



innowacjespoleczne.org.pl

Ogród leczy



uprawianie roślin jako forma rehabilitacji
osób poruszających się na wózkach



OGRÓD LECZY

1. Do kogo jest skierowana innowacja?

- do ośrodków rehabilitacyjnych
- do sanatoriów
- do domów pomocy społecznej i innych ośrodków opiekuńczych
- do organizacji zajmujących się pracą z osobami poruszającymi się na wózkach
- do szkół i uczelni ogrodniczych

2. Na jaki problem społeczny odpowiada?

Innowacja **Ogród leczy** odpowiada na dwa problemy. Pierwszy to ograniczenia osób poruszających się na wózkach inwalidzkich w dostępie do rehabilitacji.

Jak wynika z raportu „Badanie potrzeb osób niepełnosprawnych”, opublikowanego w maju 2017 r. na zlecenie PFRON *dostęp do rehabilitacji zdrowotnej i dodatkowych usług z nią związanych jest kluczowy dla większości osób niepełnosprawnych, w szczególności dla osób z dysfunkcją ruchu oraz z upośledzeniem umysłowym. (...) Jednocześnie jednak problemem w obszarze rehabilitacji jest niedostateczny dostęp do tego typu wsparcia – zbyt mała częstotliwość i liczba zabiegów, odległe terminy w ramach świadczeń NFZ, trudności z dostępem do lekarzy, do skierowań, zbyt rzadkie uczestnictwo w turnusach rehabilitacyjnych i leczeniu sanatoryjnym.*

W tym samym raporcie można przeczytać, że *pierwszym z problemów do przezwyciężenia na drodze do skutecznej aktywizacji zawodowej osób niepełnosprawnych jest motywacja i postawy samych osób niepełnosprawnych i zmiana podejścia do usamodzielniania się ON członków ich rodzin. Wśród osób obecnie niepracujących motywacja do podjęcia zatrudnienia jest raczej niska. Aż 37% osób biernych zawodowo wprost deklaruje, że na pewno nie podjęłoby zaoferowanej im pracy, a kolejnych 15% raczej odrzuciłoby ofertę zatrudnienia.*



fot. Jagoda Valkov

Drugi problem, z którym się mierzy innowacja, to trudność osób poruszających się na wózkach inwalidzkich w obcowaniu z przyrodą i niezajomość funkcjonowania świata flory i fauny. Dlatego budowa ogrodu społecznościowego, dostosowanego do możliwości osób z niepełnosprawnością narządów ruchów, w którym takie osoby samodzielnie uprawiają rośliny może być bardzo ważnym elementem rehabilitacji i motywacji do rozwoju osobistego i zawodowego.

3. Opis innowacji

Skąd pomysł?

Innowatorki – Jagoda Valkov i Aleksandra Pawelska, mając wykształcenie ogrodnicze zdawały sobie sprawę z tego, iż obcowanie z przyrodą i uprawa roślin może pozytywnie

wpływać na rehabilitację narządów ruchu. Wiedziały, że takich ogrodów w Polsce prawie nie ma i to zmotywowało je do podjęcia konkretnych działań – zaprojektowania ogrodu dedykowanego osobom poruszającym się na wózkach. Postanowiły połączyć swoją pasję (projektowanie ogrodów) z pożyteczną działalnością mającą na celu rehabilitację osób niepełnosprawnych fizycznie i odniosły w tym działaniu sukces. Wcześniej miały doświadczenie w prowadzeniu warsztatów ogrodniczych dla dzieci z autyzmem. Na co dzień, poza pracą projektową, innowatorki zajmują się organizacją różnego rodzaju wydarzeń kulturalno-artystycznych.

Istota innowacji

Innowacja polega na stworzeniu ogrodu hortiterapeutycznego, czyli takiego, który umożliwi osobom poruszającym się na wózkach inwalidzkich wykonywanie pracy fizycznej związanej z uprawą roślin.

Hortiterapia, czyli terapia ogrodem lub ogrodoterapia jest nowoczesną metodą terapii zajęciowej, wykorzystującej szeroko pojętą pracę z roślinami oraz bierne i czynne przebywanie w ogrodzie. Hortiterapia jest powszechnie stosowana w krajach europejskich. W 2011 r. krakowski specjalistyczny szpital dziecięcy we współpracy z ogrodem botanicznym oraz uniwersytetem rolniczym zorganizował pionierski turnus dla dzieci niepełnosprawnych ruchowo. Pierwszy terapeutyczny ogród w Polsce powstał w Toruniu, w Ośrodku Rehabilitacyjno-Opiekuńczym im. księdza Jerzego Popiełuszki. Coraz liczniejsze placówki – domy opieki, ośrodki pielęgnacyjne, ośrodki pomocy społecznej i szpitale – włączają do swoich programów hortiterapię. Korzyści z hortiterapii mogą czerpać też seniorzy, poprawiając formę fizyczną i psychiczną.

Drugim celem innowacji jest stworzenie społeczności, która wspólnie pielęgnowałaby ogród i dzieliła odpowiedzialność za jego rozwój. Z myślą o przyszłych ogrodnikach powstała strona internetowa www.ogrodleczy.com, swego rodzaju przewodnik, gdzie budowa, uprawa roślin oraz prowadzenie tego typu ogrodu zostały szczegółowo opisane.

Innowacja krok po kroku

■ Znalezienie odpowiedniego miejsca

Stworzenie ogrodu wymaga odpowiedniego miejsca. Teren powinien być łatwo dostępny i dobrze skomunikowany, tak aby osoby z niepełnosprawnościami mogły do niego dojechać. Dobrze jest, jeśli ogród może powstać na terenie instytucji, której działalność jest związana z osobami z niepełnosprawnością ruchową, np. na terenie ośrodka rehabilitacyjnego, sanatorium lub organizacji pozarządowej współpracującej z takimi osobami.

■ Tworzenie ogrodu

Tworzenie ogrodu jest wymagającym i precyzyjnym procesem. Trzeba pamiętać, aby miejsce, gdzie ma on powstać nie było za bardzo zacienione i żeby stosunkowo blisko było ujęcie wody. Ważne jest także utwardzone podłoże i drogi dojazdowe dostosowane do poruszania się na wózkach. Przestrzeń nie powinna być mniejsza niż 30 m². Budowanie ogrodu należy zacząć od inwentaryzacji istniejącego terenu, uwzględniającej istniejące już gatunki i ukształtowanie terenu.

Szczegółową instrukcję tworzenia ogrodu można pobrać na stronie internetowej www.ogrodleczy.com.

■ Budowa społeczności i pielęgnowanie ogrodu

Jednym z celów innowacji jest zbudowanie społeczności złożonej z osób z niepełnosprawnościami fizycznymi, które oprócz uprawiania ogrodu będą się czuły za niego odpowiedzialne. Społecznością i ogrodem powinien zarządzać koordynator, czuwający nad całością procesów zachodzących w ogrodzie. Na stronie internetowej projektu (www.ogrodleczy.com) znajduje się przewodnik dla koordynatora ogrodu, w którym szczegółowo są opisane jego zadania – między innymi trzymanie pieczy nad stworzeniem i funkcjonowaniem ogrodu, w tym zajmowanie się finansami, a także organizacja pracy w nim, motywowanie i integrowanie osób pracujących w ogrodzie. Koordynator musi na początku poznać potrzeby podopiecznych, tak aby dostosować pracę do ich oczekiwań. Należy pamiętać, że im lepiej uczestnicy projektu będą się czuli pracując w ogrodzie, tym większa szansa, że uda się ich zmotywować do dłuższej i regularnej współpracy.



fot. Jagoda Valkov

Projekt **Ogród leczy**, stworzony w ramach innowacji społecznych ma znaczący potencjał dla aktywizacji osób z niektórymi niepełnosprawnościami ruchu, może stanowić formę rehabilitacji, a także narzędzie podnoszące świadomość dot. potrzeb osób z niepełnosprawnościami oraz aktywności, które podejmują wykorzystując swój indywidualny potencjał. To również innowacyjne działanie na skalę kraju, ponieważ w Polsce zasadniczo nie funkcjonują tego rodzaju przedsięwzięcia, szczególnie w długoterminowej perspektywie.

Ogrody hortiterapeutyczne to nowatorska oferta aktywności dla osób z niepełnosprawnościami, którą warto rozwijać i w którą warto inwestować. Uprawianie ogrodu ma działanie terapeutyczne dla ludzi niezależnie od płci, wieku, wykształcenia czy stopnia sprawności, dlatego doceniam przedsięwzięcie, które wychodzi naprzeciw potrzebom także osób z niepełnosprawnościami. Dzięki temu mogą one rozwijać swoją pasję, spróbować nowej aktywności lub zaangażować się we wspólnotowe działanie.

Katarzyna Bierzanowska, ekspertka

Ile to kosztuje?

Koszt stworzenia ogrodu oczywiście zależy od jego wielkości i rozwiązań w nim zastosowanych, ale trzeba się spodziewać, że cena może wynieść 30-40 tys. złotych. Głównymi składowymi tego kosztu będą: projekty koncepcyjne i wykonawczy, przystosowanie terenu, budowa elementów ogrodu (rabaty), koszt zakupu roślin oraz koszt pracy robotników.

4. Kto za tym stoi?



fot. Jagoda Valkov

Jadwiga Valkov – zajmuje się projektowaniem wnętrz, scenografią oraz fotografią. Jest absolwentką Architektury Krajobrazu w Warszawie oraz scenografii i wystawiennictwa na Akademii Sztuk Pięknych w Łodzi i Akademii Fotografii w Warszawie. Aktywistka miejska. Koordynatorka dużych imprez artystycznych i wystawienniczych. Wielokrotna uczestniczka festiwalu Land-Artowych. Wspólnie z Aleksandrą Pawelską od 5 lat tworzą Wzory Targi Designu. Od września 2017 r. razem z Grzegorzem Łapanowskim organizuje Warszawski Festiwal Kulinarny.

Aleksandra Pawelska, znana jako Ola Monola, to organizatorka warszawskich imprez ekologicznych, animujących lokalną społeczność. Współtworzyła pierwsze

pchle targi w stolicy i aktywnie udziela się jako promotor ekologicznego i zdrowego trybu życia organizując warsztaty recyklingu „O!Re:Ty!”. Jest również współorganizatorką Targu Śniadaniowego – cotygodniowej inicjatywy propagującej wspólne posiłki i zakupy od lokalnych producentów.

5. Kontakty

<http://www.ogrodleczy.com>

<https://www.innowacjespoleczne.org.pl/innowacja/ogrod-leczy/>

mail: ogrodleczy@gmail.com

Tekst: Jacek Przeciszewski
Redakcja: Ewa Rościszewska
Projekt i skład: Kotbury, www.kotbury.pl
Maj 2019



Unia Europejska
Europejski Fundusz Społeczny

