



www.zazdravje.net

Skupaj za zdravje človeka in narave

▲ april 2013

brezplačen izvod



Tema meseca:

Zaščitimo svojo prihodnost



KALČEK
NARAVNO, Z OKUSOM
ekološke trgovine

GREMO V DIVJINO Z DARIOM CORTESEJEM!

Pridružite se nam na navdihujočem popoldanskem Kalčkovem izletu ob Savi, na katerem boste spoznali divje rastline in se naučili, kako jih nabirati in pripravljati.

Izpolnite prijavnico za sodelovanje, ki jo prejmete na blagajni trgovine, na naši spletni ali facebook strani, in jo oddajte v eni izmed naših trgovin. Izžrebali bomo 30 udeležencev izleta v divjino, ki bo v torek, 14. maja 2013.



Nagradna igra traja od torka, 2. aprila, do sobote, 4. maja 2013. Žrebanje nagrad bo v ponedeljek, 6. maja 2013.

VEČ O NAGRADNI IGRI NA
<http://www.kalcek.si/izlet-v-divjino.html>.

www.kalcek.si



Šparovci že na prvih 10 info točkah



Osem let smo uspeli zagotavljati sredstva za nemoteno izhajanje naših brezplačnih novic. To leto pa je bolj težavno. Zahvaljujemo se vsem, ki ste nam v teh mesecih s svojimi prostovoljnimi prispevki pomagali vzdrževati naše dejavnosti. 10 % teh novic berete na osnovi prostovoljnih prispevkov, ki smo jih zbrali v "šparovčkih".

To je zagotovo najlažji in najcenejši način, da nam podarite kakšen evro, in s tem pomagate ohraniti brezplačne novice ter njihovo poslanstvo.

Šparovčki se nahajajo na lokacijah:

- Jablana - BTC Ljubljana
- Kalček - BTC Ljubljana in Šiška
- Knjigarna Zdaj - Tržnica Koseze Ljubljana
- Čajarna Stari most - Novo mesto
- Biotopic - Celje center in City Center
- Biotopic - Maribor Euro Park
- Biovan - Maribor
- Bazilica-Zel, BTC Ljubljana

Če se želite pridružiti naši mreži "šparovčkov" in na vaši info točki zbirati prispevke za naše novice, pokličite na 041 770 120 ali pošljite e-mail na posljite.novice@gmail.com.

Na spletni strani

www.zazdravje.net

v rubriki "Skupaj kuhamo"
vas čaka **več kot 150 receptov**.



Želite dobre novice? Ustvarite jih.

Pred dvajsetimi leti je v medijih na pet slabih novic prišla ena dobra novica. Statistika pravi, da je današnji profil medijev takšen, da v povprečju na 17 slabih slišimo eno dobro novico. Dejansko se lahko vprašamo, ali je res kriza danes večja, kot je bila na teh območjih leta 1947 ali leta 1968, ali pa jo le tako doživljamo, ker nas z vseh strani „bombardirajo“ z zaskrbljujočimi novicami?

In medtem ko določeni vsak dan berejo, zakaj se ne da nič narediti, drugi vsak dan delajo nemogoče. Slovenija je po marsičem edinstvena, le da o tem premalo beremo, slišimo, vidimo, ...

Če bi toliko prostora, kot so ga dobili „modeli rdečih čevljev“ kardinalov in protokol vatikanske kurije, ali vse drobnarije pogajan za stolčke naših novih ministrov, dobili ljudje, ki omogočajo, da eni in drugi živijo, bi bile razmere precej drugačne.

Dobrih novic je vse več. (No, morda niso dobre za tiste, ki bi raje videli, da ste obupani, bolni in brez moči za spremembe.)

Kljub temu da nam finančne razmere ne dovoljujejo, da bi se o vsem, o čemer bi želeli, na široko razpisali, naše prve pomladne novice kar pokajo po šivih od dejanj dobrih ljudi.

Prvi korak – preberite, kaj vse se dogaja v tej naši lepi deželi in koliko tega so drugi že storili, da bo tudi vaš premik lažji.

Drugi korak – bodite tudi vi sprememba, ki jo želite svetu.

„Za to, da naredimo tisto, kar je prav, je vedno pravi trenutek.“

Sanja Lončar, urednica

Ali bi radi brali debelejšje novice?

Še veliko novic, za katere je tokrat zmanjkalo denarja, da bi jih lahko natisnili in distribuirali v "papirni obliki" boste lahko brali na spletni strani www.zazdravje.net.



Foto: Rajko Škarič

V tokratnih novicah preberite:

V pričakovanju zgodovinske odločitve	4
Prva javna podelitev znaka »šolski ekovrt«	6
Posvet Skupnosti vrtcev Slovenije	7
Naj štafeta pride še dlje	8
Koledar dogodkov	10
Preverjene naravne rešitve	16
Novi mediji za nove čase	17



IMPRESUM: Novice izdaja: Društvo Ognjič; Odgovorna urednica: Sanja Lončar; Naklada: 38.000 izvodov; Kontakti: info@zazdravje.net, 041 770 120, Fotografije: Frontier d.o.o. in Fotolia; Oglasno trženje: Frontier d.o.o.; Fotografija na naslovnici: Rajko Škarič; Oblikovanje in prelom: Opa:celica; Tisk: Tiskarna Schwarz



V pričakovanju zgodovinske odločitve

Besedilo: Sanja Lončar

Na tisoče zdravstvenih trditev, ki se nanašajo na zdravilne rastline, še vedno čaka na oceno. Do takrat velja, da se trditve, ki so v procesu obravnave, še vedno lahko uporabljajo pri promociji izdelkov. Tako zaenkrat še vedno lahko v oglasih beremo, da ingver pomaga pri potovalni slabosti, timijan blaži vnetja dihal in pegasti badelj pomaga jetrom.

Morda se vam zdi neverjetno, da bi bile takšne trditve lahko prepovedane, pa vendar se to lahko zgodi čez noč.



EFSA se zaveda težavnosti naloge, saj preprosto ni mogoče izbrisati kolektivnega spomina celotne civilizacije in se delati, da zdravilne rastline ne obstajajo. Njihova tradicija uporabe je, vsaj v naši civilizaciji, dvajsetkrat daljša od uporabe sintetičnih zdravil. O njihovem delovanju je na vseh kontinentih zbranih toliko izkušenj, da običajen človek preprosto ne more verjeti, da bi lahko kdo temu oporekal.

Potemtakem bi morali prepovedati tudi uporabo pojma zdravilne rastline, rekoč, kdo je dovolil, da se rastlinam pripisuje lastnost, da zdravijo.

Trenutno si birokrati podajajo ta „vroči krompir“ in vsak bi raje videl, da odgovornost za to zgodovinsko odločitev prevzame nekdo drug. Razmišljajo, ali se bo o teh trditvah odločalo kot o zdravstvenih trditvah za prehranske izdelke ali bo to v domeni ustanov, ki se ukvarjajo z zdravili. Dvobitna logika ne vidi tretje možnosti. Če bodo prehrana, potem niso zdravilo. Če bodo zdravilo, potem bodo svojo zdravilnost morale dokazovati po standardih, ki jih je predpisala farmacija.

Živimo v zares zgodovinskih časih. Priča smo spopadu korporativnega pohlepa s temeljnimi dosežki civilizacije.

Korporacije so se tega projekta lotile zelo sistematično. Že desetletje so pripravljale mrežo zakonodaje, ki je omogočila sklepno dejanje, ki smo mu pravkar priča. Vsa tovrstna zakonodaja je že zdavnaj „izvlečena“ iz nacionalnega okvirja in do nas prihaja v obliki direktiv iz Bruslja. Torej lahko zamenjamo vse svoje politike, pa to ne more vplivati na takšno zakonodajo.

Ali je sploh še kakšno upanje, ali pa bodo naši vnuki čez kakšnih trideset let poznali le še sintezna zdravila?

Pozabljeni element

Edino, kar so korporacije spregledale, je zavest ljudi. Ta pa očitno raste hitreje, kot so pričakovali. Ljudje so v zadnjih letih imeli neštetokrat priložnost ugotoviti, da globalne sisteme vodi izkoriščevalska logika, ki si prilašča dobičke, posledice pa „socializira“ (Fokušima, Mehiški zaliv, razne afere z živili, z zdravili, s cepivi, bančništvo, privatizacije vodnih virov, ...). Sistem, ki je v očeh uporabnika izgubil kredibilnost s takšnimi zakoni, dejansko le spodbuja ljudi, da se obračajo proč od njega.

Mnogi so že „preklicali pooblastilo“ stroki, da odloča o njihovem življenju, in pospešeno nadomeščajo koščke znanja in vedenja, ki smo ga v zadnjih dveh generacijah tako brezskrbno izgubljali.

Praktični dokaz so vse bolj polna predavanja in delavnice na temo samooskrbe, naravnega zdravljenja, zdravilnih rastlin, divjeraslih rastlin, izdelave kozmetike, mil in preparatov, ki jih organizira že na stotine društev po vsej Sloveniji itd.

Nekaj let so ljudje očitno nabirali teoretična znanja, zdaj pa ugotavljajo, boste tudi do uradnega zdravstva postali vse bolj zahtevni in tega ne bo spremenila nobena birokratska uredba iz Bruslja.

Slovenski paradoks

Kljub temu da smo v Sloveniji še vedno na repu Evrope po neurejenosti alternativnih načinov zdravljenja, je zanimanje ljudi za celosten pogled na zdravje vse večje.

In ko enkrat ugotovite, koliko o zdravju, diagnostiki in vzrokih bolezni ve izkušeni zeliščar, kitajski ali ajurvedski zdravnik, boste tudi do uradnega zdravstva postali vse bolj zahtevni in tega ne bo spremenila nobena birokratska uredba iz Bruslja.

V bruseljski kuhinji so očitno naredili veliko napako. Prehitro so dvignili temperaturo v loncu, v katerem so hoteli skuhati žabe. In tako so žabe začele skakati iz lonca ... In verjemite, teh ne bo več mogoče vrniti v krop.

Rekordna udeležba na sejmu



Rekordni obisk Altermeda in tudi rekordni nakup nove knjige Ščepec védenja sta dokaz, da je vse več tistih, ki želijo biti nosilci znanja in védenja o naravnih rešitvah. Le znanje, ki živi v nas je shranjeno na varnem mestu.



Nekatere zgodovinske odločitve so se že zgodile ...

Arso zavrnila izdajo okoljevarstvenega dovoljenja podjetju Lafarge Cement

Agencija RS za okolje (Arso) je v ponovnem postopku odločanja zavrnila zahtevek trboveljskega podjetju Lafarge Cement za izdajo okoljevarstvenega dovoljenja za obratovanje naprave za proizvodnjo cementa.

Več na: http://www.siol.net/novice/znanost_in_okolje/2013/03/arslo_okoljevarstveno_dovoljenje_lafarge_cement.aspx

PUKKA

Weight Balance - Ravnovesje telesne teže

Učinkovita mešanica
arktične sveže morske
trave, sadežev melone,
semen sabljastega triplata,
korenine ingverja, lubja
cimeta, hladno stiskanega
soka ječmenove trave,
sadežev amle, sadežev
limone, spiruline, listov
regrata in zelenega čaja.

Ta hrana so izjemno cenjena zaradi sposobnosti
vzdrževanja zdrave telesne teže ob uživanju
uravnotežene in redne prehrane. Uživate Weight
balance za uravnoteženo presnovo, prebavo in telesno
težo.

Na voljo kot: kapsule
Uporabljajte z izdelki: Pukka Clean Greens in Pukka
Three Ginger čajem

NA VOLJO V SPECIALIZIRANIH PRODAJALNAH
IN SANOLABORJU.

INFORMACIJE IN NAROČILA ☎ 080 12 36



DIFAR

www.pukkaherbs.si



Pokličite: 068 155 372 Naravno - preprosto - učinkovito

Kapljice brez alkohola

PEGASTI BADELJ

Moja Mares
Zajupa izdelkov
SORIA NATURAL

Naravna medicina
SoriaNatural

V specializiranih trgovinah in lekarnah. www.zdravilna-zeliska.si



Foto: A. Markovič, Inštitut za trajnostni razvoj

Prva javna podelitev znaka »šolski ekovrt«

Besedilo: Inštitut za trajnostni razvoj

Program »Šolski ekovrtovi« je pravkar stopil v tretje leto... In lahko rečemo, da smo skupaj z svojimi člani znova naredili pomemben korak naprej. 7. marca smo v Ljubljani (v dvorani ministrstva, pristojnega za izobraževanje) priredili prav poseben dogodek – svečano podelitev znakov »Šolski ekovrt«.



Prejelo ga je 22 najbolj prizadevnih vrtcev, osnovnih in srednjih šol. Največ dobitnikov je iz vrst osnovnih šol (19), opogumili pa so se vrtec ter dve srednji šoli, ki sta dokaz, da je mogoče za ekovrtnarjenje navdušiti tudi mladostnike.

Znak »Šolski ekovrt« so prejemniki pridobili na podlagi izpolnjevanja meril za šolsko ekovrtnarjenje, ki smo jih na ITR pripravili v lanskem letu, mentorje ekovrtov pa smo že od vsega začetka izobraževali v tem duhu. Šole in vrtni so se tako s pridobitvijo znaka obvezali, da bodo nadaljevali z upoštevanjem temeljnih načel šolskega/vrtničvskega ekovrtnarjenja, med katerimi so, na primer, ustrezno kompostiranje organskih odpadkov, kolobarjenje, uporaba ekoloških ali vsaj kemično netretiranih semen, uporaba organskih gnojil itd. ter seveda brez pesticidov in mineralnih gnojil.

Dobitniki bodo tako odslej lahko tudi s pomočjo znaka pokazali, da imajo v svoji vrtnički ali šolski okolici svoj ekovrt, ki je vzorno učno in vzgojno orodje, za katerega so prejeli priznanje. Predvsem

pa je znak pohvala za to, kar z ekovrtom dajejo nadobudnim otrokom in mladostnikom. Z gotovostjo lahko trdimo, da pisanih ekovrtov ne bi bilo brez prizadevnih mentorjev (vzgojiteljev in učiteljev), ki so vedno »v ekovrtnarski akciji«, naše sodelavke permakulturne strokovnjakinje Jožice Fabjan in glavnih podpornikov programa, UniCredit banke Slovenije d.d. ter Ministrstva za kmetijstvo in okolje, ki sta v letošnjem šolskem letu poskrbela, da smo lahko uresničevali svoje zamisli. Osrednja tema samega seminarja pa so bile avtohtone sorte kmetijskih rastlin in pridelava semen, zato so bili vsi udeleženci veseli daril v obliki semen, ki jih je prispevala Semenarna.



Podelitev ZNAKA "ŠOLSKI EKOVRT" vodje programa ge. Anamarije Slabe skupaj z ministrom za kmetijstvo in okolje g. Francem Bogovičem ter ambasadorko programa šolskih ekovrtov go. Manco Košir.

V programu sodeluje 81 slovenskih vrtcev, osnovnih in srednjih šol ter dijaških domov, zato je prva podelitev potrditev dobrega dela in sodelovanja članov zadnjih dveh let. Na ITR zato verjamemo, da je bila prva podelitev tudi navdih in spodbuda za druge.

Spletna stran programa: www.solskiekovrt.si.

Da bodo Ljubljančani vedeli, kaj je krava

Center za občolske dejavnosti v vsakem letu organizira programe za več kot 80.000 slovenskih otrok. V zadnjih letih je vse več programov, ki se usmerjajo v trajnostni razvoj, spoznavanje gozda, čebel, zdravilnih rastlin, samozdravljenja, živali, ekologije, ...

Verjeli ali ne, tudi pri nas se dogaja, da otroci (zlasti tisti iz »prestolnice“) ne vedo, kako je videti krava. Svoje delovanje odpirajo tudi za družine in manjše skupine. Zelo zanimiv program njihovih dejavnosti poiščite na www.csod.si.



Posvet Skupnosti vrtcev Slovenije

Besedilo: Karmen Prah

19. strokovni posvet Skupnosti vrtcev Slovenije je za osrednjo temo izbral inovativnost. 421 pedagoških vodij vrtcev iz vse Slovenije je v dveh dneh imelo priložnost ne le slišati, kako sta inovativnost in ustvarjalnost potrebni, temveč tudi dejavno iskati poti do njiju. Zakaj ustvarjalni duh potrebuje svobodno telo, je predstavila Alenka Rebula.



Božena Bratuž, predsednica Skupnosti vrtcev Slovenije, Ivana Leskovar in ostale članice program-ske skupine posveta so požeale zasluženi aplavz za odličen dogodek.

Rajko Škarič je udeležence popeljal do izvora ustvarjalnosti, ki je le v naši prisotnosti in svobodi duha. Rudi Ocepek je v sodelovanju s svojimi prijaznimi kačami in pajki poskrbel za praktično pre-magovanje predsodkov in strahov, Jaka Strajnar pa je s pomočjo tolkal udeležencem pokazal, kaj je uglasenost skupine in kako jo doseči. Sanja Lončar je v delavnici „Ustvarjalno branje narave“ odprla nov pogled na vse tisto, kar bi lahko v nara-vi „prebrali“, če bi jo pogledali z drugačnimi očmi. In ker je smeh jezik, ki smo se ga naučili, še preden smo spregovorili, je stand-up komik Tadej Toš ob-činstvo skozi smeh popeljal v različne razsežnosti komunikacije.

Dobra vsebina je padla na dobra tla. Upamo, da jo bodo udeleženci raznesli v vse vrtce po Sloveniji.

 **Sanolabor**
Ko gre za zdravje!

Zakaj bi iskali drugje,
ko pa v **naših specializiranih**
prodajalnah dobite skoraj vse, o
čem berete v teh novicah?

Naravna prehranska dopolnila, eterična olja,
eko živila, eko čaji ...

Za dobro spanje poskrbite z vrhunskimi vzglav-niki, za brezskrbno gibanje pa vam ponujamo ši-roko paleto ortopedske obutve in pripomočkov.

Smo tudi največji ponudnik izdelkov naravne
kozmetike z različnimi eko certifikati.

Vabljeni v naši novi prodajalni - Qlandijo
Kamnik in Novo mesto, kjer vas čaka tudi
zelo dobra ponudba ekoloških izdelkov.



Vljudno vabljeni v naše prodajalne po vsej Sloveniji.
www.sanolabor.si



Naj štafeta pride še dlje

15. marca se je slavnostno začela druga štafeta semen. Pobuda ekocivilne iniciative je že v lanskem letu motivirala in premaknila na tisoče Slovencev, da so sejali, izmenjevali, se izobraževali ter ozaveščali javnost o pomenu avtohtonih in ekoloških semen za samooskrbo in zdravje.

Očitno so semena padla na plodna tla, saj vse kaže, da bo letoletna štafeta nekajkrat bolj odmevna od lanskoletne.

Priča temu je bilo tudi fantastično vzdušje in polna kongresna dvorana Celjskega sejma in kar je še bolj pomembno – vse večje število ustanov, medijev in strokovnjakov, ki bodo dejavno sodelovali v tem projektu.

Namesto političnih floskul glede tega, kaj bi bilo dobro storiti, je za spremembo užitek poslušati, kaj so določeni sodelujoči že storili in kaj bodo storili v tem letu.

Kot je izjavil mag. Dejan Židan, bodo v parlamentu storili vse, da zaščitijo naše naravne vire, zlasti pravico vsakega državljana do pitne vode. „Naravni resursi so najbolj državotvorno vprašanje vsake države in na primeru drugih se lahko naučimo, da je njihova privatizacija vedno v škodo države in državljanov.“

V času, ko bankam slabo kaže, je dobro vedeti, da obstajajo tudi banke, v katerih se hranijo prave vrednosti. Takšen naslov je genska banka Slovenije, ki bo to leto dejavno sodelovala v projektu – državljanom, ki želijo gojiti avtohtone sorte in sodelovati z „banko“, omogoča, da pridejo do semen, ki so pri njih shranjena. Tako bo zapuščina naših dedov in babic še bolj prisotna na naših poljih in vrtovih, posledično pa bodo v „banko“ prišle sorte, ki jih morda tam še nimajo.

Da je zanimanje za domača semena ter zavedanje, da jih ne moremo gojiti na Kitajskem in v Afriki, vse večje, priča tudi izjava Fanči Perdih, neutrudne koordinatorke slovenske pridelave eko semen Amarant. To leto se je za pridelovanje semen odločilo dvakrat več kmetov kot v lanskem letu. To sicer še ne pomeni, da bomo že letos računali na dvakrat več domačih semen, saj proces izobraževanja in uvajanja traja ... Smo pa na dobri poti.

In kaj boste vi, vaše podjetje, društvo, šola ali vrtec storili, da bomo varni, neodvisni in da bo naša hrana zdrava? Več o poteku akcije si preberite na portalu Ekoci.

Kot pravi neutrudna pobudnica iniciative Irena Rotar: „Vsako dejanje šteje.“



Za več slovenskih semen

Zahvaljujoč neutrudnemu delovanju Fanči Perdih ter seveda vse večjemu povpraševanju po eko semenih, se bo v tem letu število slovenskih eko kmetov, ki se ukvarjajo s semenarstvom, podvojilo. To pa še ne pomeni, da bomo že v tem letu imeli dvakrat več domačih semen. Pot do dobrega domačega semena ni kratka in enostavna. Trenutno poteka izobraževanje kmetov za tovrstno delo. Semena pa lahko pričakujemo v naslednji sezoni.

Naj na vrtu raste zdravje



Vse več ljudi spoznava moči začimbnic in zdravilnih rastlin, zato je tudi na naših vrtovih vse več prostora za takšne, zdravju prepošrebne rastline. Vrt zdravilnih in aromatičnih rastlin, IHPS v Žalcu, ponuja sadike ekološko pridelanih rastlin iz certificiranega semena. V njihovi zbirki 250 zelišč boste našli tudi to pomlad zelo iskane: pegasti badelj, črno kumino, tulsi in druge vrste bazilik, koriander itd. Spoznajte njihovo ponudbo na www.ihps.si ali po telefonu 03 71 21 600. Prvi vikend v maju vabljeni na vodene ogledе vrta in svetovanje.

Ekološke in nerazvajene sadike

Zima je bila zares predolga, zato bomo bližnjice do pridelka iskali z uporabo sadik. Zdaj že vemo, da pregojene in prehitro zrasle sadike s prihodom v „resnično okolje“ utrpijo prevelik šok in pogosto obstanejo v rasti. Zato tudi na tem področju velja – počasi se daleč pride. Poiščite ekološko pridelane sadike.

Največ ponuja Amarant (za seznam prodajnih mest, glej www.amarant.si), Majdin gaj (www.majdingaj.si, 031 345 849) in društva za biodinamiko na svojih srečanjih. Vse več ponudbe je tudi na eko tržnicah.

Samooskrbe ne bo brez zdravega komposta



Za dober živi kompost, ki je nastal na certificirani ekološki kmetiji iz ekološkega hlevskega gnoja (in ne na smetiščih, kot je danes pogosta praksa), se lahko obrnete na g. Vilija Petacija, na telefonski številki: 051 612 456. Njegov kompost deževnikov Lumbrivit ima pH 6,2–7,2 N1%, P2 05 1779 mg/100 g, K2 0 200 mg/100 g in seveda še veliko nemerljivih dobrot, ki jih bodo vaše rastline vesele. Pri gospodu lahko kupite tudi legla kalifornijskih deževnikov.

Hrana za štiričlansko družino na 60 m²

Ali dvomite, da je kaj takega mogoče? Pridite in se prepričajte. In kar je še bolj pomembno, naučite se tudi sami pridelovati hrano za svojo družino. Strokovnjak kluba Gaja g. Igor Škerbot, dipl. agronom spec. zelenjad., KGZS Celje in Društvo La Vita so v Pirešici pripravili vrt te velikosti, v katerem bodo v celotni sezoni potekala izobraževanja in praktično delo. Še vedno se lahko pridružite. Več informacij najdete na www.lavita.si.



Varuhi semen

Karmen Valenti je še ena izmed neutrudnih oseb, ki se ji lahko zahvalimo, da že nekaj let spodbuja, ozavešča, izobražuje in tudi dejavno organizira izmenjavo semen v Sloveniji. Pred kratkim so varuhi dobili tudi svoje prostore za knjižnico v okviru Centra alternativne in avtonomne produkcije v Mariboru. Seme na seme in pogledite, do kam je mogoče priti!

V koledarju objavljamo dogodke, ki jih organizirajo različna društva in organizacije iz vse Slovenije. Ker v redakciji nimamo možnosti, da bi preverjali kakovost vseh predavanj, delavnic in seminarjev, se včasih zgodi, da njihova vsebina ne sledi načelom, za katera si prizadevamo v projektu »Skupaj za zdravje človeka in narave«.



Za lažje razločevanje zato vse dogodke, ki so v naši organizaciji ali z našim sodelovanjem, označujemo s kompasom.



SREDA, 3. APRIL

KAKO ZDRAVIJO RASTLINE?

Logatec, OŠ 8 talcev, ob 18. uri

Če bi zdravilne rastline delovale le z učinkovinami (tako kot delujejo sintezna zdravila), potem bi se nam mnoge težave povrnilo takoj po prenehanju jemanja. Pa ni tako. Kako delujejo zdravilne rastline? Kaj moramo vedeti, da bi jih lahko uporabili kot zdravilo? Zakaj bodo nekaterim pomagale, nekaterim pa ne? Če ste pripravljeni na rastline pogledati drugače, vabljeni na predavanje Sanje Lončar. Organizira: Društvo za zdravilne rastline Ognjič Logatec.

SREDA, 3. APRIL

SKUPAJ ZA DOBRO (ČLOVEKA IN NARAVE)

Knjižnica Ksaverja Meška Slovenj G., ob 17. uri

Ob prijetnih druženjih snujemo in izvajamo različne projekte. Prisrčno vabljeni, da se nam pridružite. Organizira: Ekološko društvo Slovenj Gradec.

ČETRTEK, 4. APRIL

PREDAVANJE: NARAVNA GLINA IZ KOMENDE

Bio trgovina BIOVAN, Valvasorjeva 40, Maribor, ob 17. uri

Vabljeni na predavanje, na katerem bomo izvedeli več o izkušnjah, načinih uporabe, lastnostih glin ter njenih učinkih. Obvezne prijave na: novice@biovan.si ali na: 040 204 078.

PETEK, 5. APRIL

PREDAVANJE: POMEN SAMOOSKRBE S SEMENI

Kmetija Brinšek, Vrbnje 12 b, Radovljica, ob 18. uri

Predavali bosta Mihaela Zalokar in Monika Brinšek.

PETEK, 5. APRIL

TEČAJ KLASIČNE MASAŽE V MARIBORU

Higeja, Hotel Betnava, Ulica Eve Lovše 15, Maribor

45-urni tečaj v organizaciji Higeje, šole za maserje in terapevte, poteka med vikendom. Predavatelj na tečaju bo Marina Bačić, fizioterapevtka. Cena celotnega tečaja je 550 EUR. Prijavite se lahko do 3. aprila 2013. Prijave in informacije na tel. št.: 01 54 63 201, GSM: 041 540 942, www.higeja.si.

PETEK, 5. APRIL

PREDAVANJE: ZABLODE IN ZMOTNE ALTERNATIVNE MEDICINE

Bio trgovina BIOVAN, Valvasorjeva 40, Maribor, ob 17. uri

Izčrpni, natančni, konkretni, kakovostni, verodostojni odgovori so največja korist za zdravje posameznika. Zaradi poplave „novodobnih“ zdravljenj, ki jih izvajajo laiki, prihaja do negativnih posledic. Vaš notranji glas pa naj bo najboljši razsodnik, ali ste v nekem trenutku odločili prav ali ne. Predava: Tanja Kašlik – Taisha M.D. (M.A.). Prost vstop. Prijave na: novice@biovan.si ali na: 040 20 40 78.



NEDELJA 7. APRIL

NAVDIH IZ NARAVE

Žalec, Ekofest – eko muzej, ob 10.30 uri

Niti ene tehnične, tehnološke, energijske, zdravstvene ali socialne težave ni, s katero se narava že ni srečala in je tudi rešila. Če znamo gledati, lahko v naravi vidimo odgovore na marsikatero lastno težavo in težavo družbe, v kateri živimo. In zakaj vsega tega ne vidimo? Na razburljivo popotovanje in spoznavanje narave z drugačnimi očmi vas bo popeljala Sanja Lončar. Vstopnina: 5 EUR.



PONEDELJEK, 8. APRIL

ŠČEPEC VEDENJA

Knjižnica Domžale

O novi knjigi Ščepec vedenja, se bo Cveta Zalokar Oražem pogovarjala z avtoricami knjige. Vstop je prost. Po predavanju bo možen tudi

nakup knjig s popustom in podpisovanje knjig s strani avtoric.



TOREK, 9. APRIL

ZAMOLČANE ZDRAVILNE MOČI ZAČIMB

Vaški dom v Gorjanskem, Komen, ob 16. uri

Začimbe so več kot rastline. Na čem sloni njihova moč in kako to, da o tem tako malo vemo? Kako in koliko nam lahko začimbe pomagajo pri želodčnih težavah, težavah z jetri in žolčnikom, bolečinah in celo raku, boste izvedeli na predavanju Sanje Lončar. Prispevek: 5 EUR. Organizira: Univerza za tretje življenjsko obdobje Kras.

SREDA, 10. APRIL

EKOLOŠKA PRIDELAVA IN HRANJENJE SEMEN

Biotehniška šola Šempeter pri Gorici, od 17. do 20. ure

Predavala bo dr. Marija Gregori. Predavateljica in raziskovalka na Višji strokovni šoli Biotehniškega centra Naklo. Dodatne informacije na ajda.goriska@gmail.com. Organizira: Društvo Ajda Goriška, sekcija Dobra misel.

SREDA, 10. APRIL

POMEN ČEBEL ZA ZDRAVJE ČLOVEKA

Osnovna šola Orehek – Kranj, Zasavska cesta 53a, ob 19. uri

Predavatelj Franc Šivic, dolgoletni podpredsednik ČZS, bo predstavil pomen čebeljih pridelkov za zdravo prehrano človeka in vlogo čebel pri opraševanju ter ohranjanju ravnotežja v naravi. Prostovoljni prispevki. Dodatne informacije so na razpologo na naslovu www.sorskopolje.si.

Organizira: Društvo Sorško polje približajmo se naravi.

SREDA, 10. APRIL

KUHARSKA DELAVNICA: RAZKISAJMO TELO S PRAVILNO PREHRANO

Waldorfski vrtec, Breg 3, Celje, ob 17. uri

Delavnico bo vodil Matjaž Kološa. Cena triurnega tečaja je 25 EUR na osebo. Info. in prijave na: 041 865 789 ali matjazeva.kuharija@gmail.com.



ČETRTEK, 11. APRIL

VZEMITE ŽIVLJENJE V SVOJE ROKE

Cerkno. Glasbena šola Cerkno, ob 18. uri

Veliko področij svojega življenja smo zaupali v upravljanje drugim. Zdaj počasi spoznavamo, da bo treba marsikaj vzeti nazaj v svoje roke. Svojo prehrano, svoje zdravje, svoje delo. Kaj vse lahko storimo sami in kaj bomo s tem pridobili? Predavala bo Sanja Lončar.

Organizira: C.M.A.K CERKNO. Vstopnina: 3 EUR.

ČETRTEK, 11. APRIL

KULINARIČNA DELAVNICA – HRANA ZA VITALNO POMLAD

V prostorih pekarnarje Rajska jablana – v Ljubljani, Sp. Rudnik II/33, ob 16. uri

Priprava hrane za razstrupljanje: napitki, juhe, sestavljene zelenjavne solate, solatni prelivi, sladice, energetski prigrizki (za izlete in rekreacijo, za šolsko malico otrok in za malice v službi). Posebej se bomo dotaknili vloge začimb in kako jih uporabimo. Cena: 25 EUR na osebo. Za otroke od 6 do 12 let – brezplačno. Prijavite se lahko na elektronski naslov: marija.jablana@gmail.com ali tel. št.: 031 506 801. Če bo prijav veliko, bomo tečaj ponovili naslednji dan, 12. 4. 2013, ob isti uri. Organizira in vodi: Marija Kočevar Fetah.

ČETRTEK, 11. APRIL

OMARE PREVETRIMO IN TAKO PREDSDODKE PREMOSTIMO

Bio trgovina BIOVAN, Valvasorjeva 40, Maribor, od 15. do 18. ure

Izmenjava oblačil bo potekala po načelu blagovne izmenjave „prinesi x št. oblačil – odnesi x št. oblačil“ oziroma po načelu „fair play ali pravične igre“. Prosimo, da so oblačila v dobrem stanju in



Ekofest

radostno doživetje narave, človeka
in energije v zeleni dolini

Med 5. in 7. aprilom bo v Žalcu in okolici spet pestro: Ekofest je znova tu!

Več na: www.zkst-zalec.si/sl-SI/4/turizem

oprana. Če vam ni do zamenjave, pa vam odvečna oblačila kljub temu delajo gnečo, vas vabimo, da nam jih podarite.

ČETRTEK, 11. APRIL

RAZLAGA POLJEDELSKEGA TEČAJA RUDOLFA STEINERJA

Domžalski dom v Domžalah, Ljubljanska 58, ob 18. uri

Predava g. Drago Purgaj. Razlaga sedmega in osmega predavanja Rudolfa Steinerja, ki obravnava odnos med poljedelstvom, sadjarstvom in živinorejo. Govori o medsebojnem odnosu med gozdom, polji in travniki, o dajanju in jemanju v naravi, o zemeljskih in kozmičnih silah, o kmetijstvu kot organizmu in kmetijstvu kot individualnosti. Prispevek: 3 EUR za člane, za nečlane 5 EUR. Informacije: 041 323 249.

Organizira: Društvo Ajda Domžale.

ČETRTEK, 11. APRIL, DO NEDELJE, 14. APRIL

DNEVI RAZSTRUPLJANJA IN ŠOLA ZDRAVE PREHRANE Z NUTRICISTKO KARLO KLANDER

Strunjan, Hotel Salinera

Razstrupljanje po načelih naravne higiene z naravnimi sokovi, visokim deležem surove hrane in s pravilnimi kombinacijami živil. Več o programu lahko preberete na www.karlaklander.com/sl. Cena programa: 199 EUR. Cena bivanja s polnim penzionom: 128,5 EUR/osebo. Več informacij na 040 471 522 ali info@karlaklander.com.

PETEK, 12. APRIL

TEČAJ MASAŽE NA STOLU

Higeja, Ptujška ulica 19, Ljubljana

3-dnevni tečaj masaže na stolu poteka med vikendom v organizaciji Higeje, šole za maserje in terapevte. Predavatelj na tečaju bo Željko Radmanović, tuinolog manualni terapevt in osteopat.

Gre za učinkovito masažo na ergonomsko oblikovanem stolu. Pri masaži se uporabljajo tehnike kitajske, havajske in japonske masaže. Cena tečaja je 175 EUR. Prijavite se lahko do 10. aprila 2013. Prijave in informacije na tel. št.: 01 54 63 201, GSM: 041 540 942, www.higeja.si.

PETEK, 12. APRIL

DIANETIKA ALI IDEAL ČLOVEŠKEGA BIVANJA

Čebelarški center ČRIC (Rožna dolina), Lesce, ob 18. uri

Predavanje Ice Krebar o idealu človeškega bivanja. Njen gost bo Jože Levin, ki bo govoril o pomenu vode kot viru življenja. Prispevek: 7 EUR.

SOBOTA, 13. APRIL

SEJEMSKA PRIREDITEV ALTERSLO

Osnovana šola Simona Jenka Kranj, Ulica XXXI. divizije 7A v Kranju, od 10. do 20. ure

Na področju alternativnih praks in umetnosti se bodo s svojimi storitvami, izdelki, degustacijami, predavanji, predstavitvami in drugim predstavili razstavljalci iz vse Slovenije. Več o razstavljalcih si lahko preberete na <http://alkimija.blogspot.com/>. Poskrbeli smo za prijetne nagrade, darilne kupone s popusti, bogat program predavanj, predstavitev in ustvarjalnih delavnic, otroški in kulinarčni kotiček ter ostale spremljajoče dogodke v prijetnem vzdušju. Prispevek: 5 EUR za odrasle, za otroke do 12. leta pa je vstop brezplačen. Informacije: 041 881 070 Nataša, natasa.benedejcic@gmail.com.

Organizira: ALKIMIJA Nataša Benedejčič s.p.

SREDA, 17. APRIL

KORISTNO JE VEDETI ...

Škofja Loka, Reteče 33, v Kulturnem domu, ob 19. uri

Predavateljica Anica Zavrl Bogataj nam bo posredovala koristne informacije v zvezi s lastnino nepremičnin in nas seznanila s pomembnejšimi določbami zakonodaje, vezane na gospodarjenje s kmetijskimi zemljišči in z gozdovi. Izvedeli bomo tudi, kako lahko državljanji ugovarjamo, če menimo, da odločitev državnih organov ni pravilna.

Vabljeni na ekofejst 12., 13. in 14. april 2013



Vsak drugi vikend v mesecu

FESTIVAL IZMENJAVE ZNANJ, DOBRIH IZKUŠENJ IN PRIJETNEGA DRUŽENJA

- Iz vsebine: Samooskrba, Etika, Ekonomija, Energija, Zdravje, socialno podjetništvo, alternativne vsebine, druženje z domačini...
- Organizira: Ekoci in KS GALICIJA - Društva in dobri ljudje

Več info na www.ekoci.si in www.galicija.si

Prostovoljni prispevki. Organizira: Društvo Sorško polje približajmo se naravi.

SREDA, 17. APRIL

VRTNARJENJE V SOŽITJU Z ŽIVALSKIM SVETOM

Zadružni dom Zadvor, Cesta II. grupe odredov 43, 1261 Lj.-Dobrunje, ob 19. uri

Predava IVAN ESENKO, naravovarstvenik. Info: 041 364 897. Organizira: Društvo Ajda Sostro.

SREDA, 17. APRIL

KUHARSKA DELAVNICA: ZDRAVO IN OKUSNO ZA NAŠE NAJMLAJŠE

Waldorfski vrtec, Wilsonova ul 18, Maribor, ob 17. uri

Delavnico bo vodil Matjaž Kološa. Cena triurnega tečaja je 25 EUR na osebo. Info. in prijave na: 041 865 789 ali matjazeva.kuharija@gmail.com.

ČETRTEK, 18. APRIL

TEČAJ: OKREPIMO VRANICO IN TREBUŠNO SLINAVKO

Ljubljana, Triglavskva 22, od 17. do 20. ure

Vodi/predava: Živa Pogačnik, Dao inštruktorica. Poslovimo se od težav, kot so slaba prebava, slabokrvnost, nenadzorovano pridobivanje ali izgubljanje telesne teže, pretirana skrb, nestabilnost, ne-spontanost, ..., ter poskrbimo za odlično absorpcijo energije in hranil iz prehrane, dober mišični tonus in uravnavanje vlage v telesu s krepitvijo vranice in trebušne slinavke po načelih tradicionalne kitajske medicine. Vranico se bomo naučili krepiti predvsem s prehrano in z njenim pravilnim kombiniranjem, delavnica pa vključuje tudi akupresuro, vaje in dihalne tehnike.

Prispevek: 40 EUR/osebo; (upokoenci, študentje 35 EUR). POMEMBNO: Mesto na delavnici si zagotovite s plačilom akontacije 20 EUR ali celotnega zneska na TRR: SI56 6100 0000 4045 247. Prijave in info: 040 75 22 66 ali uzivajmodao@gmail.com.

Organizira: Andrej Dolinar s.p. www.uzivajmo.com.

ČETRTEK, 18. APRIL

HORMONSKI MOTILCI – NAJVEČJA KEMIČNA GROŽNJA ČLOVEKU

Predavanje bo v prostorih Kluba CDK na Kolodvorski poti 8 (železniška postaja Nova Gorica), ob 19. uri



Je že čas, da posije sonček v to leto?

Pojdite z nami v sij svetlobe in obrnite novo stran v svojem življenju.



Vse, ki že poznate naš projekt ter sledite predavanjem in literaturi, pa bi radi naredili še korak bliže k sebi, vabimo na osemdnevni seminar, kjer boste to, o čemer predavamo in pišemo, preizkusili "v živo".

Kaj bomo torej počeli?

Čaka nas teden predavanj, delavnic, sprehodov, izletov, poglobljenega spoznavanja sebe ter neposrednega dialoga s tamkajšnjimi ljudmi in naravo.

Za vaše, udobje in dobro počutje bo od Ljubljane do Hvara, na otoku in med povratkom poskrbela skupina projekta "Skupaj za zdravje človeka in narave".

Seminar vodita **Rajko Škarič** in **Sanja Lončar**.

Termini v letu 2013:

20. do 27. april – I. in III. modul

18. do 25. oktober – I. in II. modul

26. okt. – 2. november I. in II. modul

Cena programa s prevozom 398 EUR
+ 160 EUR kotizacije za seminar.

Informacije in rezervacije

Za dodatne informacije in rezervacije pišite na e-naslov: hvar2010@gmail.com. Informacije na: 041 770 120, vsak delavnik med 9. in 13. uro. Vaša rezervacija bo potrjena z nakazilom avansa 100 EUR.

Hormonski motilci so sintetične kemikalije, ki zmedejo komunikacijo nevroendokrinega sistema, motnje v razvoju fetusa, sesutje imunskega sistema, uničijo plodnost in sekundarne moške spolne znake, posredno sprožajo rakava obolenja ter upad inteligentnosti in ustvarjalnosti. Moški duhovno ne dozori in ostanejo „mamini sinčki“ (mamoni) ter nevarni družbeni psihopati, zato se družba dramatično spreminja. HDC na fetus prehajajo iz kontaminirane matere prek placente in na dojenčka z materinim mlekom. Kje se HDC nahajajo in kako zmanjšati tveganja? Predava: Anton Komat. Prispevek je 4 EUR.

Organizira: Klub CDK, Nova Gorica.

ČETRTEK, 18. APRIL

NOV PRISTOP V PREHRANSKIH DOPOLNILIH – TERRANOVINA SINERGIJA

Bio trgovina BIOVAN, Valvasorjeva 40, Maribor, ob 17. uri

Izboljšanje sinergijskega okolja v telesu je ključno za največji izkoristek prehranskega dopolnila. Zaradi svojega močnega sinergijskega vpliva igrajo sveže, z zamrzovanjem sušene rastline v vsakem Terranovinem prehranskem dopolnilu Magnifood dejavno vlogo. Številni rastlinski dodatki in s fitonutrienti bogata živila v Terranovinih izdelkih so bodisi bio bodisi divje rasli, nabrani etično. Predava: Ana Mikuž. PROST VSTOP. Obvezne prijave na: novice@biovan.si ali na: 040 204 078.

PETEK, 19. APRIL

PREDAVANJE: DEMENCA IN ALZHEIMERJEVA BOLEZEN

Stiška Čajnica, Poljanska 6, Lj., ob 17. uri

Alzheimerjeva bolezen in demenca sta vedno večji grožnji, ki nas ogrožata v prihodnosti. Učinkovitega zdravljenja ni, prav tako bolezni ni mogoče napovedati. Vsi ti dejavniki omogočajo, da se bolezen prikrade kot nepridiprav za hrbet vsakega izmed nas. Več o obeh boleznih, načinih

preventive ter zdravlilnih zeliščih, ki se lahko uporabljajo v povezavi z njima, bo povedal farmacevt Klemen Križaj iz podjetja Sitik d.o.o. Vstopnine ni. Več informacij na www.stiskacajnica.com ali stiska.cajnica@gmail.com ter 01 320 77 68.

SOBOTA, 20. APRIL

PRAKTIČNO IZOBRAŽEVANJE

Breg pri Žirovnici, Domačija Vočne, od 16. do 19. ure

Navodila za sajenje krompirja, presajanje in piki-ranje sadik, zaščito pred čebulno muho, nabiranje regrata, oskrbo rož in zeliščnega vrta. Razdelitev kompostnih pripravkov – prinesite embalažo.

NEDELJA, 21. APRIL

TEČAJ: OKREPIMO SRCE

Ljubljana, Triglavska 22, od 16. do 20. ure

Vodi/predava: Živa Pogačnik, Dao inštruktorka. Po načelih tradicionalne kitajske medicine je srce odgovorno za jasen in zbran um, natančno usmeritev k zastavljenim ciljem, dober spomin, artikulirano komunikacijo, ostre čute ter visoko zavedanje svojega telesa in uma. Okrepimo srce s slastnimi obroki in se poslovimo od zmedenosti, slabega spomina, nizkega pritiska, slabe prekrvavitve, nespečnosti, bolečin v prsnem košu in ostalih srčno-žilnih bolezni. Delavnica vključuje tudi akupresuro, vaje in dihalne tehnike za krepitev srca. Prispevek (bruto): 40 EUR/osebo; (upokojen-ci, študentje 35 EUR). POMEMBNO: Mesto na delavnici si zagotovite s plačilom akontacije 20 EUR ali celotnega zneska na TRR: SI56 6100 0000 4045 247. Prijave in informacije: 040 75 22 66 ali uzivaj-modao@gmail.com.

Organizira: Andrej Dolinar s.p. <http://www.uzivaj-mo.com/>.

ČETRTEK, 25. APRIL, DO NEDELJE, 28. APRIL

POSTENJE Z NARAVNIMI SOKOVI Z NUTRICISTKO KARLO KLANDER

Strunjan, Hotel Salinera

Postenje s svežimi sadnimi in zelenjavnimi sokovi, pripravljenimi z najkakovostnejšim sokovnikom. Več o programu lahko preberete na www.karla-klander.com/sl. Cena programa: 199 EUR. Cena bivanja s sokovi: 128,5 EUR na osebo v dvoposteljni sobi. Več informacij na 040 471 522 ali info@karla-klander.com.

VSAK TOREK

TRŽNICA DEMETER IN EKOLOŠKIH PRIDELKOV

Na sedežu Društva, Podrečje 10, Domžale, med 16. in 18. uro



ČETRTEK, 25. APRIL**NARAVNA TEKOČA MILA, ŠAMPONI, PENEČE KOPALNE BOMBE IN MASAŽNE PLOŠČICE****GEP-ART (Naravna darila EMMA), Mala vas 29, Ljubljana Bežigrad, od 17. do 20. ure**

Ročno izdelani in 100 % naravni kozmetični pripravki, obogateni z zelišči, so zdravju in okolju prijazni, blagodejno delujejo na našo kožo in predstavljajo čudovito osebno darilo ali izvirno idejo za posel. Zato vas vabimo na ustvarjalno in predvsem uporabno delavnico, kjer se boste naučili izdelati naravna tekoča mila, šampon za lase; peneče kopalne bombe in masažne ploščice. Več informacij na www.naravna-darila.si. Prispevek: 39 EUR.

Prijave na info@naravna-darila.si ali 031/216-756, vendar le do zasedbe prostih mest.

NEDELJA, 28. APRIL**TEČAJ: OKREPIMO PLJUČA****Ljubljana, Triglavskva 22, od 16. do 20. ure**

Vodi/predava: Živa Pogačnik, Dao inštruktorica. Z zdravjem pljuč in debelega črevesa so povezane težave z imunskim sistemom, sinusi, vsesplošno telesno šibkostjo, kratkim dihom, daljšimi obdobji žalosti, preobčutljivostjo, zaprtjem, pretirano zaprtostjo vase, ... Vse te sisteme se bomo naučili krepiti s pravilno izbiro prehrane in z ostalimi preprostimi tehnikami tradicionalne kitajske medicine (akupresura, qigong, prehrana, ...). Prispevek (bruto): 40 EUR/osebo; (upokojenci, študentje 35 EUR). POMEMBNO: Mesto na delavnici si zagotovite s plačilom akontacije 20 EUR ali celotnega zneska na TRR: SI56 6100 0000 4045 247. Prijave in infor.: 040 75 22 66 ali uzivajmodao@gmail.com.

Organizira: Andrej Dolinar s.p. <http://www.uzivajmo.com/>.

PETEK, 3. MAJ**TEČAJ KLASIČNE MASAŽE V LJUBLJANI****Higeja, Ptujška ulica 19, Ljubljana**

45-urni tečaj v organizaciji Higeje, šole za maserje in terapevte, poteka med vikendom. Predavatelj na tečaju bo Jure Tušek, manualni terapevt in osteopat.

Diploma iz usposabljanja omogoča tudi pridobitev nacionalne poklicne kvalifikacije (NPK) maser.

Cena celotnega tečaja je 550 EUR. **Prijavite se lahko do 30. aprila.** Prijave in info na tel. št.: 01 54 63 201, GSM: 041 540 942, www.higeja.si.

PETEK, 3. MAJ**TEČAJ KLASIČNE MASAŽE V KOPRU****Higeja, Dijaški dom Koper, Cankarjeva ulica 5, Koper**

45-urni tečaj v organizaciji Higeje, šole za maserje in terapevte, poteka med vikendom. Predavatelj na tečaju bo Jure Tušek, manualni terapevt in osteopat. Cena celotnega tečaja je 550 EUR. **Prijavite se lahko do 30. aprila 2013.** Prijave in informacije na tel. št.: 01 54 63 201, GSM: 041 540 942, www.higeja.si.

SOBOTA, 4. MAJ**STROKOVNI IZLET NA DOMAČIJO PREDAVATELJA EDVINA TOMAŽIČA****Zbor pred Čebelarskim centrom ČRIC (Rožna dolina), Lesce, ob 7. uri**

Vabljeni na poučni obisk bio-dinamične kmetije blizu Rogaške Slatine, kjer bomo lahko spremljali obrezovanje sadnega drevja, vinograda, delo na vrtu in delo z živalmi. Sledila bo pogostitev. Cena izleta (avtobus, predavanje in pogostitev): 27 EUR. Število udeležencev je omejeno. Prijavite se lahko do 25. aprila 2013. Prijave zbira Silva Pisek na tel. št.: 041 625 454.

**TOREK, 7. MAJ****KAKO »BRATI« NARAVO?****Dravograd, OŠ Dravograd, ob 18. uri**

Od kod prihaja naše znanje o rastlinah? Smo ga pridobili le z branjem knjig in analitično znanostjo? Kako pa so ga pridobivali tisti, ki so živeli v časih brez interneta, knjižnic in laboratorijev?

Ali lahko še danes rastline „beremo“ neposredno – le z opazovanjem in s čutenjem? Kako rastline govorijo in kako jih poslušati? Ali lahko to počnejo le nadarjeni izbranci ali pa je to dostopno vsem? Danes vse več slišimo o „učenju s srcem“ – ali je to le poetični opis ali pa je srce resnično organ, ki ga lahko uporabimo za spoznavanje sveta, ki nas obkroža? Predavala bo Sanja Lončar.

Organizira: Društvo Ajda Koroška.

Več dogodkov in podrobnejše opise preberite v koledarju dogodkov na www.zazdravje.net.

Preverjene naravne rešitve kmalu (zares) ...

Nekateri že težko pričakujete naše napovedane knjižice Preverjene naravne rešitve. Delamo na tem s polnim zagonom, le dnevi so nekako prekratki za vse, kar smo si zastavili. Vmes se knjižice debelijo in so se zaenkrat ustavile pri obsegu stostranskih žepnic. (Vedeli smo, da tega ne znamo narediti na hitro in enostavno, zato nas pa tudi berete, mar ne?)

Dolgo smo premišljevali, katerim temam bi dali prednost, in nazadnje smo se odločili, da v prvem krogu (kar pomeni pred poletjem) pripravimo tri žepnice **Preverjene naravne rešitve** z naslednjimi naslovi:



Obvladajte kandido

Te knjižice boste veseli vsi tisti, ki že nekaj let čakate na ponatis knjige Resnice in zmote o kandidi. Ugotovili smo, da je ne moremo le dopolniti. Zato smo se je lotili na novo, v skladu s sedemletnimi izkušnjami, ki so se nabrale od objave te knjige. Kaj je novega na področju diagnostike in zdravljenja? Kaj so naredili tisti, ki so težave s kandido trajno odpravili?



Uživajte v naravi brez strahu pred klopi

Lačni smo narave ... In določena bitja v naravi so prav tako lačna. Da ne bo naše srečanje z bitji narave neprijetno ali celo nevarno, bo mnogim v pomoč knjižica, ki vam bo odkrila presenetljiva dejstva o klopah, kako jih odgnati in varno odstranjevati.

In še odlična novica, da narava pozna naravno zdravilo tudi proti tako nevarni bolezni, kot je borelija. Kar je najbolj zanimivo, gre za preprosto zdravilo, ki si ga lahko pripravite tudi sami.



Uravnavajte ščitnico

Čas, v katerem živimo, dodobra načenja naš hormonski sistem. Vse več je radioaktivnega sevanja, vse več je hormonskih motilcev v hrani, čistilih, kozmetiki, zdravilih, vse več je težkih kovin ...

... Pravo čudo je, da nekaterim ščitnica še vedno dela normalno. Ker se s težavami s ščitnico srečuje (ali se bo) vse več ljudi, bo prva takšna zakladnica naravnih rešitev mnogim v pomoč.

Veseli bomo tudi vaših predlogov, katerih naravnih rešitev naj se prednostno lotimo. Svoje predloge pošljite na naslov založbe Jasno in glasno d.o.o. info@jasnoinglasno.si.





Novi mediji za nove čase

Veliko ljudi živi v iluziji, da mediji poročajo o tistem, kar se dogaja, in da razmerje med velikostjo novic odraža dejansko stanje pomembnosti dogodkov. Pa je ravno obratno.

Večina medijev največ svojega prostora posveča temam, ki bodo najmanj vplivale na kakovost vsakega življenja (politične afere, zgodbe iz sveta slavnih, črna kronika, stanje na borzah, ...).

Če vemo, kako je bilo, pa ne moremo, da ne bi opazili novega vetra v mnogih medijih.

Kolegi na nacionalni televiziji in radiju se vse bolj pogosto in temeljito lotevajo tem samoskrbe, nevladnih organizacij, zdravja in pravic državljanov.

Pred dobrim letom je v nemogočih okoliščinah (Ali se še spomnite stečaja podjetja Delo Revije?) nastala revija **Pomagaj si sam**, ki vztrajno služi vsem, ki so se odločili vzeti svoje življenje v svoje roke.

Ker se vse več Slovencev odloča za lastno pridelavo sadja, zelenjave ali celo živinorejo v manjšem obsegu, nam je v veliko pomoč, da imamo revije, kakršna je **Rože in Vrt**. Koncept revije, ki ne sledi globalnim trendom, temveč lokalnim potrebam, in je najbolj brana v Sloveniji na tem področju, je dokaz, da globalno nikoli ne more ponuditi več od lokalnega.

Še en dokaz moči lokalnega povezovanja in „služenja potrebam bralcev“ je revija kluba **Gaia**, ki deluje od leta 1994 in združuje že 27.000 članov.

Pred kratkim smo dobili še eno revijo, ki bo namenjena izključno sonaravnemu pridelavi – **Biobrazda**.

Ta revija ni nastala v okviru medijskih hiš, temveč prinaša znanja neposredno iz rok tistih, ki se že 20 let ukvarjajo s kompostiranjem, z vermikulturo in s potrebami vrtičkarjev. K sodelovanju so povabili tudi vodilne strokovnjake s področja ekološkega vrtnarjenja, zato lahko rečemo, da bo revija rasla na pravih tleh. Revija je trenutno zastavljena kot trimesečnik, vendar upamo, da bo želja po znanju vseh, ki se vračajo k lastni pridelavi, spodbudila uredništvo k še bolj rednemu izhajanju.

Novi veter je zapihal tudi v **Vivi**. Od novega leta naprej lahko beremo precej prenovljeno, družbeno angažirano in pozitivno naravnano VIVO – revijo za boljše življenje. Tudi Viva je revija, ki je samorastnik in ni nastala po globalnih recepturah. Je še en dokaz, da globalizacija v Sloveniji ne bo zmagala.

In na koncu naj vam zaupamo največje presenečenje. Kdo bi si mislil, da se bo tudi uredništvo Financ odločilo za revijo, v kateri bomo brali o biodinamiki, samooskrbi, semenih in zdravi prehrani. Nova revija **Stotka** je trenutno na razpolago kot brezplačnik.

Če se že dolgo izogibate kioskom, ker tam ni bilo veliko pametnega prebrati, je morda čas, da odkrijete, da se spremembe dogajajo tudi tam. Če seštejemo dosego vseh navedenih medijev in prištejemo še svojih 40.000 izvodov, lahko rečemo, da novi val informacij trka že na vsaka druga vrata v Sloveniji.



KNJIŽNI KLUB
PRIMUS

PRIMUS

www.primus.si
tel: 07 / 496 55 05,
delavniki med
9. in 15. uro

*izBrane knjige za osebno rast in
zdravje po klubskih cenah!*

Le dejanja štejejo

Vodo moramo zaščititi

„Naravni viri so največje državotvorno vprašanje. Tam, kjer so jih privatizirali, se je v večini primerov na koncu izkazalo, da je bilo to v dobro kapitala ter v škodo države in ljudi. Primeri prevzema vodne distribucije, železnice, oskrbe z elektriko in drugih državnih podjetij v zasebne roke nazadnje pripeljejo do slabšega vzdrževanja in višjih stroškov za državljane.

Zdaj, ko imamo pred seboj dovolj primerov, kako je to potekalo drugje, moramo storiti vse, da zaščitimo svoje vire pred takšnimi prevzemi.

Pri tem postaja jasno, da ni dovolj zaščititi vodo oziroma izvir. Zato bomo predlagali zakon, ki ne bo ščitil zgolj vira, temveč tudi pravico državljana, da dobi pitno in kakovostno vodo že iz vodovodne pipe.“



Magister Dejan Židan (na sredini) na slavnostni prireditvi Štafete semen.

Vse, o čemer je govoril magister Židan, si lahko ogledate v odličnem dokumentarnem filmu CATASTROIKA, ki so ga prostovoljci prevedli v slovenščino in opremili s podnapisi.

**VRNITE VODI NJENO
NARAVNO ENERGIJO.**

**IN VODA JO BO
VRNILA VAM.**



Natures Design
Samo za vas: Darilo in ugodnosti na
www.oblikennarave.si/zazdravje
T: 068 131 992 Tudi v specializiranih trgovinah.

Do zdaj je zbranih 1.301.068 podpisov

Pravo vprašanje ni, koliko jih je, temveč ali je tudi vaš med njimi. Sistem preštevanja in državnih kvot je takšen, da je težko reči, ali zbrani glasovi izpolnjujejo birokratsko postavljene pogoje. Kot smo že pisali, če jih v Sloveniji zberemo 5.900 namesto potrebnih 6.000, se niti eden ne bo priznal v skupnem seštevku. In kar je zelo zanimivo, do zadnjega dne ne bomo vedeli, koliko podpisov je iz katere države. **ZATO: Če je še niste, vas prosimo, da peticijo nemudoma podpišete na <http://www.right2water.eu/>.**

In še več. Zagotovo bo vsak, ki mu boste to predlagali, pripravljen podpisati takšno peticijo. Niso pa vsi večji uporabe računalnika. Čas je, da mladi in stari združimo moči za prihodnost, v kateri ne bomo žejni.

Potrebne podatke za vnos v računalnik lahko zberete tudi v pisni obliki in jih nato vnesete v računalnik.

Za izpolnitev peticije je potrebno vpisati številko in vrsto osebnega dokumenta, ime, priimek, datum rojstva, kraj rojstva in državljanstvo osebe, ki želi podpreti peticijo.

Verjemite, da bodo vaša mama, babica, dedek, sosed za, le povprašati jih morate.

Novi center dogajanja



V Lendavi, na glavni ulici 48 je začela delovati **Sofija medgeneracijska hiša** v kateri se toliko dogaja, da bi le seznam njihovih dogodkov zasedel dve strani naših novic (objavili smo ga na www.zazdravje.net). Zagotovo vredno ogleda, sodelovanja in vaše pozornosti.

Za dodatne informacije jih pokličite na 070 441 654, e-pošti: sofija.lendava@gmail.com, internetu: www.facebook.com/sofija.medgeneracijskahisa in www.zelenimeditij.si.





Tehnologija zdrave prehrane.

5. in 6. aprila se odpira CENTER EKO365 na Runkovi 2, nasproti Kina Šiška v Ljubljani. Obiščite prodajno pripomočkov za zdravo prehrano in življenjski slog (sokovniki, blenderji, dehidratorji, mlini, kosmičniki, vodni filtri, blazine za jogo, čiščenje brez čistil, recikliranje), testni center, predavalnico/učilnico ter kolonohidroterapijo.

Vrhunski aparati, ki jih poznate iz www.eujuicers.si, www.excaliburdehidrator.si ter www.mojmlin.si in še mnogo več. Če ste v dvomih, si pripomočke lahko v EKO365 ogledate, razstavite, preizkusite in primerjate.

zelena trgovina

NAJVEČJA TRGOVINA
V SODELOVANJU Z NARAVO

Ste vedeli, da konvencionalna ležišča vsebujejo formaldehid, pesticide, herbicide in insekticide?



EDINI izdelki za spanje v Sloveniji,
ki so od semena do
produkta izdelani brez
škodljivih kemikalij!

Odgovorno do zdravja in okolja.

Ležišče eko latex 329,90€ 280,15€ + DARILO

LJUBLJANA BTC HALA A-klet tel: 01/ 810 90 32
Pon.-sob. 9.00-20.00 info@zelenatrgovina.si

KUPON ZA DARILO le do 30.4.2013

15% popusta + 50€

DARILNI bon za 50€ za nakup izdelkov po vaši želji -
preverite ponudbo na www.zelenatrgovina.si

Kupon velja le ob predložitvi in ob nakupu ležišča.
Ugodna ponudba velja le za bralce teh novic.

NOVO
V MARIBORU, Valvasorjeva 40

BIO TRGOVINA

vse za telo, um in duha!

Biovan, d.o.o. | www.biovan.si | 040/20 40 78

**10%
POPUST**

Izrežite ta oglas in
ga prinesite v
trgovino – priznamo
vam 10% popust na
cel nakup.



BIOVAN

biotrgovina biovan

Bi želeli prejemati naše novice?



Finančna sredstva nam ne omogočajo pokrivanja stroškov pošiljanja na individualne naslove. Če bi želeli naše novice prejemati na dom, prosimo za prispevek, ki ga nakažete na:

TRR: 0201 1025 5748 080

IBAN: SI 56 0201 1025 5748 080

BIC BANKE: LJBAS12X

KODA NAMENA: OTHR

Prejemnik: Društvo Ognjič, Zapotok 54,
1292 Ig

Namen plačila: Prispevek za obveščanje

Sklic: datum plačila (npr.: 01032013)

Priporočamo se za 7 EUR (letna naročnina, 10 številok) ali več. Vsak prispevek (tudi manjši) nam pride prav, da lahko še naprej širimo mrežo vrtcev, šol, novinarjev, zdravstvenih ustanov in drugih, ki jim pošiljamo naše novice. Prispevke lahko pošljete tudi v obliki poštne znamke A.

POMEMBNO:

V kolikor plačnik ne bo tudi prejemnik novic (kjer bo plačano za več prejemnikov ali če plačnik plača znesek za drugega prejemnika novic), nam točne podatke, kam naj pošljemo novice, sporočite po pošti, e-pošti (posljite.novice@gmail.com) ali nas pokličite ob delovnikih med 9. in 13. uro na 041 770 120.

Prispevke, za katere ne bomo dobili nobenih dodatnih napotkov, bomo obravnavali kot donacije.

Težave s krčnimi žilami? Sveža moč narave pomaga!

NARAVNO IN
UČINKOVITO



le 2 tableti dnevno

A. Vogel

Zdravilo Venaforce® tablete z izvlečkom svežega divjega kostanja.

- Zdravi težave pri krčnih žilah in oteklih, težkih ter bolečih nogah.
- Krepi vene in izboljšuje venski obtok v nogah.
- Je registrirano, klinično preizkušeno zdravilo rastlinskega izvora, ki ga uporabniki dobro prenašajo.

Za nego nog priporočamo sočasno uporabo Venegel-a z izvlečkom divjega kostanja.

Zdravilo Venaforce je na voljo brez recepta v lekarnah in specializiranih prodajalnah. Pred uporabo natančno preberite priloženo navodilo. O tveganju in neželenih učinkih se posvetujte z zdravnikom ali farmacevtom.

Da, želim prejeti brezplačen
Mali vodnik za zdrave vene.

Ime, priimek

Naslov in pošta

E-naslov

Farmedica d.o.o., Leskoškova 12, 1000 Ljubljana.
"Mali vodnik" lahko naročite tudi po telefonu:
01.5240216 ali na naslov nasveti@farmedica.si

Številka za zdravilje, dovoljena in narave

Proizvajala: Bioforce AG, Švica

www.avogel.si, www.farmedica.si