

# HORTITERAPIA

## Plan szkolenia

### Hortiterapia

#### - czyli jak poprawić swój stan psychiczny i fizyczny poprzez przebywanie wśród roślin

Ogród to miejsce przyjazne człowiekowi, dające poczucie bez troski i szczęścia. Przebywanie w nim przynosi poczucie spokoju i harmonii, szczególnie osobom zmagającym się z chorobami czy niepełnosprawnością. Przebywanie w ogrodzie pozwala na oderwanie się od stresującej codzienności, kierując naszą uwagę na przyjazny i spokojny świat zewnętrzny. Praca w ogrodzie pozwala również na aktywny wypoczynek i rehabilitację. Nic dziwnego, że hortiterapia staje się w Polsce coraz częściej stosowaną metodą terapii, pomagającą w szybszym powrocie do zdrowia zarówno osób starszych, jak i dzieci.

#### PYTANIA, KTÓRE DOCZEKAJĄ SIĘ ODPOWIEDZI

?

- Czym jest hortiterapia?
- Jaka jest terapeutyczna rola roślin?
- Czym są ogrody terapeutyczne i sensoryczne?
- Jakie rośliny stosuje się w hortiterapii?
- Jaką rolę pełni ogrodnictwo na różnych etapach życia człowieka?

#### KOMU W SZCZEGÓLNOŚCI DEDYKUJEMY SZKOLENIE?

\*\*\*

- terapeutom zajęciowym,
- pedagogom specjalnym, wychowawcom, opiekunom,
- opiekunom osób starszych,
- pracownikom fundacji i ośrodków terapeutycznych,
- wszystkim zainteresowanym

## CELE SZKOLENIA

!

- zrozumienie czym jest hortiterapia
- wiedza na temat wykorzystania hortiterapii jako metody wspomagającej terapię tradycyjną
- zapoznanie z rodzajami ogrodów stosowanych w ogrodnictwie
- uświadomienie wpływu środowiska przyrodniczego na zdrowie

## SPOSOBY REALIZACJI CELÓW

self-learning  
platforma Moodle,  
training materials  
(pdf),  
control questions after  
each module,  
online tests

## KORZYŚCI DLA UCZESTNIKÓW

\$

### Wiedza

W1 - Knowledge of the definition of hortotherapy, its functions, tasks, possibilities in therapeutic work

W2 - Knowledge of the influence of plants on health and human psychology

W3 - Knowledge of the design of therapeutic and sensory gardens

W4 - Knowledge on the topic of stimulation of the five senses in sensory gardens

## KORZYŚCI DLA UCZESTNIKÓW

\$

### Umiejętności

**U1 - Umiejętność doboru aktywności realizowanych w ramach pracy hortiterapeutycznej z osobami starszymi, a także z dziećmi**

**U2- Umiejętność prowadzenia procedury hortiterapeutycznej**

**U3 - Umiejętność doboru roślin i elementów małej architektury do ogrodów sensorycznych i terapeutyczny**

## KORZYŚCI DLA UCZESTNIKÓW

\$

### Kompetencje społeczne

**KS1 - Chęć ciągłego poszerzania wiedzy**

**KS2 - Poczucie odpowiedzialności za swoje działania terapeutyczne i swoich podopiecznych**

## WARUNKI WSTĘPNE DLA UCZESTNIKÓW

**Wiedza:** bez wymagań

**Umiejętności:** podstawowa znajomość obsługi komputera i przeglądarek internetowych

## INWESTUJĄC W SZKOLENIE OTRZYMASZ

dostęp do platformy szkoleniowej  
(indywidualne konto)

imienny dyplom i zaświadczenie o  
ukończeniu kursu

możliwość zniżki na kolejne  
szkolenia

# Szczegółowy plan szkolenia

## Moduł 1 Hortiterapia jako forma terapii

1. Czym jest Hortiterapia? 1.1. Początki i rozwój hortiterapii
2. Bierna i czynna forma terapii 3. Kontakt z naturą

## Moduł 2 Ogrody terapeutyczne i sensoryczne

1. Co to jest ogród terapeutyczny
- 1.1. Podstawowe zasady projektowanie ogrodów terapeutycznych
- 1.2. Historia ogrodów terapeutycznych 2. Co to jest ogród sensoryczny?
- 2.1. Pięć zmysłów w ogrodzie 2.2. Historia powstania ogrodów sensorycznych

## Moduł 3 Hortiterapia w pracy z dziećmi

1. Ogród jako miejsce relaksu i odpoczynku dziecka
2. Ogród jako miejsce szczególne dla dzieci z trudnościami w uczeniu się
3. Hortiterapia w pracy z dzieckiem autystycznym 4. Ogrody terapeutyczne przy ośrodkach dla dzieci

## Moduł 4 Hortiterapia w pracy z osobami w wieku podeszłym

1. Hortikuloterapia jako forma aktywizacji osób starszych 2. Hortikuloterapia w opiece i terapii osób starszych
- 2.1. Procedura hortiterapii 3. Aktywności dla osób starszych z ograniczeniami sprawności funkcjonalnej
4. Projektowanie i urządzenie ogrodów dla osób starszych

## Moduł 5 Rośliny stosowane w hortiterpii

1. Zasady doboru roślin do hortiterapii 2. Gatunki roślin stosowanych w hortiterapii
3. Narzędzia i sprzęt w hortiterapii

Czas trwania kursu: **30 godzin** (Podana liczba godzin to szacunkowy czas potrzebny na całościowe opanowanie materiału, udzielenie odpowiedzi na pomocnicze pytania kontrolne oraz bezbłędne rozwiązanie testów sprawdzających).

Aby zakupić kurs zapraszamy na stronę [www.crp.wroclaw.pl](http://www.crp.wroclaw.pl)