

A kert átmozgat

A mozgás az ember természetes állapota. Az életben azonban előfordulhat sérülés, egészségromlás, vagy akár veleszületett mozgáskorlátozottság. A kert a mozgási képességek támogatására is használható: sétálásra csábít, hogy megfigyeljük, mi nőtt, mi virágzott, mi érett. A kertészeti tevékenység is jótékony, hasznosmozgásforma. Mind ezen túl a friss levegőn tornázni is lehet.

↓ Gyakorlólépcső az idők motorikus készségeinek fenntartására a PBZ Retz gondozási központban (Ausztria).

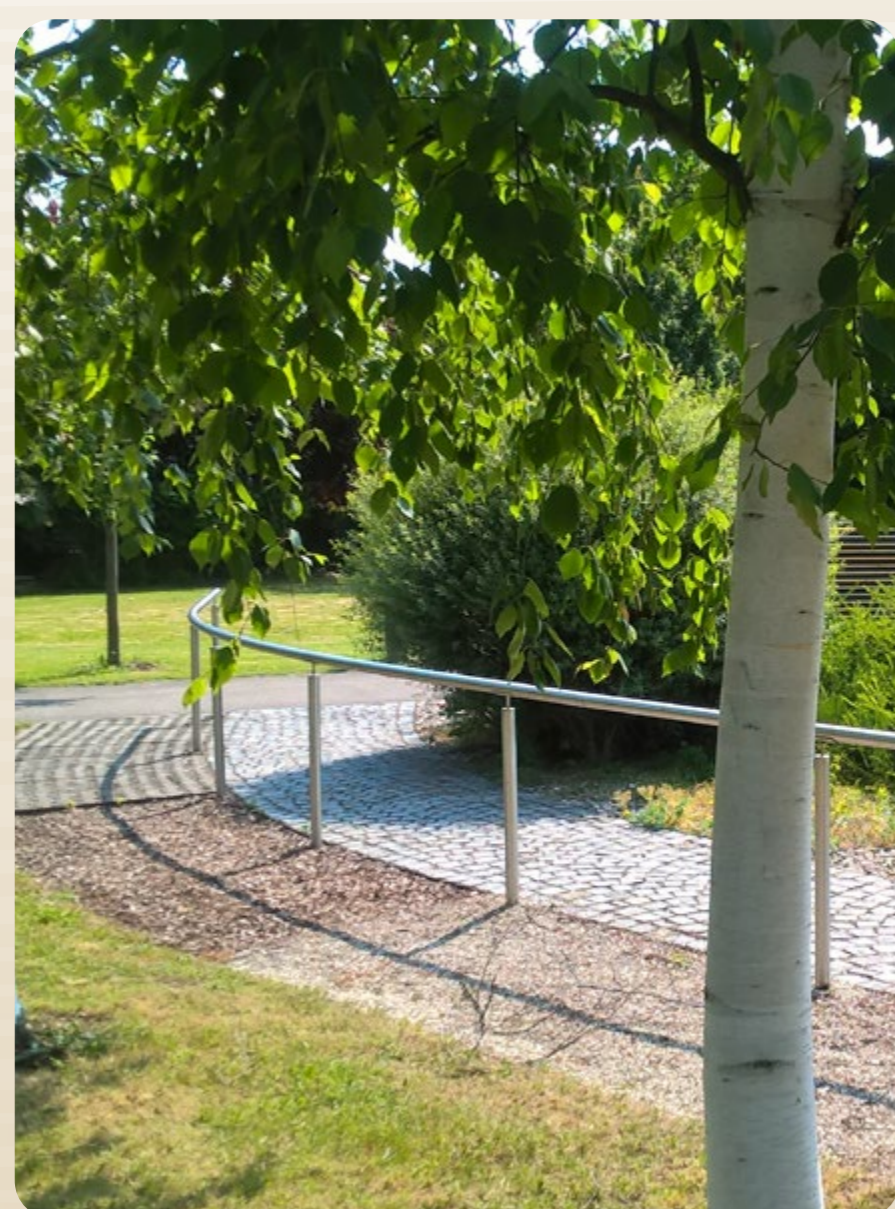


↑ A kert természetes módon kínál egyensúlyozási helyzeteket. Egyensúlyfejlesztő elemeket tudatosan is elhelyezhetünk egy terápiás kertben a gyermekek örömeire. Eko-centrum SOSNA, Hernádszentiván, Szlovákia



↑ Klasszikus társasjátékokat is lehet játszani a szabadban, olyanokat, mint a sakk vagy a "Ki nevet a végén?" The University Hospital Brno (Czechia)

↓ A mozgás és a szabadban való tartózkodás nagyon fontos a gyermekek fejlődése és az életben szükséges képességek fejlesztése szempontjából. Még az egyszerű kerti feladatok is együttműködésre kényszerítik a két agyféltekét.



↑ Mozgáskorlátozottak számára korláttal és pihenőhelyekkel teszik biztonságosabbá a kerti ösvényeket. Egyes tevékenységek meglepőek lehetnek. Más lehetőségeket ismerünk meg, és nyitottak leszünk valami új kipróbálására is.

