil pomen odprtega, javnega in sočutnega pogovora o duševnem zdravju, osebnih stiskah ter možnostih preprečevanja samomorilnega vedenja. Spletni izobraževalni dogodek se bo odvil v sredo, **10. septembra 2025**.

Podrobnosti objavimo kmalu.

Projekt POČUTJE NA KMETIJI: KREPITEV VIROV IN ZNANJ (Polja Moči) sofinancira Ministrstvo za zdravje Republike Slovenije.

REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA ZDRAVJE