

La vida al aire libre como medio para mejorar la calidad de vida de las personas mayores

19/05/2016

Karin Palmlöf

Amb la col·laboració de

Experiencias del uso de Jardines en Centros de Día, Suecia

ACRA

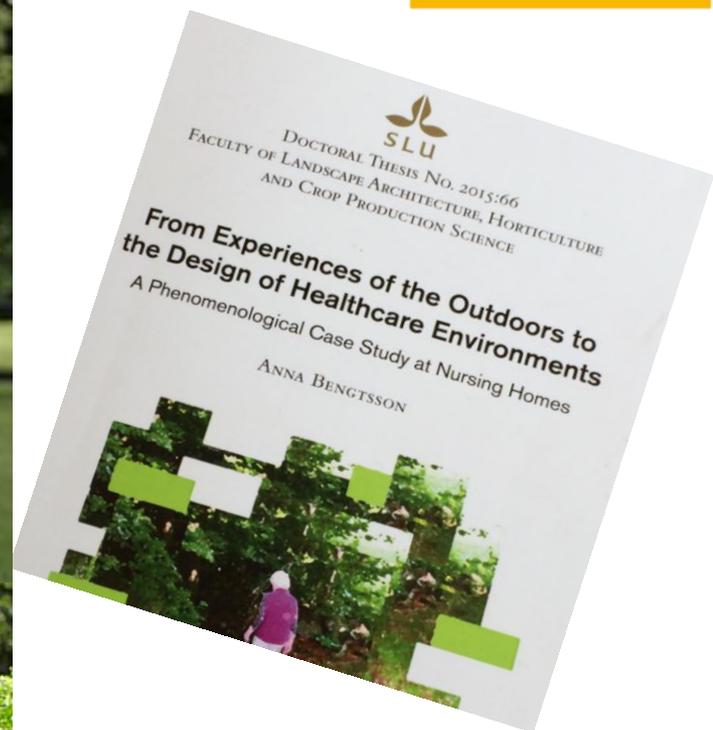
Associació
Catalana de
Recursos
Assistencials



Opinión Huéspedes



Opinión Cuidadores



Amb la col·laboració de



Sensible Frágil

Precaución

Seguridad Orientación

Protección Hogareño

Actividades



animales sol

Familiar FELICIDAD

“Sentirse Vivo” Cambios

Libertad



Resumen de las encuestas en dos temas:

1. El confort y la seguridad – Pensando en las necesidades especiales para poder, y no tener miedo, de usar el jardín

2. El Libre acceso al exterior- Describe las necesidades de cambios y variación en la situación diaria

Amb la col·laboració de

El jardín se diferencia en que:

- **Cambia el entorno-** Motivación y participación
- **Complementa las terapias** con resultados beneficiosos para la salud
- **Consigue Recuperación y Reflexión**

Amb la col·laboració de

Cambia el entorno



Complementa la terapia

ACRA

Associació
Catalana de
Recursos
Assistencials



Consigue Recuperación y Reflexión

ACRA

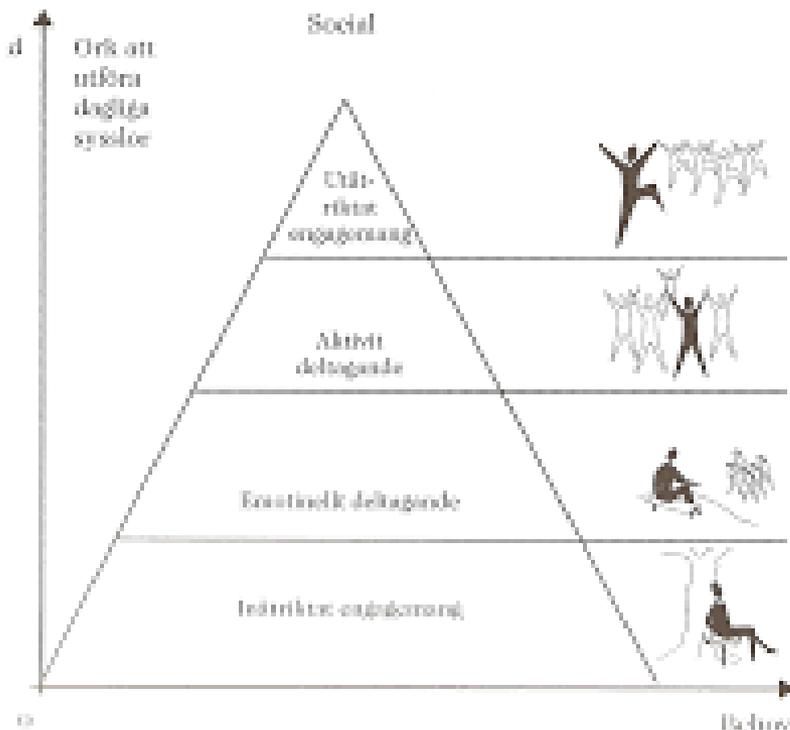
Associació
Catalana de
Recursos
Assistencials



Necesidad de estímulos

ACRA

Associació
Catalana de
Recursos
Assistencials



Sensible a estímulos

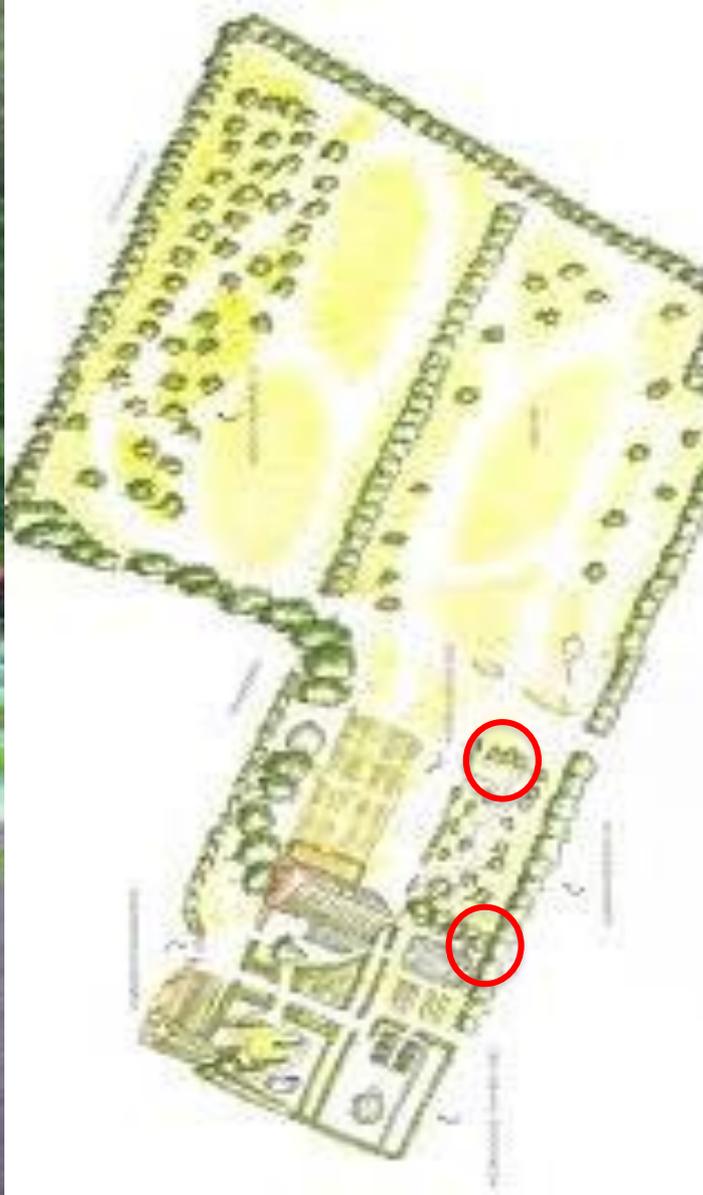
- **Cambiar el entorno-** Motivación y participación
- **Complementar la terapia** con resultados beneficiosos para la salud
- **Conseguir Recuperación y Reflexión**

Amb la col·laboració de





Participación /Actividad



Privacidad /Descanso



Amb la col·laboració de

ACRA

Associació
Catalana de
Recursos
Assistencials



HORA: 09 30- Recepció

HORA: 10 15 PASEO





**ESTIMULACIÓN DE LOS SENTIDOS
LUZ LLUVIA...VIENTO**





REMINISCENCIA





TERAPIA DE HORTICULTURA

Tarea	Beneficios físicos	Beneficios emocional/ psicológico	Elementos aplicado en la vida
Primavera Febrero-Mayo			
Podas: rosas, buddlejas, ceanothus	Estirar , coger	Concentración , esperanza, memorización de experiencias pasadas	Coordinación , Acceso a actividad en el exterior
Siembra: hortalizas y anuales	Coordinación y habilidades motrices finas	Sensación de logro, enfoque externo	Compra de semillas, aumento de confianza, Sentimiento de sentido
Plantación: patatas, arbustos, tomates...	Habilidades motrices gruesas, flexión	Mejores aptitudes a los alimentos	Conocimiento de la dieta y de la cocina
Airear y "mulchear" la tierra	Habilidades motrices gruesas, flexión	Sensación de utilidad, preparación	Sentimiento de sentido
Verano Junio-Septiembre			
Plantación en tiestos y jardineras	Movimiento del cuerpo superior, equilibrio sentado o de pie	Gratificación instantánea	Aplicación de habilidades y conocimientos
Poda de flores secas y eliminación de malas hierbas	Coordinación entre ojo/mano, empuñadura	Satisfacción	Sostener habilidades de motrices finas
Limpieza y corte de césped	Equilibrio, Movilidad, ejercicio aeróbico	Satisfacción de control, Sensación de organización	Sentido de orden y organización
Riego y abono	Fortaleza, ejercicio aeróbico, aguante	Cuidado y crianza. Ayudar a sostener vida	Entender Sentimientos, Propiedad de la vida
Otoño- Invierno			
Recogida de semillas y cosecha	Coordinación y habilidades motrices finas	Sensación de logro, Sensación de organización	
Poda de arbustos y árboles	Coordinación entre ojo/mano, empuñadura	Concentración , esperanza	
Planificación de siembra		Esperanza, reorganización y análisis	
Tareas artísticas con plantas	Coordinación entre ojo/mano, Coordinación y habilidades motrices finas	Gratificación instantánea	
Mantenimiento de muebles, jardineras y herramientas	Equilibrio, Movilidad, ejercicio aeróbico	Cuidado, Gratificación instantánea	

Amb la col·laboració de



Hora: 13 00 DESCANSO Y REFLEXIÓN

Amb la col·laboració de





ACRA

Associació
Catalana de
Recursos
Assistencials

NO ES DIFÍCIL ...tenemos una solución

MUCHAS GRACIAS!

Amb la col·laboració de



Resumen Jardines Terapéuticos

Espacio: Seguro, Cómodo con Motivación y Inspiración;
Diseñado para mejorar la CALIDAD DE VIDA

La Terapia: Física y Cognitiva más relajación. Apoyada en la
Naturaleza y el diseño para dar una ATENCIÓN CENTRADA EN
LA PERSONA

Los Beneficios: Mejora en la salud y el bienestar;
integración en “la vida de la sociedad”



Karin Palmlöf

Info@jardinerapeuticos.com

José María Salas Villar

Info@jardinerapeuticos.com



Amb la col·laboració de