



Co-funded by  
the European Union

ΜΑΪΟΣ 22 • ΤΕΥΧΟΣ #1

# HEALING gardener

[www.healinggardener.eu](http://www.healinggardener.eu)





# ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ



## ΣΕΛΙΔΑ 3

### *ΛΟΓΙΑ ΑΠΟ ΤΟΝ ΣΥΝΤΑΚΤΗ*

Η προέλευση του έργου Θεραπευτικής Κηπουρικής (HealingGardener)

## ΣΕΛΙΔΑ 4

### *ΤΙ ΕΙΝΑΙ Η ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΚΗΠΟΥΡΙΚΗ;*

Παρουσίαση κάποιων δραστηριοτήτων που θα πραγματοποιηθούν την επόμενη διετία

## ΣΕΛΙΔΑ 7

### *ΓΝΩΡΙΜΙΑ ΜΕ ΤΗΝ ΟΜΑΔΑ ΤΗΣ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗΣ ΚΗΠΟΥΡΙΚΗΣ*

Ένα από τα πρώτα μας βήματα ήταν να συναντηθούμε και να συζητήσουμε για το πώς θα οργανώσουμε τη δουλειά που έχουμε να κάνουμε



Co-funded by  
the European Union



# ΛΟΓΙΑ ΑΠΟ ΤΟΝ ΣΥΝΤΑΚΤΗ



Η σύνδεσή μας με τη φύση είναι άρρηκτη. Αν και μπορεί να πιστεύουμε ότι η ζωή στις πόλεις έχει αποδυναμώσει τον δεσμό, αυτή η μαγική και ζωντανή σύνδεση εξακολουθεί να υπάρχει. Υπάρχουν πολλές μελέτες που υποστηρίζουν ότι το να περιβάλλουμε τους εαυτούς μας με φύση μας φέρνει οφέλη, τόσο σωματικά όσο και ψυχικά. Εμείς, η ομάδα της Θεραπευτικής Κηπουρικής, το πιστεύουμε ακράδαντα, καθώς αυτή η πρωτοβουλία αποτελεί σαφές παράδειγμα των πλεονεκτημάτων που μπορούμε να απολαύσουμε απλώς και μόνο με μια ζωή πιο κοντά στη φύση.

Η φύση μας αναγκάζει να επιβραδύνουμε την ξέφρενη καθημερινότητά μας. Μας κάνει να βλέπουμε τον κόσμο από άλλη οπτική γωνία, με πιο αργό ρυθμό, όπου όλα έχουν τον χρόνο τους να υπάρχουν. Μας βοηθά να αποδεχθούμε την πραγματικότητα όπως είναι, όμως μας ενθαρρύνει να δουλέψουμε για να συνεχίσουμε να τη βελτιώνουμε.

Όλα αυτά ήταν η έμπνευση για τη γέννηση του έργου Θεραπευτικής Κηπουρικής.



# ΤΙ ΕΊΝΑΙ Η ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΚΗΠΟΥΡΙΚΗ?

Η Θεραπευτική Κηπουρική είναι ένα Ευρωπαϊκό πρόγραμμα με συγχρηματοδότηση από το πρόγραμμα Erasmus+ (Αριθμός Σύμβασης: 2021-1-ES01-KA220-ADU-000030259), το οποίο ξεκίνησε φέτος και θα διαρκέσει μέχρι το τέλος του 2023. Με αυτή την πρωτοβουλία θα σχεδιάσουμε ένα εκπαιδευτικό πρόγραμμα για την κατάρτιση ατόμων με διάφορες αναπηρίες, ώστε να είναι σε θέση να δημιουργήσουν και να διατηρήσουν έναν θεραπευτικό κήπο.

Οι συμμετέχοντες θα μάθουν τα βασικά σημεία του «Βίο-φιλικού σχεδιασμού» όπως την ενσωμάτωση φυσικών στοιχείων στην καθημερινή ζωή για τη βελτίωση της ευεξίας. Μέσω της μεθοδολογίας «πρακτικής μάθησης» και κατά τη διάρκεια ενός ολόκληρου έτους, θα εργαστούν για να δημιουργήσουν έναν θεραπευτικό κήπο τον οποίο θα χρησιμοποιήσουν οι φορείς για θεραπευτικούς σκοπούς και για την προώθηση της υγείας και της ευεξίας. Έτσι, οι συμμετέχοντες στο πρόγραμμα θα έχουν μια μοναδική ευκαιρία να βοηθήσουν άλλα άτομα επίσης με ανάγκες, δημιουργώντας ένα χρήσιμο και καινοτόμο εργαλείο πράσινης φροντίδας, το οποίο θα υπάρχει στις εγκαταστάσεις των φορέων και μελλοντικά.

***Η φύση είναι ένα σημαντικό κομμάτι όλων μας***







κέντρα φροντίδας και υγείας, τους χώρους εργασίας κ.λπ. Επιπλέον, οι συμμετέχοντες θα λάβουν εκπαίδευση για να γίνουν επίσημοι ξεναγοί των κήπων, αποτελώντας τους καλύτερους πρεσβευτές για την προβολή αυτού του καινοτόμου εργαλείου. Οι επισκέψεις στους κήπους δεν θα είναι μόνο δια ζώσης αλλά και εικονικές: οι συμμετέχοντες του προγράμματος θα σχεδιάσουν και θα υλοποιήσουν μερικές εικονικές ξεναγήσεις στους κήπους, ώστε όλοι να μπορούν να απολαύσουν τους κήπους, όπου κι αν βρίσκονται!

Η πανδημία του COVID, εκτός από πολλές άλλες αλλαγές, προκάλεσε και μια νέα ανάγκη: να προσφέρονται ανοιχτά εκπαιδευτικά και θεραπευτικά περιβάλλοντα τα οποία διασφαλίζουν την ασφάλεια των συμμετεχόντων. Ας εκμεταλλευτούμε αυτή την ευκαιρία για να δημιουργήσουμε μια νέα έννοια της «τάξης». Ένα σημείο συνάντησης που προσφέρει έναν νέο ορίζοντα στους μαθητές και χρήστες των υπηρεσιών, παρακινώντας τους να προχωρήσουν στην επίτευξη των στόχων τους. Επιπλέον, θα δημιουργήσουμε έναν Οδηγό Χρήσης για το πώς μπορεί να αξιοποιηθεί στο έπακρο ο κήπος ως πηγή ευεξίας.

Είμαστε πέντε οργανισμοί από την Ισπανία, τη Γερμανία, την Ελλάδα και τη Λιθουανία που συνεργαζόμαστε για να επιτύχουμε τον ίδιο στόχο: να προσφέρουμε μια ελκυστική και χρήσιμη εκπαίδευση σε ενήλικες με αναπηρίες. Συνεχίζοντας με το Ευρωπαϊκό πνεύμα, θα δημιουργήσουμε ένα Ευρωπαϊκό Δίκτυο Θεραπευτικών Κήπων, ώστε να μπορούν να διατηρήσουν επαφή οι κηπουροί και να προωθήσουν νέες βιώσιμες και θετικές πρωτοβουλίες από κοινωνική, οικονομική και περιβαλλοντική άποψη.

Για να μπορούμε να απολαμβάνουμε τα οφέλη της φύσης ακόμα και σε εσωτερικούς χώρους, σχεδιάζουμε να αναπτύξουμε ένα χαρτοφυλάκιο με προτάσεις για την ενσωμάτωση των αρχών του Βίο-φιλικού σχεδιασμού στα σπίτια, τα νοσοκομεία, τα

Ελπίζουμε ότι όλο και περισσότεροι άνθρωποι θα εξοικειώνονται με το Βίο-φιλικό σχεδιασμό, αυξάνοντας την ευαισθητοποίηση για τα οφέλη που μας φέρνει η φύση, μαθαίνοντας ότι όλοι πρέπει να τη φροντίσουμε, γιατί μόνο έτσι θα φροντίσουμε το μέλλον μας.

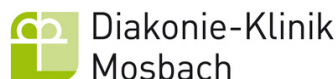
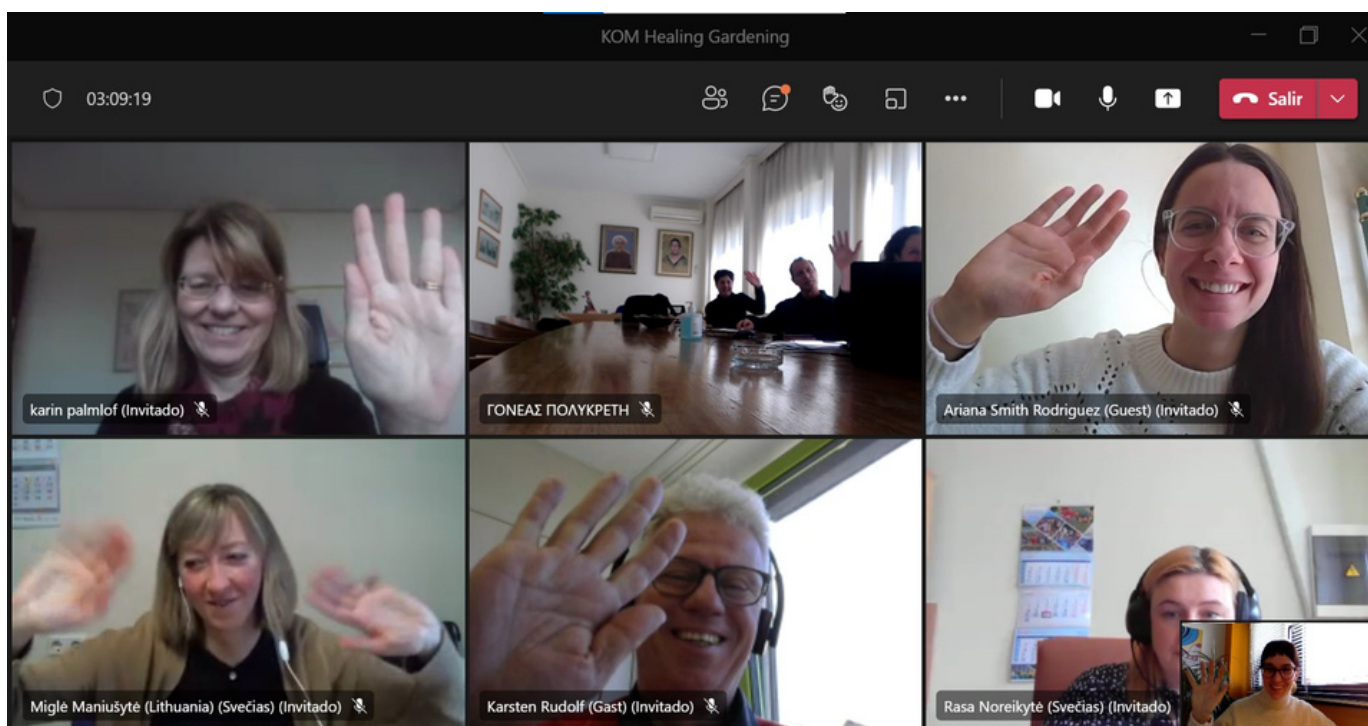
**Για την ομάδα της  
Θεραπευτικής  
Κηπουρικής, το  
πράσινο δεν είναι  
μόνο χρώμα αλλά  
στάση ζωής!**






# ΓΝΩΡΪΜΙΑ ΜΕ ΤΗΝ ΟΜΆΔΑ ΤΗΣ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗΣ ΚΗΠΟΥΡΙΚΗΣ

Στις 23 Φεβρουαρίου 2022, πραγματοποιήθηκε η πρώτη μας συνάντηση διαδικτυακά λόγω των ταξιδιωτικών περιορισμών εξ αιτίας του COVID. Για την ομάδα της Θεραπευτικής Κηπουρικής ήταν μια εξαιρετική ευκαιρία να γνωρίσουν ο ένας τον άλλον και να ανταλλάξουν προσδοκίες και ερωτήσεις σχετικά με τη δουλειά που είχαν μπροστά τους. Η ομάδα συντονίζεται από τον ισπανικό οργανισμό **“Fundación INTRAS”**, που εργάζεται κυρίως με άτομα με σοβαρά και μακροχρόνια θέματα ψυχικής υγείας. Ο οργανισμός **“Jardines Terapéuticos Palmiöf”** είναι επίσης από την Ισπανία και είναι οι ειδικοί στη θεραπευτική κηπουρική που σχεδιάζουν το πρόγραμμα κατάρτισης. Το **“Ίδρυμα Θεοτόκος”**, ένας έμπειρος οργανισμός πρόνοιας, είναι ο συνεργάτης από την Ελλάδα, με εξειδίκευση σε άτομα με νοητικές αναπτυξιακές διαταραχές και διαταραχές του αυτιστικού φάσματος. Η κλινική **“Diakonie-Klinik Mosbach”**, είναι ο συνεργάτης από τη Γερμανία, ο οποίος προσφέρει υπηρεσίες ψυχιατρικής, νευροψυχιατρικής και ψυχοθεραπείας. Το **“Valakupiai Rehabilitation Centre”**, ο τελευταίος οργανισμός που εντάχθηκε στην κοινοπραξία μας, είναι ένας δημόσιος φορέας από τη Λιθουανία που προσφέρει ιατρικές υπηρεσίες, επαγγελματική και κοινωνική αποκατάσταση σε άτομα με αναπηρίες.







# ΕΓΓΡΑΦΕΙΤΕ ΣΤΟ ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΟ ΔΕΛΤΙΟ ΤΗΣ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗΣ ΚΗΠΟΥΡΙΚΗΣ

Στείλτε ένα μήνυμα στο [Imd@intras.es](mailto:Imd@intras.es)

HEALING  
**gardener**  
WWW.HEALINGGARDENER.EU



Co-funded by  
the European Union

Η υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής για την παραγωγή αυτής της έκδοσης δεν συνιστά έγκριση του περιεχομένου το οποίο αντικατοπτρίζει μόνο τις απόψεις των συγγραφέων και η Επιτροπή δεν μπορεί να θεωρηθεί υπεύθυνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται εντός αυτής της έκδοσης.