

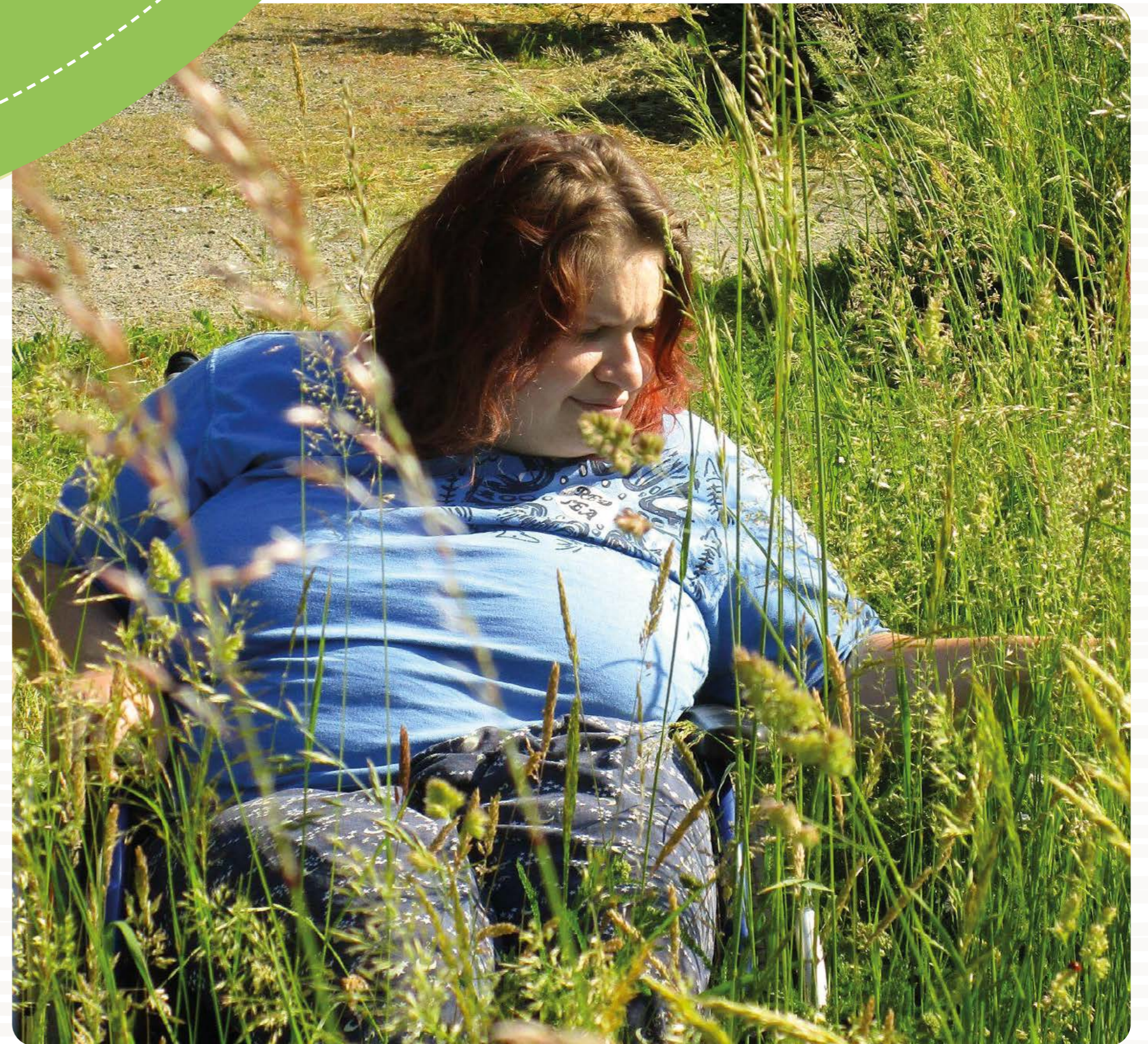
Gartentherapie

Die Gartentherapie nutzt auf natürliche Weise den heilenden Einfluss der Natur auf den Menschen. Tatsächlich hat das natürliche Milieu einen vitaminähnlichen Charakter, da der Mangel daran zu Krankheiten führen kann, z.B. Die natürliche Defizitstörung wird mit Aufmerksamkeitsproblemen, Depressionen, Burnout usw. in Verbindung gebracht.



← Der Garten bietet eine Fülle von Inspirationen, lockt Menschen zu körperlichen Aktivitäten und Spielen, ermöglicht es den Menschen, negative Gefühle loszulassen, baut Stress ab, bringt Entspannung und Harmonie. Wir können unser Gedächtnis, unsere Feinmotorik und unsere Sinne trainieren. Wir finden hier einen Raum für Begegnung, kreatives Arbeiten und (Selbst-)Entdeckung. Der Garten verfügt somit über ein außergewöhnliches Potenzial für die therapeutische Nutzung.

→ Der Unterschied zwischen Gartentherapie und dem bloßen Aufenthalt im Garten oder der Gartenarbeit wird durch den Schwerpunkt bestimmt. Alle Aktivitäten erfolgen gezielt nach einem festgelegten Plan unter Anleitung eines Gartentherapeuten, sodass sich der Einzelne rundum sicher und geborgen fühlt.



↑ Die Gartentherapie hilft einem Menschen, sich besser zu fühlen – sowohl geistig als auch körperlich. Die therapeutischen Wirkungen spüren Menschen nicht nur, wenn sie überlastet oder gestresst sind, diese Therapie ist auch bei der Behandlung verschiedener Langzeiterkrankungen oder bei der Genesung von Verletzungen hilfreich.



↑ Gartentherapie kann auch drinnen stattfinden, indem Gartenelemente direkt zu den Kunden gebracht werden. Dadurch können wir Menschen helfen, die bettlägerig sind und nicht in den Garten gelangen können. Floramobil, Lipka [Tschechien]



↑ Die Gartentherapie ist für jeden geeignet, ohne Einschränkungen hinsichtlich Alter, Geschlecht, Erfahrung oder medizinischer Diagnose. Sosna [Slowakei]

