

A close-up photograph of tall, thin grasses, possibly reeds or sedges, with water droplets on their blades, creating a misty and textured background.

Kaj se sploh spodobi? Da navzven delujemo močni, neomajni in kos vsakemu bremenu, ali da si priznamo, ko nam je težko? Kmetje s(m)o vajeni skrbeti za zemljo, živali in pridelek, pogosto pa pozabimo poskrbeti zase. Težave, o katerih ne govorimo, ne izginejo. Le eskalirajo.

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

Farming Resilience, irski primer dobre prakse za krepitev duševnega zdravja kmetov

Farming Resilience je program, namenjen krepitevi duševnega zdravja in splošnega dobrega počutja kmetov. Pobudo, ki prihaja iz Irske, sta razvila Teagasc, nacionalna ustanova za raziskave, izobraževanje in svetovanje v kmetijstvu, ter Irsko kmetijsko združenje (Irish Farming Association). **Program je zasnovan kot spletna stran, ki kmetom ponuja enostavno dostopne, praktične in njim prilagojene vsebine.**

[Preberite članek v celoti](#)



Podcasti projekta Polja Moči

Izšel je nov podcast na projektu Polja Moči - pogovor s specializantko psihoterapije **Izo Valič** in psihologinjo ter psihoterapevtko **dr. Nušo Kovačević Tojnko**. Med pogovorom z Danom Podjedom sta govorili o izkušnjah v psihoterapevtski ambulanti, pomembnosti duševnega zdravja na kmetijah in podeželju ter lastnih izkušnjah in povezavah s kmečkim življenjem.



[Oglej si podcast](#)

Napovednik dogodkov

Torek, 9.6.2026 ob 20.00

SPLETNI SEMINAR: VPLIV UMETNE INTELIGENCE ZA/NA KMETE

Digitalizacija kmetijstva: med obljubo razbremenitve, digitalnim stresom in novimi oblikami odvisnosti
Dino Manzoni, Družbenomedicinski inštitut ZRC SAZU

V času umetne inteligence vlagajte v troje: glavo, srce in roke
dr. Dan Podjed, Inštitut za slovensko narodopisje ZRC SAZU

Korenine preteklosti, orodja prihodnosti - Umetna inteligenca na domači kmetiji
Domen Benčina, Kmetija Pr'Birtovih



SPLETNA PLATFORMA ZOOM



[Prijava na spletni seminar](#)

Delavnice v okviru projekta PoljaMoči trajajo 90 minut in so za udeležence popolnoma brezplačne. Izvajajo jih sodelavci Družbenomedicinskega inštituta ZRC SAZU in Inštituta Karakter. Udeleženci delavnice prejmejo tudi uporabna promocijsko izobraževalna gradiva. Naslednje delavnice bodo:

Delavnica: **Ko je na kmetiji pretežko: prepoznavanje duševnih stisk**

Datum: **8. junij 2026** ob 12h

Lokacija: **Hiša EU, Dunajska cesta 20, 1000 Ljubljana**

Delavnici: **Od zore do mraka – kje je meja: o izgorelosti na kmetiji** ter **Ko je na kmetiji pretežko: prepoznavanje duševnih stisk**

Datum: **22. junij 2026** ob 18h

Lokacija: **De Adami, Zalošče 12b, 5294 Dornberk**

Obe delavnici bosta izvedeni tudi preko spleta:

Datuma: **17. junij 2026** in **18. junij 2026** ob 20h

Lokacija: **ZOOM**

[Prijava na delavnice](#)