

S ponosom vas pozivamo na

edukativni izlet na Lipu

Željko Sobotka:
Branje i upotreba ljekovitog bilja
naših planinskih krajeva

12. kolovoza 2017.

Okupljanje sudionika ispred crkve u Planini Donjoj u 10.30 sati. Autobus broj 262 iz Dupca polazi u 9:35 sati. Prema domu na Lipi hodati ćemo markiranom planinarskom stazom sa zaustavljanjima na staništima ljekovitog bilja prema uputama našeg stručnog vodiča Željka Sobotke. Planirani dolazak do doma je oko 12.30 sati. Nakon odmora, u 13.00 sati u Kapeli će početi stručno predavanje Željka Sobotke. Nakon predavanja, vratiti ćemo se u dom na degustaciju čaja od usput ubranog bilja te na ručak i druženje.

Povratak s Lipe neće biti organiziran.

Izlet se sastoji od dva dijela:

- praktičnog: tijekom uspona do doma, kad se naiđe na karakteristične primjerke ljekovitog bilja, biti ćemo upoznati kako prepoznati dotičnu biljku, kako ju ubrati, kako s njom postupati prilikom sušenja i pripreme za upotrebu;
- teoretskog: na predavanju o ekobiotičkoj prehrani ćemo naučiti kako steći i održavati idealnu težinu i zdravlje pravilnim korištenjem namirnica biljnog porijekla.



Izlet je lagan i poučan. Uz opuštajuće druženje te malo pažnje i znatiželje, doći ćemo do novih spoznaja koje su primjenjive i u svakodnevnom životu.

Željko Sobotka, osnivač i voditelj društva „Ljekovita biljka“ iz Zagreba, već dugi niz godina se bavi prenošenjem znanja i ljubavi prema ljekovitom bilju.

Izlet je besplatan.

Preporuča se klasična ljetna planinarska odjeća. Prehrana ili iz ruksaka ili u domu na Lipi.

Prijave za izlet su obavezne i podnose se organizatorima događanja:

Višnja Franković, mob. 099-1924754, e-mail: visnja.frankovic1961@gmail.com

Zdravko Bartolić, mob. 099/2780040, e mail: zbazzie@gmail.com

U Planine Svjesno!