



Tradicija je dragocena, a ne sme utišati tistih, ki jo šele spoznavajo. Vsak, ki pride na kmetijo, s seboj prinese tudi kos sebe. Če mu damo prostor, se odnosi ne stopnjujejo, ampak poglobljajo.

V projektu **PoljaMoči** 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 PoljaMoči](#)



Zanimivosti o počutju na kmetiji

Kmetje med iskanjem in dostopnostjo pomoči

Ugotovitve kažejo, da so kmetje praviloma bolj pripravljeni poiskati pomoč, kot pa jo dejansko zmorejo uporabiti. To velja tako za denarne kot za duševne stiske. Pri finančnih težavah so pogosto še bolj pripravljeni ukrepati, saj vedo, da gre za obstanek kmetije in varnost družine. **Največje težave pa nastanejo pri dostopu do podpore za duševno zdravje.**

Raziskava opozarja, da kmete pri iskanju pomoči za težave v duševnem zdravju ne ustavljata le **sram ali občutek, da lahko vse težave rešijo sami**. Velike ovire so tudi pomanjkanje časa, stroški, oddaljenost storitev, slaba internetna povezava, zapleteni postopki in težko iskanje pravih informacij.

[Preberite članek v celoti](#)



Dogodki

Napovedujemo zaključno konferenco projekta PoljaMoči

Konferenca o dobrem počutju in duševnem zdravju ljudi, ki živijo in delajo na kmetijah, na kateri bomo govorili o stresu, stigmi, vplivu digitalizacije in umetne inteligence ter resničnih zgodbah s kmetij, bo potekala v

sredo, 21. oktobra 2026 (9.00-13.30) v Atriju ZRC (Novi trg 2, Ljubljana).

Program je objavljen na spletni strani projekta PoljaMoči, prijava pa obvezna.

[Prijava na dogodek](#)

Zanimivosti o počutju na kmetiji

Pomanjkanje spanca pri ljudeh, ki kmetujejo

Kmetovanje je tvegana dejavnost, ki zahteva veliko previdnosti. Če pa delo s traktorji, kmetijskimi stroji in drugo kmetijsko opremo, z velikimi živalmi ter s kmetijskimi kemikalijami, opravljamo neprespani, je tveganje za poškodbe in smrt še večje. **Med posledicami pomanjkanja spanca so namreč pomanjkanje koncentracije in pozornosti, daljši odzivni časi, raztresenost, bolj neusklajeno gibanje, pomanjkanje ravnotežja, sprejemanje slabih odločitev, več napak in pozabljivost** – vse to lahko pri delu s stroji, živalmi in kemikalijami povzroči poškodbe.

[Preberite članek v celoti](#)



PoljaMoči v medijih

“Družinski in medgeneracijski odnosi so eden najpomembnejših virov moči na slovenskih kmetijah. Prinašajo oporo, pomoč pri vsakdanjih opravilih, prenos znanja in občutek pripadnosti. Hkrati pa lahko zaradi tesne povezanosti družinskega in delovnega življenja postanejo tudi vir obremenitev. Zato je pomembno negovati odprto komunikacijo, medsebojno spoštovanje in pripravljenost na sodelovanje,” je zapisala **Tisa Kučan Lah** v **Kmečkem glasu**.

Polja moči

Medgeneracijski odnosi na družinskih kmetijah: med oporo in izzivi

Tisa Kučan Lah

Kmetijstvo je v Sloveniji tesno povezano z družinskimi življenjem. Po podatkih za leto 2023 v veliki večini slovenskih kmetij (95 %) glavno delovno silo predstavljajo družinski člani. Takšna organizacija dela prinaša številne prednosti: medsebojno pomoč in oporo, delitev kmetijskih in gospodinskih opravil ter podporo pri skrbni za otroke in starejše družinske člane.



Fotografija: mapla.com

Pomen medgeneracijske pomoči potrjuje tudi raziskava o medgeneracijskih odnosih v Sloveniji, ki je pokazala, da kmetiči prebivalstvo daje večji pomen dajanja in prejemanju pomoči med generacijami kot prebivalstvo in še posebej mestno prebivalstvo. Prav medsebojna povezanost, sodelovanje in prenos znanja so pomembni temelji slovenskih družinskih kmetij. Življenje in delo v skupnem družinskem okolju pa lahko prinašata tudi določene izzive. Na družinski kmetiji se delo in zasebno življenje pogosto prepletata, zato je včasih težko najti prostor za počitek in odnosa od vsakodnevnih obveznosti. Poleg tega na številnih kmetijah skupaj živijo in delajo različne generacije, ki imajo lahko različne poglede na delo, razvoj kmetije in organizacijo vsakdana.

Sogovorniki, s katerimi smo se pogovarjali v okviru projekta PoljaMoči, so pogosto izpostavljali občutek odgovornosti, ki spremlja prevzemanje kmetije. Ena izmed sogovornic je povedala: «Ti si ta od nekoga drugega dobil kmetijo v upravljanje in najhuje je to, da ne boš izpolnil pričakovanj, da bo kakšno stvar narobe naredil [...] enostavno, da ne bo tako, kot je bilo prej, pa češti bolj izboljšal. Ja, saj smo včasih tako delali, daje pa še vi.»

Pasene izzive lahko doživljajo tudi posamezniki, ki se na kmetijo priselijo. Spoznavajo novo okolje, nove navade in utrepe različne dela, pri čemer je pomembno, da obstaja prostor za medsebojno prilagajanje. Ena od udeleževk fikcione skupine je to opisala takole: «[...] skoraj je prediven točka, da prideš na kmetijo, ki ima že svoj ustaljen sistem, kot nek partiten, partiturna nekoga, naravnost posveto drugačnih stvari, mogoče tudi drugačnih tradicij in si potem prišeljen sprejeti v bistvo sistem, ki že je, ker je tako triden in prepričan, da je dober, da nekako nisi si tega pristoje, da ti se dalo koma prilagoditi, da mogoče včasih tudi kaj svojega in dostikrat se tudi to potem odrazi v nekaterih stopnjevalnih odnosov.»

V pogovorih se je pogosto pojavljala tudi tema komunikacije. Sogovorniki so poudarjali, da delava velikokrat ne nastanejo zaradi velikih sporov, temveč zato, ker se o pomembnih stvareh ne pogovarjajo pravočasno. «Predvsem to se mi zdi, da se ne znamo pogovarjati, da ne znamo komunicirati, da se je včasih zelo težko nekako ustaviti in si povedati, stvari pa se k sebi pač in potem eskalirajo v kakšnih malih stvarih.»

Dobro komunikacija je pomembna tudi za delitev dela in prenos znanja med generacijami. Ena od sogovornic je opozorila, da mladi družinski člani včasih ne dobi dovolj priložnosti za učenje in prevzemanje odgovornosti. Omenja na primer, da pogosto opaža, da se mlade ženske včasih sploh ne naučijo kuhati, ker mame v kuhinji nerade spustijo vaje iz rok. Odnosi med generacijami lahko vplivajo tudi na odločitve mladih glede prihodnosti na kmetiji. Nekateri sogovorniki opozarjajo, da se mladi zaradi dolgotrajnih napetosti raje odločijo za zaposlitev zunaj kmetije. Po drugi strani pa lahko mladiji negotovost občutijo tudi, kadar niso prepričani, kakšna bo prihodnost kmetije. Ena od sogovornic je opisala primer, ko starejša generacija ob sporih omenja možnost prodaje kmetije, kar pri mlajših vzbuja občutek negotovosti in potrebo po nenehnem dokazovanju.

Dodatno izziv predstavljata skrb za starejše družinske člane in soočanje z boleznijo. Na številnih kmetijah skrb za ostarele svojeje še vedno polna predivnega časa. Ena od sogovornic je opozorila, da to pogosto pomeni dodatno breme za bratke: «[...] pa še ena stvar je zelo zanimiva, ker so sedaj veliko govori o dolgotrajni oskrbi in je kar nekako avtomatsko predvideno, da bo ženska na kmetiji poskrbela za starejše člane družine, po navadi za staro od mla. Torej poleg tega, da je mama, žena, kmetica, dobi še naloge neke medicinske sestre in skrbnice.»

Družinski in medgeneracijski odnosi so eden najpomembnejših virov moči na slovenskih kmetijah. Prinašajo oporo, pomoč pri vsakdanjih opravilih, prenos znanja in občutek pripadnosti. Hkrati pa lahko zaradi tesne povezanosti družinskega in delovnega življenja postanejo tudi vir obremenitev. Zato je pomembno negovati odprto komunikacijo, medsebojno spoštovanje in pripravljenost na sodelovanje. Kakor se pojavijo težave, pa je koristno iskati podporo in pomoč, saj so dobri odnosi pomemben temelj dobrega počutja posameznikov in uspešnega razvoja družinskih kmetij.



[Preberite članek v celoti](#)