

Přírodní zahrada jako prostor pro terapii i vzdělávání



Ing. Vlasta Hábová

Přírodní zahrady

Zahrady napospas přírodě?



„Zachovat a rozvíjet stávající a dle možností doplnit chybějící“

- **Nepoužívat pesticidy** (chemické prostředky pro hubení plevelu a škůdců)
- **Nepoužívat lehce rozpustná minerální hnojiva**
- **Nepoužívat rašelinu k obohacování a úpravě půdy**

<http://www.prirodnizahrada.eu/>

Prvky přírodě blízké zahrady

- Přirozená louka, nebo prvky louky
- Živý plot z planých keřů
- Využití planých rostlin
- Mimořádná stanoviště
- Listnaté stromy
- Ovocné dřeviny
- Květiny, byliny – trvalky
- Úkryty pro zvířecí pomocníky
- Ponechání divokého koutku ...



Zážitkové zahrady

základní principy / rozdělení



Zážitkové zahrady

Bezbariérový přístup

- adaptovaná cestní síť
- speciálně navržené prvky a mobiliář
- podněty pro všechny smysly



Související normy

- Speciální zahradní **úpravy pro zdravotně postižené**:
 - např. vyvýšené záhony, vodící linie v dlažbě pro nevidomé, **bezbariérová řešení** dle aktuálních technických norem
- **Vyhláška č. 398/2009 Sb.**, o obecných technických požadavcích zabezpečujících bezbariérové užívání staveb

Zážitkové zahrady

Zapojení všech smyslů

- rostliny určené ke zkoumání pomocí čichu, chuti, hmatu nebo rostliny vydávající zajímavé zvuky



Zážitkové zahrady

- Základní principy zážitkových zahrad:
 - Přístupnost
 - Mnohostranný požitek
 - Podpora fantazie a hravosti (bez závislosti na věku)



Zahrady pro handicapované

hlavní zásady / parametry a prostorové požadavky / skladebné prvky



Hlavní zásady

Univerzální design

- bezbariérové zahrady nejsou navrženy jen pro handicapované
 - vytváření bezbariérových prostor, vyhovujících co nejširšímu spektru uživatelů
 - hlavním principem je setkávání všech skupin
 - účast cílové skupiny na vzniku projektu – komunitní plánování
- Sedm hlavních principů:
 - spravedlivost, flexibilita, jednoduchost a intuitivnost, jasně podané informace, bezpečnost, nízká fyzická náročnost a také rozměry a prostor vhodný pro všechny



Základní skladebné prvky

Vyvýšené záhony

- umožňují bližší kontakt s rostlinami
- vhodné pro osoby na vozíku a s postižením zraku, pro seniory a děti

Typy:

1. Záhon s rovnou stěnou (obrázek)
2. Záhon s výklenkem pro kolena (vhodný osoby na invalidním vozíku)
3. Záhon na stole



Základní skladebné prvky

- Základní výška je 80 cm, pro vozíčkáře pak v rozmezí 45 – 90 cm
- Při výklenku pro nohy je podjezdná výška 70 cm, hloubka výklenku má být 45 – 50 cm
- Záhony se sedací obrubou – výška 60 cm
- Šířka komunikace mezi záhony 180 – 200 cm (manipulační prostor invalidního vozíku)



Základní skladebné prvky

Záhony v nádobách

- květináče, truhlíky – nenáročné, vhodné pro zdravotně postižené

- vhodné pro zrakově postižené – mohou pěstovat jen jeden druh rostlin, není pro ně matoucí

Nevýhoda:
Nutná pravidelná zálaha



Základní skladebné prvky

Vertikální zahrady

- Popínavé rostliny na konstrukcích
- Bezproblémová dostupnost pro osoby se sníženou pohyblivostí, nebo nevidomé

Mobiliář

- Přizpůsobený potřebám handicapovaných osob



Hlavní kategorie zahrad pro skupiny se zvláštními nároky

zahrady pro tělesně postižené / zahrady pro zrakově handicapované / zahrady pro osoby s postižením sluchu / zahrady pro seniory / zahrady pro handicapované děti



Zahrady pro tělesně postižené

- Pohybové postižení klade zvýšené nároky na provedení technických prvků – minimum terénních rozdílů, rampy, výtahy apod.

- Důraz na použití vhodných materiálů pro povrchy komunikací a dodržování jejich minimální šířky



Zahrady pro tělesně postižené



Specifické vnímání prostoru u vozíčkářů:

- nižší pohledový horizont – potřeba brát v potaz při umisťování informačních tabulí, ovládacích prvků, map parku či řešení pítek
- omezená dosahová vzdálenost – nutná zvýšená pracovní plocha

Zdravý člověk i vozíčkář vnímá prostor i za pohybu – kontinuálně, pohybově postižený jej vnímá až při zastavení – vytvářet proto odpočinková místa na zajímavých místech zahrady

Zahrady pro zrakově handicapované

Stupně zrakového postižení:

- Slabozrakost
- Zbytky zraku
- Slepota

Prostor srozumitelný pro zcela nevidomého může být matoucí pro slabozraké:

- Používat také výrazné rozdíly v barvě (hl. sytosti), nejen ve struktuře povrchů



Zahrady pro zrakově handicapované

- aromatické rostliny
- rostliny se zajímavou texturou
- zvýšené záhony
- zábradlí
- střídání materiálů u zpevněných ploch
- označení v Braillově písmu
- místo pro umytí rukou

Měl by být přítomen školený průvodce!



Zahrady pro osoby s postižením sluchu

Prostor v zahradách
pro neslyšící musí:

- Být bezbariérový
- Být řešen co
**nejbezpečněji,
jednoduše, přehledně**

Zaměřit se na vyžití
ostatních smyslů
(aromatické rostliny,
barevnost, apod.)

**Pozor ovšem na příliš
kontrastní vjemy!**
působí u neslyšících
rušivě, tříští pozornost



Zahrady pro seniory

Kombinace několika omezení – často trpí poškozením zraku, pohybového ústrojí, omezené vnímání hmatem, projevuje se ztížená schopnost učit se:

- kontrastní barvy, jasně označené překážky
- jasné, přehledné členění prostoru
- rostliny zajímavé, barevné, kvetoucí, aromatické, tradiční
 - pozor na rostliny s trny (růže) a jedovaté
- vyvarovat se tzv. smutečních forem (převislé, jehličnany)
- před bílou dávat přednost žluté, oranžové
- rostliny, lákající zvířata

Mnoho seniorů je vášnivými zahrádkáři – umožnit jim uchovat si koníčka i přes zdravotní potíže

- vyvýšené záhony
- speciální zahradní náčiní



Zahrady pro handicapované děti

Nevidomé děti:

- snadno čitelné prostředí, jednoduchý půdorys, oválná/kruhová cestní síť, vyhýbat se nepravidelnostem, ve kterých dítě ztratí orientaci

Částečně vidící děti:

- barevné atrakce, kontrastní povrchy, vyvarovat se nebezpečně zasahujícím prvkům – větve, ostré rohy apod.



Zahrady pro handicapované děti

Postižení pohybového ústrojí:

- Bezbariérové komunikace, vyvýšené záhony, speciální herní prvky (trampolíny, místo pro cvičení, vyvýšená pískoviště apod.)

Postižení sluchu:

- Bezbariérový prostor, přehledné, jednoduše členěné, předvídatelné prostředí, herní prvky

**Velmi přínosná je
zahradní pracovní
terapie**



Zahrady smyslů

Tematické členění
zahrad:

- Zahrady barev
- Zahrady vůní
- Zahrady tvarů
- Zahrady chutí
- Zahrady zvuků



Školní zahrady

- Venkovní učebna
- Přírodní hřiště
- Pěstební a pokusné plochy

Použití všech výše zmíněných prvků tak, aby byla zajištěna výchovná a vzdělávací funkce.



Použité prameny

- <http://zahradysmyslu.euweb.cz/bezbarier.html>
- <http://www.lucygardens.com/sensory-garden-for-kids.html>
- http://accessibletravel.suite101.com/article.cfm/therapeutic_and_sensory_gardens
- http://www.bbc.co.uk/gardening/gardening_with_children/plantstotry_sensory.shtml
- http://www.nycgovparks.org/sub_about/accessibility/future.html
- <http://photos.connexus.net.au/sjwells>
- <http://www.healinglandscapes.org/healthcare-gardens/a.html>

Zvláštní poděkování patří Ing. Jitce Vágnerové