

ПРИКОСНУТЬСЯ К ПРИРОДЕ

Проект ELRII-351 "Nature Therapy" со-финансируется Программой приграничного сотрудничества Эстония-Латвия-Россия в рамках Европейского инструмента соседства и партнёрства 2007-2013 гг. Общий бюджет проекта: 220 225,00 EUR, в том числе со-финансирование ЕСПИ 90% - 198 202,50 EUR, национальное со-финансирование 10% - 22 022,50 EUR.

Время реализации проекта: 15 мая 2013 года – 14 июля 2014 года.

Что не по силе человеку, то по силе природе

Издrevле люди строили свою жизнь и социальную среду в тесной связи с природой и её ритмами. И это само по себе понятно, так как человек так же, как река, дерево или животное, является неотъемлемой частью природы. И то, что связь с природой – водой, животными, красками, запахами, растениями - имеет целебный эффект, было замечено тысячи лет назад. Но концепция природной терапии, под которой мы понимаем и реиттерапию, и канистерапию, и терапию красок, и фитотерапию, и гидротерапию и др., была сформулирована только в прошлом веке. Природа помогает пациенту гармонизировать себя и глубже познать, освободиться от нежелательных чувств, выясняя их причины. Природа способна исцелять многие недуги человека (что зачастую не по силам нашей сегодняшней медицине), и особенно - раненые сердца и души; человеку остаётся только самому или с помощью специалиста повнимательнее взглядеться и вслушаться в процессы природы и почувствовать ее ритмы.



Для обеспечения долгосрочного развития социальной среды и выравнивания уровней жизни с помощью природной терапии как инновативного и эмпирического подхода, делая более доступными и интегрированными латвийско-российские приграничные территории, Латвийское бюро Еврорегиона «Озёрный край» вместе с партнёрами в Латвии - Управлением социальных дел

Даугавпилсской городской думы, Дагдским, Ливанским и Илукстским краевыми самоуправлениями - и партнёрами в России - Главным государственным управлением социальной защиты населения Псковской области и Центром лечебной педагогики и дифференцированного обучения г. Пскова - осуществляют проект **"Природная терапия для улучшения равных уровней жизни в латвийско-российских приграничных территориях"** (Природная терапия). В рамках проекта улучшаются жизненные стандарты и доступность социальной среды для детей с ограниченными возможностями и детей из многодетных семей и семей с одним родителем.

Команда проекта уверена, что совместно проделанная работа даст многим семьям возможность испытать позитивные эмоции, поможет найти и решить многие проблемные вопросы социального характера, и таким образом гармонизирует и улучшит жизненную среду как в семье, так и в обществе.

*Лайла Вилмане
Латвийское бюро Еврорегиона "Озёрный край",
руководитель проектов*

Этот документ был разработан при финансовой поддержке Программы приграничного сотрудничества Эстония-Латвия-Россия в рамках Европейского Инструмента Соседства и Партнёрства 2007-2013. Содержание данного документа является предметом ответственности исключительно Латвийского бюро Еврорегион "Озёрный край" и ни в коей мере не является отражением позиции Программы, а также участвующих в Программе стран и Европейского Союза.

Духовная связь с окружающим миром и с самим собой

Тысячелетия люди жили в системных отношениях с природой, или иными словами – «внутри природы», являясь ее неотъемлемой частью. Природа - самое удивительное из того, что нас окружает. «Природа является обстановкой наиболее естественной и могущественной в своем воспитательном влиянии на ребенка. Она закладывает здоровье, силы детей, врачует, утончает органы восприятия, развертывает условия совершенной наглядности, обогащает представления и знания, предоставляет все необходимое для проявления ребенка в творческой деятельности, в игре, труде» (Е. И. Тихеева). Природа является источником обучения, воспитания и развития человека.

Городской ребенок вынужден жить в помещении, среди электроприборов, шума телевизора, в городе, вдали от природы. Вследствие такого образа жизни возникают нервное напряжение, стресс или вызванная им депрессия, нарушение психофизического состояния. Сегодняшняя традиционная медицина также далека от природы, используя в основном синтетические, химические препараты.

Иногда же достаточно просто проводить больше времени на природе, пробовать для восстановления методы природной терапии.



С раннего возраста необходимо приучать детей к постоянному любованию окружающим всех нас миром, обращать их внимание на красоту клумб, цветников, газонов, деревьев и листьев, на красоту бабочек, оперение и пение птиц в лесу или в саду, или просто на улице.

Учите детей слушать звуки природы: гром, рокот моря, шелест листьев, журчание ручья, шум дождя или водопада. Звуки природы успокаивают, позволяют собраться с мыслями, дают заряд положительной энергии. Чем дольше мы будем их слушать, тем больше расслабляться, глубоко и ровно дышать.

А если закрыть глаза, то первое, что мы почувствуем - это запахи. Очень ярко пахнет влажная земля, остро – проклюнувшиеся почки и первые клейкие листочки, нежно цветы, свежо - молодая хвоя. На природе очень приятно дышать полной грудью. Приятно и полезно!



Но мы любим не только смотреть на растения, но и ухаживать за ними, наблюдать, как они развиваются. Известно, что работа с растениями благотворно влияет на физическое и психологическое благополучие человека и является одним из старейших видов активной терапии. Терапевтические, реабилитационные и образовательные дисциплины используют растения - садоводство и другие виды деятельности на природе - как мотивационный инструмент для улучшения социального, психологического и физического благосостояния детей и взрослых.

Человек эволюционировал вместе с природой в течение миллионов лет, мы связаны и взаимодействуем с окружающей средой: воздухом, водой, растениями, животными. Природная терапия обладает прекрасным восстановительным эффектом. Благодаря ей улучшается настроение, снижается раздражительность и нервное напряжение. Она помогает при стрессовых и депрессивных состояниях. Природа дает нам огромный заряд энергии, придает больше духовных и физических сил и творческого потенциала, отвлекает от тяжелых мыслей повседневной суеты.

Используя природу как средство для раздумий, каждый человек может восстановить духовную связь не только с окружающим миром, но и прежде всего с самим собой.

*Оксана Сухарева,
Центр лечебной педагогики г. Псков,
учитель и координатор проекта*

Летний лагерь «Обратно к природе» и семинары на открытом воздухе

В середине лета в Силаяни (Латвия) и Печёрах (Россия) были организованы международные летние лагеря для 64 детей из многодетных и неполных семей, а также семинары на природе для 80 родителей и их детей с особыми потребностями. Это дало детям и их родителям не только возможность физически и психологически отдохнуть, но и, практически занимаясь разными видами природной терапии (как, например, рейттерапией, канистерапией, песочной терапией, терапией красок), научило, как самостоятельно ежедневно наслаждаться природой и получать от неё силы и здоровье.



Отзыв участника:

Я, мама особого ребёнка, с двумя девочками посетила мастер-класс по иппотерапии и канистерапии. Специалисты из Санкт-Петербурга познакомили детей с замечательными животными, провели с ними открытые занятия на свежем воздухе. Такое общение обогащает мир ребёнка, придаёт ему веру в себя, наделяет позитивной энергией. Огромный восторг у моих детей вызвало общение с собаками, необычайно добрыми и ласковыми, их имена и особенности вспоминаем и по сей день! Катание на лошади даёт ребёнку с двигательными нарушениями ощутить новые возможности своего тела. Было бы здорово, если бы и в нашем городе развивались клубы любителей животных, которые оказывают лечебную помощь особым детям.

Спасибо Центру лечебной педагогики за заботу о наших детях. Шейка Л.

Я и ты – друзья навсегда

Дети Даугавпилса, Илукстского, Ливанского и Дагдского краёв (Латвия), Пскова и Псковской области (Россия) под впечатлением приключений летнего лагеря и проведённого с новыми друзьями – собаками, лошадьми, птицами, кошками и др. - времени создали виртуальную выставку рисунков «Я и ты – друзья навсегда». Многие работы были созданы в тандеме, когда художниками себя почувствовали, рисуя вместе с детьми, собаки Кира, Жорик, Арчи, Эми и лошади Берта и Земене. Рисунки детей и животных можно увидеть на домашних страницах партнёров проекта.



Обучение природной терапии для социальных работников

Этим летом был начат курс обучающих семинаров для **18 социальных работников из Латвии и России**, состоящий из трёх частей. Во время обучения эксперты дали социальным работникам более широкие знания о природной терапии как уникальном методе реабилитации, который можно использовать в работе с детьми из многодетных и неполных семей, с детьми с ограниченными возможностями. Одновременно было дано понятие о целебном эффекте природы – позитивном влиянии на организм человека на физическом, психологическом и социальном уровнях. Участники семинаров теоретически и практически ознакомились с широко применяемыми и менее известными видами природной терапии, их практическом использовании в улучшении социальной среды, получили информацию о местах в Латгалии и Псковской области, где доступны различные виды природной терапии. Курс семинаров завершится в следующем году.



Отзыв участника:

Участвуя в семинарах, я получила определенные знания по природной терапии.

Природная терапия – это достаточно новое направление, позволяющее благотворно воздействовать на человека используя различные природные материалы, животных, растения, ландшафты, элементы фито-терапии.

Я убедилась, что при грамотном и профессиональном воздействии, с помощью природной терапии всегда можно получить хороший терапевтический эффект. Опыт работы с собаками (канистерапия) и лошадьми (рейттерапии), мне показались особенно интересными, т.к. для большинства детей контакт с животными естественен и желаем.

Полученные знания по природной терапии могут быть использованы участниками семинара в дальнейшей профессиональной деятельности. Понимая важность и необходимость таких реабилитационных мероприятий, в дальнейшем возможна организация и проведение занятий с участием специалистов из разных областей природной терапии.

Учитель II ступени Центра лечебной педагогики Комиссарова И.А.

Улучшение инфраструктуры социальных объектов

Во время реализации проекта будет приобретено оборудование для социальной реабилитации, будут реконструированы, а значит – станут более доступны для посетителей, следующие объекты: Детский дом-приют "Priedīte" и Дневной центр социальной защиты в Даугавпилсе (предусмотрено сооружение рампы и 2 лифтов); Дневной центр в г. Ливаны (предусмотрена реконструкция помещений и покупка оборудования для социальной реабилитации); Семейный центр в г. Илуксте (предусмотрена реконструкция помещений и покупка оборудования и мебели для социальной реабилитации); ГБУСО «Бельско-Устьенский детский дом-интернат для умственно отсталых детей» и ГБУСО «Бобровский детский дом-интернат для умственно отсталых детей» (предусмотрено приобретение оборудования для социальной реабилитации - аквариумы, клетки для мелких животных, предметы по уходу за животными и др., приобретение компьютеров, проведение ремонта помещений, в т.ч. классных комнат, зооуголков и др.; Центр лечебной педагогики и дифференцированного обучения Пскова (предусмотрена реконструкция

сенсорной территории для детей с ограниченными возможностями, приобретение оборудования и техники для социальной реабилитации, в том числе компьютеров, фотоаппарата, аквариума и др.) Также запланировано сооружение детской игровой площадки с оборудованием для детей с ограниченными возможностями в Дагде.

В Дагде уже этим летом открыли современную детскую игровую площадку, доступную для детей с ограниченными возможностями. Жители Дагды уверены, что создание новой детской игровой площадки поможет решить проблемы проведения свободного времени семей с детьми, разнообразит досуг на свежем воздухе. Активно занимаясь физически, дети получают возможность улучшения не только физического, но и умственного и социального развития; такое времяпрепровождение будет способствовать развитию коммуникации между сверстниками и ведению здорового образа жизни.



Природная терапия и социальная реабилитация в Латгалии (Латвия)

Центр развития детей и подростков
„Саулес старини”
<http://www.saulesstarini.lv/>
Латгальский Центр психологической помощи
“Валентиа”
<http://www.ppcvalentia.com/>
Братство инвалидов "Нема"
<http://www.dagda.lv/>
Центр юношеских инициатив Дагдского края
<http://www.dagda.lv/>
Общественная организация
„Балта мая”
<http://www1.baltamaja.lv/>

Латгальский зоосад
<http://latgaleszoo.biology.lv/>
Центр образования
окружающей среды Яундоме
<http://visitdagda.com/>
Центр окружающей
среды и культуры "Кепа"
<http://visitdagda.com/>

Арт-центр им. Марка Ротко в Даугавпилсе
<http://www.rothkocenter.com>
Центр искусства и ремесленничества Латгалии
<http://www.latgalesamatnieki.lv/>
Центр гончарного искусства и мастерские-студии
народного прикладного искусства «Латгале»
<http://www.dnmm.lv/>
Творческая мастерская „Макош”
<http://www.visitdaugavpils.lv/>
Студия народного прикладного искусства
"Клуга"
<http://www.visitdaugavpils.lv/>

Олимпийский центр Даугавпилса
<http://www.daugavpilsoc.lv/>

Конный двор "Клаюми"
<http://www.klajumi.lv/>
Конный двор "Унтуми"
<http://www.untumi.lv/>
Конный двор "Кумельсета"
<http://www.kumeljseeta.info/>
Латгальский региональный
центр любителей животных
<http://www.dogslatgale.lv/>

Природная терапия и социальная реабилитация в Псковской области и г. Санкт-Петербург (Россия)

Центр развития оздоровительной верховой езды "ПолиЭко"
г. Санкт-Петербург, e-mail: poly_eco@mail.ru

Центр взаимной интеграции «Аккорд»
г. Санкт-Петербург, ул. Минеральная, д. 13, лит. К, пом. 2.
Тел.: +7 (911) 916-63-22, (812) 322-91-36,
e-mail: marta11@list.ru

Конно-спортивный клуб «Родина»
<http://konipskov.ru/>

"Русские рысаки под седлом"
Псковская обл., г. Великие Луки, клуб «Родина»

КСК "Первая лошадь"
Псковская область, Печорский район, д. Печки
e-mail: contact@fersthorse.ru



Бассейн "Дельфин"
г. Псков, ул. Киселева, д. 24а
<http://vk.com/club49293702/>

Универсальный развлекательно-игровой комплекс "Электрон"
г. Псков, ул. Киселева, д. 1
<http://electron60.ru/>

Ваш семейный психолог.
Территория возможностей.
г. Псков, Октябрьский пр., д. 22, офис 3

Центр психолого-медико-педагогической реабилитации
детей и подростков
<http://pprik-pskov.narod.ru/>

Партнёрство проекта "Nature therapy"

Латвийское бюро Еврорегиона "Озерный край"

www.ezeruzeme.lv

Управление социальных дел

Даугавпилсской городской думы

www.soclp.lv

Дагдское краевое самоуправление

www.dagda.lv

Ливанское краевое самоуправление

www.livani.lv

Илукстское краевое самоуправление

www.ilukste.lv

Главное государственное управление

социальной защиты населения

Псковской области

www.social.pskov.ru

Центр лечебной педагогики и

дифференцированного обучения г.Псков

www.ccp-pskov.org

Программа приграничного сотрудничества Эстония-Латвия-Россия в рамках Европейского Инструмента Соседства и Партнерства 2007-2013 предоставляет финансирование для развития совместной приграничной деятельности в целях повышения конкурентноспособности региона за счет использования его потенциала и благоприятного положения на перекрестке путей между Европейским Союзом и Российской Федерацией.

Веб-сайт Программы: www.estlatrus.eu.

Веб-сайт EuropeAid: http://ec.europa.eu/europeaid/index_en.htm