

# Cílové skupiny v zahradní terapii

Výběrový kurz Úvod do zahradní terapie, 6. 4. 2018, VOŠ Jabok

Eliška Hudcová

# Starší lidé a geriatričtí pacienti I

- Domovy pro seniory, hospice, LDN, Chráněné bydlení, DOZP, nemocnice, stacionáře
- Reminiscenční techniky, biografické souvislosti od doprovázející osoby
- Venkovní i interiérová ZT (floramobil, vlastní květiny), okna do zeleně
- Přizpůsobení kolečkové židli/fyzickým možnostem klientů, bezbariérovost
- Bezpečný životní a domácí prostor zahrady, důvěra prostředí
- Orientace s doprovodnou osobou
- Zapamatovatelné prvky, stimulující prvky
- Jasně a rozpoznatelné směry a cesty

# Starší lidé a geriatřiční pacienti II

- Záliba zahradničení – pokračování předávání zkušenosti
- Pociť užitečnosti – na něčem se podílím
- Rozšíření životního prostoru
- Rytmus, koncentrace a klid
- Zdravá únava, povzbuzení smyslů
- Sociální kontakty, společné zájmy

# Lidé s demencí

- Pravidelnost a řád
- Přiměřenost aktivit, pozitivní zpětná vazba
- Kratší doba aktivit náročných na pozornost (20-45 min)
- Konkrétní úkol
- Střídání činností, podporovat tam, kde je úspěch
- Zapojení pohybu a stimulace všech smyslů
- Prožitek teď
- Reminiscence
- Adekvátní oblečení

# Lidé s psychickými obtížemi

- Zaměření na dovednosti a schopnosti, prožitek úspěchu
- Důraz na rutinu a kontinuitu – spolehlivost (sebe)jistota
- Důraz na vnímání sebe sama, posílení sebevědomí, posílení vlastní iniciativy
- Odpoutání se od vlastních problémů, zájem o okolí, odpovědnost
- Zmírnění stresu, deprese, úzkosti
- Začlenění do společnosti, lepší komunikační schopnosti
- (Psychiatrická klinika FN Brno Bohunice)

# Děti a mládež

- MŠ, ZŠ, speciální, azylové domy pro matky s dětmi, NZDM, stacionáře, ústavy náhradní výchovné péče, DOZP, rehabilitační kliniky, ozdravovny
- Fyzický pobyt venku
- Budování vztahu k přírodě do 20-30 let života
- Městské, sociální a pedagogické farmy, komunitní zahrady
- Místo uvolnění, hra, samostatnost, learning by doing, kreativita, výdrž, koncentrace, plánování, odpovědnost, koordinace pohybu, jemná a hrubá motorika, nové poznatky, sebeposílení, sociální vztahy
- Cílená a volná aktivita
- Variabilita prostoru, přírodní zahrady

# Zahrada pro děti

- Potřeba pohybu, objevování, experimenty, tvořivost, sociální vztahy, obratnost, ovládání těla, sebedůvěra
- Dřevo, hlína, voda, rostliny, pozorování zvířat, prožívání ročních období, změny počasí
- Kopec na hraní – variabilita pohybu, běhání, skákání, prolézání
- Písková jáma – hrabání, stavění
- Vodní kout / mokřadový biotop – stříkání, bahnění
- Klid a skrýš – vrbové chýše a tunely, jeskyně v křoví
- Stromy k lezení, lana, šplhání
- Mlsání – jedlé keře, stromy, záhony
- Divočina – objevování
- Relaxační zóna – soukromí, odpočinek

# Lidé s tělesným postižením

- Individuální plánování a přístup
- Maximální kompenzace a zapojení do normálního života bez omezení
- Výběr materiálů
- Kompenzační pomůcky, volba pracovních nástrojů
- Fyziologická pozice
- Volba aktivity, dopomoc, zprostředkování
- Vyvýšené záhony
- Prostor pro odpočinek
- Ochrana před sluncem



# Lidé v rekonvalescenci po úrazech a operacích

- Znalost lékařské zprávy, pooperační stav (nebezpečí infekce, alergie, otevřené rány)
- Variabilita činností pro obnovu tělesných funkcí
- Interiérová i exteriérová, aktivní i pasivní
- Zapojení do sociálního života
- Maximální obnova tělesných funkcí
- Znovunabytí důvěry v sebe
- Bezbariérovost, přiměřenost činností
- Vhodné nářadí

# Jedinci se smyslovým postižením - zrak

- Stimulace jiných smyslů
- Bezpečné prostředí, navigační systémy – Braillovo písmo
- Barevné kontrasty (slabozraký)
- Zvukové prvky, echolokace (voda, dendrofony, zvonkohry)
- Přehlednost a pořádek, pozor na trny, terénní nerovnosti, srázy, hrany
- Orientační pomůcky na zahradě (zábradlí, studna, lavička,...)
- Různé podlahové krytiny, obrubníky (nevidomý)
- Velké předměty (velká nebo granulovaná semena)
- Charakteristická vůně květin, textura

# Jedinci s mentálním postižením a s autismem

- Bezpečné prostředí zahrady
- Mizí vnější podněty, zklidnění, vlastní časový rámeček a rytmus, nestrukturované činnosti, variabilita, smysluplnost
- Odhadnout míru schopností
- Praktická ukázka činností, názornost
- Rozmanitost činností
- Kratší časový rámeček aktivit
- Možnost relaxace
- Spolupráce ve skupině
- Oční kontakt, krátké věty, pomalá řeč
- Dobrý plán

# Jedinci ze skupin ohrožených sociálním vyloučením

- Lidé se zkušeností závislosti na návykových látkách, mladí lidé s výchovnými problémy, lidé opouštějící zařízení výchovné a ochranné péče, lidé po výkonu trestu odnětí svobody, lidé z etnických menšin či dlouhodobě nezaměstnaní, osoby pečující, po MD atd.
- Sociální kontakt, komunikace
- Smysluplnost aktivit
- Léčivá komunita, styk s „normálními“ lidmi
- Pravidelnost činností
- Pracovní návyky, nové dovednosti
- Sebejistota, rutina
- Svépomoc