

A kert hív a kertészkedésre



Az aktív kertészkedés nem fő célja a kertterápiának. A kertészkedésnek megvan a maga haszna a fizikai rehabilitációban, de az ember és a növény közötti kölcsönhatás önmagában is terápiás hatású lehet. Kertészkedés közben a növényekkel való érintkezés, szükségleteik érzékelése segíti a saját emberi szükségleteink érzékelését is. Felelősséget és türelmet tanulhatunk, és azal, hogy tudunk növényt, virágágyást, kertet gondozni, bátorságot és önbizalmat nyerünk. Fejleszthetjük az öngondoskodást és a különböző munkakészségeket megfelelő tevékenységek megválasztásával.

↓ A beültetett konténerok is elegendőek a növényekkel való érintkezéshez. Szűk helyen is megfigyelhetjük növekedésüket és gondoskodhatunk róluk.



↓ A kert egész évben tevékenységeket kínál. Például a tavasz az előkészületek, a felkészülés ideje, a virágágyások tervezésétől a vetésen át a kiültetésig aztán a nyári gyógynövénygyűjtés ideje jön el, ...majd az őszi betakarításé,...



↑ A kertterápiában részesülők eltérő igényekkel és korlátokkal bírnak. Ez alapján kell megválasztanunk számukra a megfelelő kertészeti tevékenységekben használt eszközöket is. Ezek lehetnek emelt vagy magaságyások, ergonomikus, praktikus méretű szerszámok.



← A kis- és nagymozgásos készségeket is csak finom módszerekkel fejlesztjük. A tevékenységben való részvétel a pácienssel átmenetileg elfeledteti egészségügyi korlátait.

