

**Obiteljsko obrazovanje „MeTURA - Povratak korijenima“,
terapeutsko obiteljsko vrtnarstvo i terapeutsko obiteljsko
kuhanje za samostalan život odraslih članova obitelji s
intelektualnim teškoćama**



SAŽETAK SINTEZNOG IZVJEŠĆA

**Aktivnost O5, Studija o preprekama i potencijalima
obiteljskog cjeloživotnog učenja koje koristi terapeutsko
obiteljsko vrtnarstvo kao andragošku metodu za učinkovitu
priliku za učenje obitelji s odraslim članovima s
intelektualnim teškoćama**

SADRŽAJ

1 UVOD.....	2
2 Ključni nalazi.....	4
3 Sažetak nacionalnog izvješća za Hrvatsku.....	13
4 Sažetak nacionalnog izvješća za Italiju.....	15
5 Sažetak nacionalnog izvješća za Sloveniju.....	19
6 Sažetak nacionalnog izvješća za Ujedinjeno Kraljevstvo.....	22

Uvod

„MeTURA - Povratak korijenima“ je projekt u okviru programa Erasmus +, ključna akcija 2 (KA2), čiji je cilj poboljšati živote odraslih osoba s intelektualnim teškoćama (u UK se koristi termin „teškoće u učenju“) poticanjem obiteljskog terapeutskog vrtlarstva i obiteljskog terapeutskog kuhanja kao načina poticanja kontinuiranog cjeloživotnog učenja (CU) i neovisnosti odraslih članova obitelji s intelektualnim teškoćama (OČOIT). Cjeloživotno učenje odnosi se na sve svrhovite aktivnosti učenja koje se kontinuirano poduzimaju tijekom života osobe, s ciljem poboljšanja znanja, vještina i kompetencija.

Projekt će trajati 35 mjeseci u suradnji s neprofitnim organizacijama iz Slovenije, Ujedinjenog kraljevstva, Hrvatske i Italije. Organizacije koje sudjeluju su: Obrazovni centar Geoss (Slovenija), Zveza Sožitje (Slovenija), Danilo Dolci (Italija), UOSIKAŽU (Hrvatska) i Thrive (Ujedinjeno kraljevstvo).

S provedbom Obiteljskog obrazovanja MeTURA partnerske organizacije će proširiti svoju ponudu mogućnosti cjeloživotnog učenja za njihove sudionike - ranjive odrasle polaznike. Cilj projekta je razviti alate i resurse kako bi se edukatorima i obiteljima omogućilo što više mogućnosti cjeloživotnog učenja koje terapeutsko vrtlarstvo i terapeutsko kuhanje mogu pružiti. Dati će uvid u društveno i funkcionalno stjecanje kompetencija i druge terapeutske prednosti ovih aktivnosti.

U pripremnim aktivnostima projektni partneri otkrili su da većina odraslih osoba s intelektualnim teškoćama živi kod kuće sa svojim obiteljima i da će svaka obitelj imati koristi od personaliziranog, njima prilagođenog procesa cjeloživotnog

učenja. U početnoj fazi projekta prikupljale su se informacije o potrebama i sklonostima edukatora i odraslih osoba s intelektualnim teškoćama i njihovih obitelji, dostupnosti obrazovnih mogućnosti i njihovih stavova i interesa za kuhanje i vrtlarstvo.

Kao dio početne faze projekta MeTURA, studija 05 imala je za cilj istražiti potencijalne prednosti terapijskog vrtlarstva za odrasle osobe s intelektualnim teškoćama u učenju (IT) i njihove obitelji. Ovo je uključivalo istraživanje jesu li obitelji s odraslim članovima s IT upoznati s vrtlarstvom kao terapijskom aktivnošću i bave li se njome, posebno u kombinaciji s kuhanjem; što smatraju da bi mogle biti financijske, ekonomske, obrazovne i socijalne koristi od takvih aktivnosti; koji bi dodatni resursi, vještine i podrška mogli biti potrebni za obitelji i odrasle osobe s IT da se uključe u ove aktivnosti; što bi mogle biti prepreke bavljenju terapijskim vrtlarstvom.

Svrha studije O5 bila je prikupiti informacije za usmjeravanje razvoja novih znanja, vještina i andragoških alata za edukatore kako bi im se omogućilo davanje poticaja i podrške odraslim osobama s intelektualnim teškoćama i njihovim obiteljima za bavljenje terapijskim obiteljskim vrtlarstvom i kuhanjem kao sredstvom za samostalniji život odraslih članova obitelji s intelektualnim teškoćama.

Za Studiju O5 proveden je upitnik u svim zemljama koje sudjeluju. Željeli smo otkriti koliko obitelji ima vrt ili prostor za uzgoj biljaka. Također smo htjeli znati koja je to veličina tog prostora i kako ga koriste (što uzgajaju, tko vrtlari itd.) Također smo htjeli otkriti što ispitanici misle o prednostima vrtlarstva odraslih s IT. Također smo željeli znati koja bi podrška pomogla odraslim osobama s intelektualnim teškoćama i njihovim obiteljima da se uključe u vrtlarstvo i povećaju potencijal cjeloživotnog učenja i dobrobiti terapijskog vrtlarstva kao intervencije.

Sljedeće izvješće sažima rezultate nacionalnih izvješća i ističe ključne nalaze ove studije.

Ključni nalazi

Nacionalna izvješća i rezultati upitnika pokazuju sličnu situaciju u svim zemljama koje sudjeluju. Možda postoje neke nacionalne razlike u dostupnosti prostora za vrtove i primarnim motivacijama, preprekama i pristupima podrške koje treba imati na umu u dizajnu budućih metodologija i resursa.

Većina ispitanika vjeruje da bi vrtlarstvo bilo korisno zanimanje za odrasle osobe s IT, posebno u smislu poboljšanja tjelesnog i mentalnog blagostanja kao rezultat provođenja više vremena na svježem zraku i rada u prirodi, te da bi uzgoj hrane za jelo bio dobra motivacija da se to potakne. Glavne prepreke za to su potreba OČOIT-a za emocionalnom, motivacijskom i praktičnom podrškom te ograničeno vrijeme, energija i znanje / iskustvo roditelja i skrbnika da se ovo osigura.

Ključne točke

- Mnoge obitelji s OČOIT-om imaju srednje ili male vrtove ili nemaju vrt.
 - Metodologije i resursi trebaju to uzeti u obzir i sadržavati informacije o vrtlarstvu u malim prostorima ili na prozorskim policama, balkonima ili mogućnostima vrtlarenja u zatvorenom / stolnom vrtu.
 - Alternativa je možda razmotriti mogućnosti za zajedničke vrtove ili vrtlarske grupe u zajednici posebno za OČOIT (i potencijalno njihove obitelji) ili uključiti resurse za edukatore za razvoj zajedničkih vrtova ili načine uključivanja OČOIT-a u postojeće vrtove / zajedničke vrtove
- Većina ispitanika već je uzgajala povrće i voće, kao i aromatično bilje.
 - Oni koji uzgajaju u malim prostorima (balkoni i prozorske police) usredotočeni na uzgoj bilja ili specijaliziranog voća i povrća koje može biti skupo ili teško za nabaviti.
- Glavne blagodati za koje obitelji smatraju da su dobivene vrtlarstvom odnose se na opće dobrobiti kao što su povećana fizička aktivnost, svjež zrak i razlog da se vrijeme provodite vani. Obitelji su također mislile da je to korisno za mentalno zdravlje / dobrobit.
- Rezultati ankete sugeriraju da će odrasli ljudi s IT općenito trebati emocionalnu i praktičnu podršku za bavljenje vrtlarstvom.
 - Obitelji imaju ograničeno slobodno vrijeme i traže hobi / aktivnost koja zahtijeva minimalno ulaganje vremena i ugodna je, a nije obaveza, poput vrtlarstva.

- Neki će možda biti spremni uložiti u tehnologiju kako bi podržali svoje vrtlarstvo / olakšali si, ali zbog financijskih ograničenja druge obitelji to ne bi bile u mogućnosti.
- Većina obitelji izvijestila je da u obitelji postoji jedna osoba s IT, što sugerira da roditelji i skrbnici nemaju intelektualne teškoće.
- Anketirani OČOIT-i koji se bave vrtlarstvom u dobnoj skupini (20 -30) uglavnom se bave pitanjima zaštite okoliša i održivim, zdravim životom i prehranom.
 - Ovo možda nije takav pokretač za odrasle osobe s IT na čiji pristup vrtlarstvu imaju utjecaj roditelji / skrbnici koji su u dobi od 50 do 60 godina.
- Postoje izvjesne nacionalne razlike u rezultatima ankete, ali su općenito rezultati slični u sve četiri zemlje. Ključni čimbenici koje treba uzeti u obzir mogu biti:
 - Manji broj anketiranih obitelji u Italiji izvijestio je da ima vrtove
 - Vrtlarstvo u UK i Italiji može se smatrati više hobi-rekreacijskim aktivnostima, a u Hrvatskoj i Sloveniji više praktičnom životnom vještinom
 - Mogu postojati regionalne posebnosti / fokusi, npr. vrtlarstvo za proizvodnju meda u Sloveniji ili regionalne posebnosti, naročito što se tiče voća ili povrća.
 - Mogu se također uzeti u obzir i klimatske razlike
- Glavne prijavljene blagodati u odnosu na opće poboljšano fizičko i psihičko blagostanje rezultat su provođenja više vremena na svježem zraku i bavljenja prirodom
- Glavne prijavljene prepreke su potreba za emocionalnom, motivacijskom i praktičnom potporom kako bi se OČOIT bavio vrtlarstvom.
 - Nedostatak znanja i iskustva o tome kako vrtlariti i što uzgajati također se smatra preprekom, pogotovo tamo gdje roditelj / skrbnik ima ograničeno vrijeme za pružanje pomoći. To je možda jedan od razloga zašto je podrška iskusnog vrtlara ili vrtlarske grupe u zajednici viđena kao važna vrsta podrške.
 - Veličina vrtova može biti problem (premalo prostora ili premalo vrta)
- Postoji manje konsenzusa među zemljama oko preferirane podrške koja bi pomogla obitelji i OČOIT-u da se bave vrtlarstvom.

- Pristup odgovarajućem prostoru smatran je ključnom potrebom podrške, zajedno s podrškom iskusnih vrtlara ili vrtlarskih grupa u zajednici i tečajevima vrtlarenja za OČOIT.
 - Savjeti o tome što uzgajati i kako uzgajati biljke za jelo, zajedno s resursima kao što su knjige ili vodiči, smatrani su sljedećim najvažnijim potrebama podrške
 - Obiteljske vrtlarske grupe i kombinirani tečajevi kuhanja i vrtlarstva smatrani su manje bitnim.
 - Nagrade, priznanje postignuća i drugi motivacijski pristupi smatraju se najmanje korisnim oblikom podrške u cjelini, iako se u Hrvatskoj smatraju važnim.

Rasprava

Trendovi u vrtlarstvu, stavovi i pristupi

Trendovi, stavovi i pristupi vrtlarstvu slični su u sve četiri partnerske zemlje. Ključni identificirani trendovi i obrasci bili su:

Povećana popularnost & demografija

- Vrtlarstvo postaje sve popularnije posljednjih godina, nakon razdoblja opadanja, te je postalo uobičajeno da ljudi imaju vrt i uzgajaju vlastitu hranu.
- U vrtlarstvu su otprilike jednaki udjeli muškaraca i žena. Općenito, uključenost u vrtlarstvo raste s godinama (potaknuto čimbenicima kao što su povećana zarada, uspostavljena karijera, više slobodnog vremena kada djeca isele iz kuće) do starije dobi (~ 70-ih), kada vrtlarstvo općenito opada.
- Posljednjih godina više mladih (20-30-ih) postaje uključeno u vrtlarstvo, vođeni uglavnom percepcijom prednosti za zdravlje i opću dobrobit.

Pitanja vezana za zdravlje i okoliš

- Postoje mlađe generacije koje zabrinjava pitanje zaštite okoliša i odmiču se od prehrane mesom te traže održiviji način života.
- Drugi faktor je sve veće razumijevanje zdravstvenih prednosti uzgoja hrane i želja za poznavanjem porijekla hrane. Promjena ruralnog krajolika u velikoj industrijskoj proizvodnji intenzivnog uzgoja rezultirala je nepovjerenjem prema masovno proizvedenoj hrani uzgojenoj uz upotrebu umjetnih gnojiva i insekticida.

Veličina vrtova

- Vrtlarstvo u malim prostorima, manjina ima velike vrtove.
- Općenito, što je mlađi vlasnik, manji je vrt (to je povezano s prihodima i sklonosti življenja u urbanim područjima zbog posla).

Utjecaj urbanizacije

- Promjena ruralnog krajolika i intenzivna poljoprivreda doveli su do migracije stanovništva u urbano okruženje s više stambenih zgrada i s malim vrtovima ili bez njih.
- To je djelomično potaknuto mogućnostima zapošljavanja u gradovima i promjenom ruralnog krajolika industrijalizacijom velikih razmjera s intenzivnom poljoprivredom što dovodi do smanjenja zaposlenosti u ruralnim područjima.
- Urbano vrtlarstvo obično uključuje vrtlarenje u malim prostorima. Gradski stanovnici često neće imati klasični vrt, ali mogu imati vrt na balkonu, prozorske police ili terasu. To je dovelo do različitih maštovitih rješenja koja ljudima omogućuju vrtlarenje. To također znači da ljudi moraju biti selektivni u pogledu uzgoja i mogu se usredotočiti na potrošni materijal koji je manje dostupan ili skuplji za kupovinu poput voća i povrća ili aromatičnih biljaka.
- Urbani vrtlari uglavnom su prilično mladi (u prosjeku 35 godina), i općenito zabrinuti za zdravlje i okoliš (vole prirodu i preferiraju organsko povrće i voće).

Vrijeme i trud

- Vrtlari cijene osjećaj opuštenosti i mira koji dobivaju od vrtlarstva, a dijelom je to i zbog mogućnosti brige za druga živa bića. U isto vrijeme često imaju ograničeno slobodno vrijeme i traže hobi / aktivnost koja zahtijeva minimalno ulaganje vremena i ugodnija je, a nije obaveza. Žele biti sposobni uživati u vremenu provedenom u vrtu, a ne biti vođeni potrebama.
- Vrtlari sve više ulažu u tehnologiju - hidroponska rješenja, zeleni zidovi, sustavi za navodnjavanje, razmjena informacija putem tradicionalnih i društvenih medija, informacije o gnojivima, organskom vrtlarstvu (prirodni sustav) – što znači da više ne idu u vrt svaki dan.

Zajedničko vrtlarstvo (zajednica)

- Neke vladine institucije prepoznaju korist gradskog zelenog prostora i zajedničkih vrtova. Čini se da zajednički vrtovi pomažu u izgradnji

zajednica i dobar su način trošenja javnog novca za javno dobro te se uključuju u mnoge nove zgrade u predgrađima.

- Zajedničko vrtlarstvo također čini vrtlarenje jeftinijim (dijeljenje resursa), zahtijeva manje prostora za skladištenje i manje vremena.
- Vrtlarstvo se također vidi kao način integracije različitih generacija, npr. u smislu obiteljskog vrtlarstva (s djecom / unucima) ili obiteljskog poljoprivrednog gospodarstva i malih gospodarstava na kojima se cijela obitelj bavi poljoprivredom / vrtlarstvom.

Nacionalne i regionalne razlike

- Neke su države izvjestile da različite regije u zemlji mogu imati različite specijalizacije ili mogu postojati određene vrste vrtlarstva na kojima je veći naglasak, npr. popularnost pčelarstva u Sloveniji.

Usporedni rezultati upitnika

1. Dob i spol ključnih članova obitelji

	Odrasli s IT	Roditelj/skrbnik
Hrvatska	33	59
Italija	32	56
Slovenija	38	62
UK	29	58

Demografije anketiranih obitelji s OČOIT-om bile su vrlo slične u sve četiri zemlje. Općenito, OČOIT je u svojim ranim tridesetima, a roditelj / skrbnik u kasnim 50-im, ranim 60-ima.

2. Koliko ima ostalih članova obitelji (odrasli i djeca ispod 18 godina)?

3. Koliko ih ima intelektualne teškoće?

U svim zemljama većina obitelji imala je samo jednog člana obitelji s intelektualnim teškoćama. Samo Slovenija je izvjestila da dvije obitelji imaju 2 člana s IT, a jedna obitelj 4 člana s IT.

	Članovi obitelji s IT
Hrvatska	1
Italija	1
Slovenija	18(1) 2(2) 1 (4)
UK	1

To sugerira da je u većini slučajeva OČOIT jedini s intelektualnim teškoćama u obitelji, a roditelji i skrbnici nemaju intelektualne teškoće.

4. Imate li vrt ili neki drugi prostor za uzgajanje biljaka?

	Vrt	Bez vrta/ prostora		
Hrvatska	67%	33%	Mali/srednji vrtovi 1 veliki	Puno povrća, voća, nešto cvijeća
Italija	14%	86%	Terase/balkoni	Povrće, aromatično bilje
Slovenija	65%	35%	Mali/ srednji 1 farma,2 velika	Prvenstveno povrće, bilje, nešto cvijeća
UK	86%	14%	Većina ima veliki Ostali mali do srednji, jedan ima parcelu	Mnogi uzgajaju voće Većinu povrća (iako su neki uzgajali travu i cvijeće, sada to ne čine zbog nedostatka vremena ili zdravstvenih problema)

5. Što mislite, koje su prednosti vrtlarstva za odrasle s intelektualnim teškoćama? (odaberite sve što je primjenjivo)

	HR	IT	SL	UK
Povećana fizička aktivnost	76%	82%	86%	95%
Razvijanje novog hobija/rekreativna aktivnost	57%	95%	45%	90%
Svježi zrak	90%	91%	95%	86%
Razlog za boravak vani	57%	73%	77%	86%
Poboljšano mentalno zdravlje/dobrobit	33%	95%	68%	76%
Boravak u prirodi i osjećaj za prirodu	85%	36%	59%	71%
Razvijanje osjećaja svrhe	29%	27%	59%	67%
Razumijevanje izvora hrane i izbora zdrave prehrane	52%	73%	82%	67%
Postignuće i povećani osjećaj samopouzdanja	24%	91%	55%	67%
Povećana suradnja s lokalnom zajednicom (obitelj ili šira zajednica)	9%	50%	50%	67%
Sloboda izbora i preuzimanje odgovornosti u sigurnom i rizičnom okruženju	19%	9%	50%	62%
Biti uključen u aktivnost koju možemo dijeliti s drugima/raspravljati o tome	38%	23%	45%	62%
Učenje upravljanja emocijama i poboljšano ponašanje	24%	36%	41%	57%
Mogućnost nastavka učenja ili stjecanja kvalifikacija	14%	82%	41%	52%
Poboljšanje vještina vezanih za rad kao što je upravljanje vremenom, planiranje zadataka itd.	29%	32%	50%	48%
Ostalo (molim specificirajte)	1.5%	5%	9%	5%
	90%		9%	

Ključne prednosti u svim zemljama bile su povećana fizička aktivnost, svjež zrak i razlog za boravak vani. Smatralo se i da vrtlarstvo poboljšava mentalno zdravlje i dobrobit. U Italiji su učenje/ stjecanje kvalifikacija, postignuće i povećanje samopouzdanja smatrani važnim prednostima, ali ne i u ostale tri zemlje. U Hrvatskoj i UK, boravak u prirodi i osjećaj za prirodu smatrani su važnim prednostima, ali manje u ostale dvije zemlje. U Italiji i UK razvoj novog hobija / rekreativna aktivnost bila je važna prednost, ali manje u Hrvatskoj ili Sloveniji. To je možda zato što se vrtlarstvo doživljava kao praktičnija aktivnost u posljednje dvije zemlje, a više kao rekreativna aktivnost u prve dvije.

6. Koje su praktične prepreke kućnog vrtlarstva? Navedite koliki utjecaj imaju sljedeći čimbenici na mogućnost da se vaš odrasli član obitelji s intelektualnim teškoćama uključi u vrtlarstvo sa svojom obitelji.

	Hrvatska	Italija	Slovenija	UK
Nedostatak interesa za rad u vrtu	x		x	
Zahijeva emocionalnu i motivacijsku podršku	x	x	x	x
Manjak motivacije		x	2	x
Mnajak samopouzdanja		x	2	2
Nedostatak vremena		x		2
Zahijeva praktičnu podršku od strane roditelja/skrbnika	x	x	x	x
Rizik uporabe alata	x		2	
Nedostatak znanja/iskustva u radu u vrtu (kako uzgajati biljke , što saditi i kada)	x	2	x	x
Nema prikladnog prostora za vrt		2	x	
Nedostatak novca za kupnju biljaka i dr. potrepština (alat, sjeme, biljke itd.)		2	2	
Nema pristupa objektima za kupnju biljaka i drugih potrepština				

Glavne prepreke vrtlarstvu u svim zemljama su potreba za emocionalnom, motivacijskom i praktičnom podrškom za OČOIT-a u vrtu. To može biti još veća prepreka ako je roditelj / skrbnik ograničen s vremenom, npr. ako su roditelji / skrbnici zaposleni ili stariji. Nedostatak znanja i iskustva u radu u vrtu također je bila prepreka (znati što, kada i kako učiniti). Iako postoji mnoštvo knjiga o vrtlarstvu i materijala na internetu koji daju savjete o sezonskom uzgoju, još uvijek nismo otkrili nijedan jednostavan format za čitanje dizajniran za odrasle s IT-om (iako postoje kuharice napisane u lako čitljivom obliku). To može biti i način motiviranja i uključivanja OČOIT-a u vrtlarstvo.

Veličina i dostupnost vrtova također mogu biti prepreka u nekim slučajevima. Slovenija i Italija izvijestile su o nedostatku prostora, dok je nekoliko ispitanika u UK spomenulo da su njihovi vrtovi preveliki za održavanje ili zahtijevaju previše posla.

7. Koja bi vrsta podrške pomogla Vašoj obitelji i odraslom članu obitelji s intelektualnim teškoćama da se bave vrtlarstvom? (odaberite sve što je primjenjivo)

	Hrvatska	Italija	Slovenija	UK	Postotak	Ocjena*
Podrška iskusnog vrtlara ili lokalne vrtlarske zajednice	9%	91%	26%	71%	49%	4
Pristup vrtovima ili prostorima za uzgajanje biljaka	29%	86%	37%	62%	54%	4.5
Knjige ili on-line tutorijali o tome kako vrtlariti	29%	86%	21%	29%	41%	3
Sezonski planovi, što i kako uzgajati	14%	86%	21%	63%	46%	3
Vrtlarski tečajevi/radionice za OČOIT	24%	91%	21%	71%	52%	4
Vrtlarski tečajevi/radionice za cijelu obitelj	5%	82%	16%	71%	44%	2.5
Savjeti za uzgoj biljaka za prehranu	52%	64%	47%	43%	52%	3
Tečajevi proizvodnje hrane koji kombiniraju vrtlarstvo i kuhanje (i zdravu prehranu))	29%	23%	32%	76%	40%	2.5
Nagrade i priznanja za postignuća ili drugi motivacijski pristupi	52%	5%	11%	43%	28%	1.5
Ostalo			16%			

*Najviše ocijenjeni izbori kao 1.5 (zeleno) a drugi izbori kao 1 (narančasto)

U svim zemljama postojalo je manje konsenzusa oko preferirane podrške koja bi pomogla obitelji i OČOIT-u da se bave vrtlarstvom. Nagrade, priznanje za postignuća i drugi motivacijski pristupi smatrani su najmanje korisnim u cjelini, iako je to bila prva preferencija za Hrvatsku, zajedno sa savjetima o uzgoju biljaka koje je bila i najveća sklonost u Sloveniji. Pristup prostoru je bila ključna potreba za potporom, uz podršku iskusnog vrtlara ili vrtlarske zajednice i tečajeva za vrtlarstvo za OČOIT. Obiteljske grupe koje se bave vrtlarstvom i kombinirani tečajevi za kuhanje i vrtlarstvo smatrani su manje bitnim. Sezonski planovi za uzgoj biljaka i savjeti za uzgoj biljaka bili su umjereno korisni, zajedno s potrebom za drugim resursima, poput knjiga ili tutorijala.

Sljedeći koraci

Sljedeće faze projekta uključivat će razvoj metodologije i podržavajućih resursa za podršku vrtlarstvu i kuhanju kod kuće ili u blizini kuće za odrasle osobe s intelektualnim teškoćama, njihove obitelji i lokalne edukatore.

Nacionalna izvješća

Sažetak nacionalnog izvješća za Hrvatsku

Stavovi i pristupi vrtlarstvu u Hrvatskoj

Povećavanjem urbanizacije postepeno se brišu granice između sela i gradova. Kao rezultat toga, ruralno okruženje i proizvodnja hrane sve se više industrijalizira s fokusom na maksimiziranje prinosa i profita. To rezultira posljedicama poput zdravstvenih problema zbog pretjerane uporabe pesticida gnojiva, GMO-a itd., a nepostojanje veze između ljudi i njihove hrane zbog dugog vremena isporuke dovodi do otuđenja od procesa uzgoja hrane koju jedemo i nedostatka znanja o izvorima i kvaliteti hrane koju jedemo.

Vrtlarstvo u Hrvatskoj prevladava u ruralnim područjima u kojima ljudi posjeduju zemlju. Ljudi sve više traže domaće povrće.

Vrtlarstvom na selu češće se bavi populacija ljudi od 30 do 70 godina, iako se sve više razvijaju obiteljska poljoprivredna gospodarstva na kojima punoljetni članovi istog kućanstva obavljaju poljoprivrednu djelatnost. Različita područja Hrvatske poznata su po proizvodnji različitih usjeva: npr. dolina Neretve bogata je plantažama mandarina.

Urbano vrtlarstvo postaje sve popularnije. Vrtlarstvo na prozorima, balkonima, terasama i krovovima sve je popularnije, jer zbog skučenosti prostora ljudi pronalaze maštovita rješenja. Zapravo, radi se o trendu koji ima svoje tipične oblike: kao povratak iskonskome ili novo otkriće seoskog vrta, do već ozbiljnijeg pokreta kolektivnih gradskih vrtova ili sveobuhvatnog smišljenog iskorištavanja neiskorištenih javnih površina.

Prednosti vrtlarstva

Povrće iz domaćeg samoopskrbnog vrta znači i znatno rasterećenje obiteljskog proračuna te ugodno opuštanje i kretanje na svježem zraku. Svježe domaće povrće, koje smo upravo ubrali iz vrta, ima i najviše vitamina, minerala i hranjivih tvari od onog koje je duže uskladišteno. Uzgoj biljaka je učinkovit način opuštanja i stjecanja dobrobiti brigom o drugom živom biću, čak i ako je to

samo biljka. Prednost je i u tome što biljkama treba samo malo našeg slobodnog vremena da bismood njih imali koristi.

Vrtlarstvo je uobičajena tema razgovora na druženjima obitelji ili zajednice, a savjeti o vrtlarstvu često se objavljuju u medijima (TV, radio, novine), kao i u specijaliziranim emisijama i na web stranicama.

Ljudi se bave vrtlarstvom jer vjeruju da pozitivno utječe na fizičko i mentalno zdravlje. Kao i gore navedene prednosti, smatra se da vrtlarstvo smanjuje stres i oslobađa napetosti, smanjuje rizik od srčanih bolesti i dijabetesa, pruža osjećaj sreće, održava zdravi mozak, pruža bolji i lakši san.

Mogućnosti vrtlarenja za osobe s intelektualnim teškoćama – primjeri dobre prakse

Od šezdesetih godina 20. stoljeća provodi se politika deinstitutionalizacije osoba s intelektualnim teškoćama kako bi im se omogućio život u zajednici. S ciljem podrške osobama s intelektualnim teškoćama većina centara za usluge u zajednici i udruga koje rade s odraslim osobama s IT pomažu im u svladavanju svakodnevnih životnih aktivnosti, npr. kuhanje jednostavnih obroka, higijena, kupovina, prijevoz, komunikacija i druženje.

Među aktivnostima svakodnevnog življenja sve češće se javlja i rad u vrtovima za koji postoje brojni dokazi kako ima blagotvorni učinak na tjelesno, psihičko, socijalno i duhovno zdravlje osoba s intelektualnim teškoćama. Briga za vrt je suština vrtlarenja i suština njegovog terapijskog djelovanja. No vrt nije samo prostor za vrtlarenje, nego i „za odmor, mir, nedužnost i slatku samoću“. Vrtlarenje omogućuje svakom ljudskom biću, bez obzira na ograničenja, da radi, stječe nova znanja i opušta se.

U Hrvatskoj postoje razni primjeri dobre prakse u vrtlarstvu. Centar za pružanje usluga u zajednici Ozalj javna je ustanova u Karlovačkoj županiji koja radi s djecom, mladima i odraslima s intelektualnim teškoćama. Smješten u parku uključuje rad u ratarstvu, svinjogojstvu, povrtlarstvu, voćarstvu, cvjećarstvu i uzgoju aromatičnog i ljekovitog bilja), uključujući preradu poljoprivrednih proizvoda (proizvodnju voćnog soka, sušenje povrća, voća i ljekovitog / aromatičnog bilja te postupke pakiranja) i proizvodnju prirodne kozmetike korištenjem visokokvalitetnih prirodnih sastojaka, a izrađuju se: sapuni, ulja za negu i čišćenje kože, mast od gaveza, mast od nevena, balzami za usne, pločice za masažu, pilinzi, aromatične soli i mirisne vodice za prostore i tijelo.

Zadruga Martinov plašt provodi projekt „Mini urbani sklopivi vrt“ prilagođen osobama s invaliditetom prilagodljivih je dimenzija i visine, odignut od podloge: u

sanducima, posudama. Pogodan je i za osobe u invalidskim kolicima, kao i sve one koji imaju problema sa sagibanjem, čučanjem kao što su starije osobe i osobe s bolestima organa za kretanje. Također nudi i druge tečajeve poput početne obuke o organskoj (eko) poljoprivredi i prehranbenim savjetovanjima koja se odnose na zdravu prehranu. Udruga osoba s invaliditetom Karlovačke županije (UOSIKAŽU) u partnerstvu s Centrom za usluge u zajednici Ozalj uključena je u projekt „Razvoj i unaprjeđenje socijalnih usluga - Praktična kuća znanja II“, koji uključuje uzgoj aromatičnih i ljekovitih biljaka. Naučena znanja u radno okupacijskim aktivnostima hortikulture, procesu od sadnje i uzgoja nevena na uzdignutim (prilagođenim) gredicama, edukaciji o organskom uzgoju i brizi o sadnicama do gotovog proizvoda prirodne kozmetike (mast od nevena, prirodni sapuni i hidrolati) omogućiti će Udruzi da samostalno pokrene navedene aktivnosti koje se u budućnosti mogu plasirati na tržište.

Sažetak upitnika

Prema rezultatima, sve obitelji koje su sudjelovale u upitniku imaju samo jednog člana s intelektualnim teškoćama. Većina obitelji (67%) posjeduje vrt i bavi se vrtlarenjem uzgajajući razno povrće, voće i cvijeće. Međutim, u većini obitelji (57%) OČOIT nije uključen u rad u vrtu.

Kao tri najvažnije prednosti vrtlarstva obitelji su istaknule svjež zrak, boravak u prirodi i osjećaj za prirodu, te povećanu tjelesnu aktivnost. Prepreke koje imaju najveći utjecaj na mogućnost da se OČOIT uključi u vrtlarstvo sa svojom obitelji su zahtijevanje praktične podrške od strane roditelja/skrbnika, nedostatak znanja/iskustva u radu u vrtu i rizik uporabe alata.

Kao najznačajnije vrste podrške koje bi pomogle obiteljima i OČOIT-u da se bave vrtlarstvom istaknute su savjeti za uzgoj biljaka za prehranu i nagrade i priznanja za postignuće ili drugi motivacijski pristupi.

Sažetak nacionalnog izvješća za Italiju

Stavovi i pristupi vrtlarenju u Italiji

Prema istraživanju potrošačkih navika, jedan od tri Talijana posvećen je vrtlarstvu, a sve više ih se bavi vrtlarstvom kao hobiem, često sa svojom djecom ili unucima. Jedna od glavnih prednosti je što vrtlarstvo mogu raditi oni koji imaju vrt, kao i oni koji imaju samo mali balkon ili terasu. Talijani su, u skladu sa svjetskim rezultatima, pokazali da:

- 7% ispitanika svakodnevno se posvećuje vrtlarstvu
- 25% barem jednom tjedno
- 19% jednom mjesečno

- 21% ponekad
- 28% kaže da se nikada nisu bavili vrtlarstvom

Muškarci i žene bave se vrtlarstvom jednako. Većina vrtlara ima preko 60 godina, ali 37% 40-godišnjaka se bave vrtlarstvom na tjednoj ili dnevnoj bazi. Tinejdžeri (od 15 do 19 godina) najmanje se bave vrtlarstvom (oko 59% nikada se ne bavi vrtlarstvom).

Sve je više Talijana koji počinju vrtlariti za sebe ili za svoju širu obitelj.

U Italiji je novi trend urbanog, zajedničkog i etičnog vrtlarstva. Italija je peta u svijetu po zajedničkom vrtlarstvu u gradu. Gradski vrtlari uglavnom su prilično mladi (u prosjeku imaju 35 godina), vole prirodu i više vole organsko povrće i voće.

Milenijci (oni rođeni nakon 1980.) često nemaju mjesta za vrtove i odbijaju upotrebu kemikalija. Općenito, oni koji posjeduju velike vrtove za uzgoj biljaka, travnjaka, voćnjaka i voćaka su manjina. Preseljenje sa sela i povećana urbanizacija, čak i u predgrađima, donijelo je (i donijet će još više) impresivno povećanje broja stanovnika u stanovima u odnosu na one koji imaju dovoljno sreće da posjeduju kuću opremljenu vrtom.

Urbani vrtlari također su uključeni u "društveno dijeljenje", odnosno dijeljenje parcela zemlje (dodijeljenih od strane sve više općina na poluotoku, počevši od Rima) ili dvorišta i terasa kako bi napravili povrtnjake i cvjetnjake. Zajednički vrtovi također pomažu u izgradnji zajednice te su dobar utrošak javnog novca za javno dobro, a uključuju se u mnoge nove zgrade u predgrađima. To također čini vrtlarstvo jeftinijim (dijeljenje resursa), zahtijeva manje prostora za pohranu i manje vremena.

Novi entuzijasti ulažu i u tehnološka rješenja poput hidroponskih sustava (u lonce bez zemlje, korijeni su u vodi, a prodaju se i u velikim pogonima i skladištima jer se povećala potražnja), ili vješajuće košare ili vreće s biljkama na zidovima koji čine zelene zidove s tropskim učinkom. U ime tehnologije, novi vrtlari u potpunosti iskorištavaju automatske i elektroničke sustave za navodnjavanje, kalibrirano zalijevanje po specifičnoj vrsti povrća koje se uzgaja, i više ne idu svaki dan u vrt da bi zalijevali povrće kao što su to činili njihovi prethodnici.

Dobijaju informacije, čitaju priručnike putem interneta i sudjeluju u forumima i razgovorima između „kolega“ kako bi naučili više i čitali o gnojivu, preferirajući prirodne od kemijskih sustava za uzgoj biljaka i povrća jer brinu o okolišu. Sve češće, prije sadnje mrkve i krumpira, analiziraju zemlju i vodu iz laboratorija kako bi testirali njihovu kvalitetu.

Prednosti vrtlarstva

Razlozi za vrtlarstvo uključuju činjenje domaćeg okoliša lijepim i korisnim (proizvodnjom vlastitog voća i povrća). Oni koji žive u stanovima mogu na balkonima uzgajati začinske bilje ili voćke. Vrtlarstvo ima pozitivne psihološke prednosti u brizi o okolišu i opuštanju. Također omogućuje pojedincima stvaranje snažne povezanosti s djecom i uključivanje u obrazovanje i pozitivan osobni rast.

U svijetu je za brigu o biljkama i povrću potrošeno oko 84 milijarde dolara, 11 posto više u posljednjih 5 godina. Analitičari predviđaju da će se ta vrijednost ponovno povećati i u 2020. dostići 88 milijardi. Italija je, nakon 3 godine pada zelene potrošnje povezanog s najtežom makroekonomskom situacijom, sada peta na svijetu nakon Sjedinjenih Država, Njemačke, Francuske i Engleske.

Prema riječima stručnjaka, vrtlarske aktivnosti poboljšavaju fizičko i psihičko zdravlje samih pacijenata. Ali i motoričke sposobnosti: sjetva, obrezivanje, sakupljanje plodova i druge aktivnosti u dodiru s prirodom potiču kretanje koje također pogoduje koordinaciji rada oči-ruke-šake. Usvajanje imena nekih biljaka, učenje prostorno-vremenskih pojmova, cikličkih godišnja doba, sve su aktivnosti koje poboljšavaju vještine učenja i kognitivnu sferu. Nadalje, uvrštavanje u radnu skupinu u kojoj se slijedi zajednička namjera i jedna aktivnost zajedno s ostalima, dijeljenje prostora, alata, promiče socijalizaciju.

Mogućnosti vrtlarstva za osobe s intelektualnim teškoćama – primjeri dobre prakse

Različiti projekti koriste vrtlarstvo za osobe s invaliditetom, npr: vrtlarstvo se koristi kao terapijska metoda za rad i socijalnu reintegraciju pacijenata koji pate od mentalnih bolesti. Projekt koji je pokrenuo "Maccacaroov odjel za mentalno zdravlje" u Torinu za pacijente dnevnih centara zadužen je za izravno upravljanje i obnovu javnog vrta u Torinu. Za ovu obvezu, pacijenti će dobiti financijsku naknadu zahvaljujući nekim „stipendijama za rad“ koje financira Odjel za socijalno zdravlje. Ovaj projekt ima za cilj stvoriti most između zdravstvenih ustanova i resursa iz susjedstva, stvarajući mrežu koja omogućava progresivnu reintegraciju psihijatrijskog pacijenta. Istodobno, predanost koja se odnosi na izravno upravljanje zelenom površinom omogućava pacijentu da povrati motoričke vještine i sposobnost samoodgovornosti, vraćajući samopoštovanje kroz zahvalnost vezanu za dobivene rezultate, financijsku nadoknadu i svijest o provođenju društveno korisnog rada koji građani cijene ”.

Beatrice Marucci, agronomka iz Perugie, dizajnira i gradi vrtove kako bi bilo lakše boraviti u objektima u kojima su smješteni ljudi s tjelesnim invaliditetom, mentalnim bolestima i terminalnim bolestima. Sada radi na projektu terapijskog

vrta koji će angažirati studente sveučilišta LUISS u Rimu u radu s autističnom djecom. Hortikulturna terapija u svojim različitim primjenama terapijskog vrtlarstva i ljekovitog krajolika još je slabo poznata. Pacijenti stambene zajednice Sant'Anna, unutar društvenog gospodarstva u okrugu Sant'Elia na Sardiniji, zaduženi su za sjetvu, berbu plodova, vrtlarenje i uređenje vrta. To su zadaci koji mogu potaknuti osjet mirisa, vida, dodira, sluha i razviti vještine i kompetencije. To je cilj projekta „Uzgajaj sam“, koji je promovirala Stambena zajednica kojom upravlja suradnja Humanitas u suradnji sa udrugom „Il Sorriso“.

Centar Kardinal Ferrari (CCF) iz Fontanellatoa u Emiliji Romagni gradi vrtni povrtnjak posvećen radnoj terapiji. Terapijska ideja o vrtu rođena je unutar smjerova radne terapije koje su proučavali stručnjaci CCF-a kako bi uključili više pacijenata sa stečenim teškim ozljedama mozga, uglavnom kognitivno-bihevioralne prirode.

„To je projekt - objašnjava neurologinja Donatella Saviola, ravnateljica Dnevne bolnice CCF - koji ima za cilj povećati autonomiju i poboljšati kvalitetu života, a temelji se na stalnom promatranju pacijenata tijekom godina.“ „S našim pilot iskustvom - nastavlja Saviola - primijetili smo da grupna terapija, uključivanjem u brigu o povrtnjaku, poboljšava sudjelovanje i združivanje, što bi bilo teško postići tradicionalnim metodama, tj. strukturiranim kognitivno-bihevioralnim terapijama“.

Rezultati upitnika

Prema rezultatima, sve obitelji koje su sudjelovale u upitniku imaju samo jednog člana s intelektualnim teškoćama. Većina obitelji (86%) ne posjeduje vrt i ne bavi se vrtlarstvom.

Najvažnije prednosti vrtlarenja su „razvijanje novog hobija / rekreacijska aktivnost“, „poboljšanje mentalnog zdravlja / blagostanja“, „svjež zrak“ i „postignuće i povećani osjećaj samopouzdanja“. Također „povećana tjelesna aktivnost“ i „ prilika za nastavak učenja ili stjecanje kvalifikacija “smatraju se vrlo važnim za ispitanike.

Prepreke koje imaju najveći utjecaj na mogućnost OČOIT-a da se bave vrtlarstvom sa svojom obitelji je „nedostatak samopouzdanja“ (19 odgovora), nakon čega slijedi „potrebna praktična podrška roditelja / skrbnika“, „nedostatak vremena“, „nedostatak motivacije“, „zahtijeva emocionalnu ili motivacijsku podršku“ (18).

Sažetak nacionalnog izvješća za Sloveniju

Stavovi i pristupi vrtlarstvu u Sloveniji

Proizvodnja povrća u Sloveniji je dobro razvijena, gotovo svaka kuća ima barem mali vrt. U Sloveniji još uvijek postoji snažna kultura posjedovanja vrta i uzgoja povrća kod kuće. Jedan od popularnijih slovenskih hobija je urbano vrtlarstvo i mnogi Slovenci sanjaju o mirnoj kući s vrtom.

Vrtlari u Sloveniji također su stanovnici stambenih zgrada koje posjeduju / iznajmljuju vrtnu parcelu (obično u blizini svog doma) za uzgoj povrća. Na jednom mjestu obično ima nekoliko takvih okućnica, pa se "susjedi" druže, pomažu jedni drugima i provode kvalitetno vrijeme vani.

Većina većih gradova u Sloveniji ima takve okućnice na raspolaganju za iznajmljivanje, a u većini slučajeva su popunjene, tako da postoje duge liste čekanja ako ih netko novi želi unajmiti. U manjim gradovima obično nema okućnica, jer većina ljudi ima vrt pokraj svoje kuće.

Populacija slovenskih vrtlara vrlo je raznolika, od studenata do umirovljenika. Postoje također vrlo različite veličine vrtova / prostora nalik na vrt. Puno ljudi koji žive u stambenim zgradama imaju svoje biljke na balkonu u manjim ili većim loncima (ovisno o tome što uzgajaju). U privatnim kućama vrtovi su veći i raznolikiji u selekciji biljaka.

Odluka o tome što uzgajati temelji se na potrebama i željama vrtlara, raspoloživom prostoru, financijama i, naravno, vremenu koje treba uložiti kako bi biljke uspješno rastle.

Među najpopularnijim biljkama su definitivno začinske biljke, jer se relativno lako uzgajaju i možete ih uvijek držati na prozoru ako nemate vrt ili balkon. U posljednje vrijeme bilježi se porast uzgoja rajčice i jagoda na balkonima, vjerojatno zbog novih sorti koje se lakše uzgajaju u loncima. Ljudi s većim vrtovima također uzgajaju više povrća u kombinaciji s voćem i biljem. Većina balkona (apartmani i kuće) imaju ukrasno cvijeće.

Postoje brojni časopisi, web stranice, tečajevi i drugi izvori informacija o vrtlarstvu u Sloveniji.

Učestale su tržnice poljoprivrednika, razmjena svježeg povrća; razmjena autohtonog sjemena i drugi događaji koji promiču vrtlarstvo i korištenje našeg autohtonog sjemena, tako da biljke napreduju i budu pogodne za naše okruženje.

Prednosti vrtlarstva

Domaće povrće ima mnogo prednosti u odnosu na povrće koje kupujemo u trgovini. Obično ima bolji okus jer je uzgajano na prirodniji način bez modernih industrijskih pristupa. Najčešće sijemo i sadimo sorte koje nisu najprikladnije za industrijsku proizvodnju i koje se ne mogu kupiti u trgovini ili na tržištu. Domaće povrće može biti čovjeku prihvatljivije, jer obično koristimo organska gnojiva odnosno gnojiva koja se proizvode organski.

Uzgoj povrća u kućnom vrtu, strogo financijski, nije ekonomski održiv. S obzirom na vrijeme uloženo u uzgoj, salata koja se uzgaja kod kuće mnogo je skuplja od kupljene u marketu ili trgovini. Ali s druge strane to je i hobi u kojem smo u kontaktu s prirodom. Uzgoj povrtnjaka također zahtijeva neki fizički napor i oblik je rekreacije. Zadovoljstvo u žetvi i uživanju u domaćoj rajčici, salati, mrkvi i ostalom povrću je neprocjenjivo.

Razlozi za vrtlarstvo jednako su svestrani kao i ljudi. Neki uživaju u svježem zraku; neki vole dodir tla; neki ga koriste umjesto vježbanja; neki vole taj osjećaj uzgoja nečeg novog od sjemena do ploda; neki su na to samo naučeni od strane svojih roditelja / baka i djedova, a neki samo žele hranu koju uzgajaju kod kuće. Bez obzira na razlog, vrtlarstvo uvijek izgleda kao dobra ideja.

Mogućnosti vrtlarstva za osobe s intelektualnim teškoćama – primjeri dobre prakse

Eko-društveno poljoprivredno gospodarstvo Korenika nalazi se u Šalovcima, u samom srcu Parka prirode Goričko (sjeveroistočni dio Slovenije). Stručna javnost prepoznaje ga kao primjer dobre prakse u društvenom poduzetništvu, zapošljavanju osoba s invaliditetom i drugih ranjivih društvenih skupina, kao i u zaštićenom zapošljavanju.

Na farmi Korenika uspostavili su sustav proizvodnje i prerade organske hrane. Na preko 20 hektara zemlje uzgajaju usjeve, bilje, voće i povrće. Također beru divlje voće i pretvaraju ih u organske proizvode. Proizvode i prodaju vlastitu marku biljnih čajeva, hladno prešanog ulja, sušenog i kiselog voća i povrća, zimnice, sokova, sirupa i još mnogo toga.

Uredili su prostrani biljni vrt i park životinja, u kojem žive mnoge životinje popularne među najmlađim posjetiteljima. Kako broj posjetitelja i dalje raste, nude sve više i više aktivnosti i edukativnih događanja u ovom ugodnom, umirujućem i impresivnom ruralnom okruženju. Sve veći broj posjetitelja pozitivno je utjecao na razvoj njihove turističke i ugostiteljske ponude. Nude radionice

temeljene na iskustvenom učenju za mnoge škole i vrtiće, gdje djeca i mladi mogu istovremeno učiti, opustiti se i igrati.

Radno-okupacijski centri (ROC) za osobe s intelektualnim teškoćama

Većina ROC-a orijentirana je na suradnju sa svojim korisnicima, tako da oni uče vještine svakodnevnog života. Većina ROC-a u Sloveniji ima svoj vrt, a neki čak imaju i svoje pčelinje košnice, pa proizvode svoj med.

U ROC-u Tončke Hočevar u Ljubljani imaju terapijski vrt. Hortikulture aktivnosti imaju dugu tradiciju u njihovoj ustanovi. Vrlo je popularan među korisnicima, posebno zbog raznih aktivnosti koje se održavaju tijekom cijele godine. Sade balkonsko cvijeće, ukrasno cvijeće, uzgajaju sobno cvijeće, bilje, povrće i bobice. Brinu se o travnjaku i ukrasnom grmlju, organiziraju radionice aranžiranja cvijeća, organiziraju posjete vrtnim trgovinama i parkovima; uče o biljkama. Glavni ciljevi hortikulture aktivnosti su sljedeći: učenje novih vještina i stjecanje novih znanja, iskustava i uloga; stjecanje odgovornosti; preusmjeravanje pozornosti; opuštanje i promicanje zdravog načina života; kreativnost u stjecanju iskustva zadovoljstvom zbog uspjeha. Biljke, arome i povrće koriste u svakodnevnom životu, pa na taj način upoznaju vrijednost biljaka. Aktivnosti koriste terapijske učinke biljaka: stvaraju bolje raspoloženje i poboljšavaju kvalitetu njihovog života. Njihov terapijski vrt koji je opremljen klupama, ljuljačkama i vrtnim namještajem mjesto je za opuštanje, druženje i obavljanje drugih terapijskih aktivnosti. Vrt je prilagođen osobama s invaliditetom u invalidskim kolicima, popločane površine su dovoljno široke, a vrtno grede povišene te olakšavaju rad s biljkama.

U ROC Zagorje ob Savi jedna od njihovih aktivnosti je pčelarstvo. Sudionici aktivnosti imaju tjedne sastanke. Pčelari imaju puno posla kada brinu o svojim pčelinjim obiteljima i proizvodnji meda.

Rezultati upitnika

Prema rezultatima, većina ispitanika ima vrt ili mjesto za uzgoj biljaka. Većina ih uzgaja povrće i bilje za vlastitu konzumaciju.

Većina ispitanika smatra da je korist od vrtlarenja svjež zrak. Ostale prednosti vrtlarstva su: povećana fizička aktivnost, provođenje vremena vani; razumijevanje izvora hrane i poboljšanje mentalnog zdravlja / dobrobiti.

Glavne praktične prepreke koje sprečavaju OČOIT i njihove obitelji da se bave vrtlarstvom su: nema odgovarajućeg prostora za vrtlarenje; nedostatak interesa

za vrtlarstvo; zahtijeva podršku (emocionalnu i fizičku); i nedostatak znanja o vrtlarstvu.

Većina ispitanika kaže da bi im mogla koristiti podrška u uključivanju njihovog OČOIT-a u vrtlarstvo dobivanjem savjeta o uzgoju jestivih biljaka. Ostali oblici podrške uključuju pristup lokalnom zemljištu (vrtu); tečajevi uzgoja hrane koji kombiniraju vrtlarstvo i kuhanje; i podršku lokalnog vrtlara ili vrtlarske zajednice.

Sažetak nacionalnog izvješća za Ujedinjeno Kraljevstvo

Stavovi i pristupi vrtlarstvu u UK

Otpriblike polovina odraslih u UK izjavljuje da se bave vrtlarstvom u slobodno vrijeme. Vrtovi su cijenjeni zbog svojih estetskih kvaliteta kao i mjesto na kojem se uzgaja povrće. Nešto je više vrtlara žena nego muškaraca. Ljudi se bave vrtlarstvom od sredine svojih 20-ih, ali to ne postalo popularno sve do četrdesetih kad im to postaje ugodnije zbog financijske i obiteljske situiranosti. Mlađe generacije su više uključene u odlazak na posao i brigu o djeci, tako da imaju manje slobodnog vremena.

Prosječna veličina vrta je 14 m², opći trend pokazuje da što je mlađi vlasnik, manji je vrt (povezano s nedostatkom prihoda i tendencijom preseljenja u urbana područja radi posla). Međutim, neke su zgrade imale inovativne preobrazbe kako bi ugradile zeleni prostor u izgrađeni okoliš s vrtovima na krovu, balkonskim biljkama i mnogim lončanicama.

Tipični britanski vrt je dobro održavan, s pokošenim travnjacima i obrezanim grmljem. Mnogi ljudi gledaju na svoje vrtove kao na „petu sobu“ i koriste ih u zabavne svrhe, poput roštilja i vrtnih zabava. Ljudi žele da im vrtovi izgledaju lijepo bez ulaganja previše truda što je dovelo do povećanja prodaje lako održavajućih biljaka i dekorativnih značajki.

Roditelji cijene vrtove kao prostore za igru i istraživanje za svoju djecu, ali sve veći broj mlađih odraslih također želi uzgajati svoju hranu. Za one koji žele imati pristup zelenom prostoru, ali nemaju mjesta tamo gdje žive, postoji i mogućnost dodjele vrta. To su tradicionalno povrtlarske parcele u komunalnim područjima koje ujedno služe i kao prostor za okupljanje zajednice, dodajući vrtlarstvu i uzgoju biljaka društvenu konotaciju.

U ovim nesigurnim političkim vremenima mnogi su odlučili kako je izlazak u prirodu i uzgoj vlastitog povrća upravo ono što im je potrebno da se oslobode stresa i brige. Iako će naš krajolik biti sve urbaniji, postoji izvjesni "uzvrat" generacija. Ulažu interes u spoznaju odakle dolaze poljoprivredni proizvodi i to je

razlog da žele igrati ulogu u njihovom uzgoju i osigurati da su razvijeni na ekološki prihvatljiv način za održivost planeta. 82% Britanaca želi privući više divljih životinja u svoje vrtove - 37% smatra da su divlje životinje najprivlačnija značajka vrta.

Vrtlarsko tržište u UK vrijedi više od 5 milijardi funti, a TV program za vrtlarstvo „Svijet vrtlara“ dostiže gotovo 3 milijuna gledatelja (ali ga je zamijenio sport koji ima manje gledatelja, ali veću financijsku težinu).

Prednosti vrtlarstva

Kako postajemo stariji vrtovi postaju važniji kao izvor tjelesne aktivnosti, ali i u smislu našeg identiteta i neovisnosti te u poboljšanju usamljenosti.

Iako se bavljenje vrtlarstvom može smanjiti u dobi od 75 godina, to je još uvijek važna i održiva aktivnost. Moglo bi se također reći da je generacijski ova dobna skupina odrasla učeći o vrtlarstvu od svojih roditelja, a vidici, mirisi i poznavanje nekih zadataka mogu biti važna poveznica s njihovim prošlošću u kasnijem životu. Također možemo dodati da osobe u dobi od 75 i više godina ne moraju raditi fizičke zadatke da bi imali koristi od boravka vani i da bi čak i vitamin D od sunca, pristup prirodnom zraku i čistom okolišu bio dugoročno dobar za njih.

Vrtlarstvo je također nedavno pronašlo svoj put u školski sustav i pokazalo se korisno u učionici. Dobro dizajnirane studije vrtlarstva u školama sugeriraju da se unos voća i povrća u dječjoj prehrani može značajno povećati u kombinaciji s naporima na poboljšanju roditeljske podrške; daljnji niz studija ukazuje na povećano znanje i sklonosti voću i povrću. Učitelji izvještavaju o pozitivnim učincima na dobrobit, osobna postignuća i ponos na „rast“, a gdje su uključeni i volonteri, vrtlarstvo može biti način za razbijanje društvenih granica svojstvenih akademskim sredinama. Za djecu s poteškoćama u učenju ili problemima s ponašanjem, vrtlarstvo kao vannastavni zadatak i vrt kao mjesto mira i meditacije posebno su vrijedni.

RHS također bilježi godišnje povećanje broja onih koji žele steći kvalifikacije iz hortikulturnih studija. To bi nas moglo navesti da vjerujemo kako se pojedinci time ne žele baviti samo kao s hobbijem, već će svoje vještine u tom području koristiti profesionalno. Stoga umjesto da rade poslove koji bi značili biti zatvoren za radnim stolom ili raditi u velikoj zgradi u gradu, mnogi će možda htjeti biti vani i imati koristi od zelenih površina.

To se odnosi i na osobe s intelektualnim teškoćama ili problemima mentalnog zdravlja za koje vrtlarjenje, u pravom okruženju, može biti manje stresno ili biti više

ostvarivo s manje oslanjanja na pomoć javnosti ili potrebu za visokim cerebralnim sposobnostima.

Mogućnosti vrtlarstva za osobe s intelektualnim teškoćama

U 2005. godini je procijenjeno da je u UK pokrenuto ukupno 836 projekata socijalnog i terapijskog vrtlarstva (STH). Ti su brojevi značajni ako se uzme u obzir da osobe s intelektualnim teškoćama čine 48,7% ukupnih grupa klijenata koji koriste STH. 24,4% organizacija povezanih sa STH-om u UK su fakulteti, društveni centri, škole, vrtni centri i specijalne škole, drugim riječima, mjesta koja bi mogla imati najviše veze s osobama s intelektualnim teškoćama ili bi imala udjela u promicanju učenja.

Dobar primjer projekta STH koji radi s osobama s intelektualnim teškoćama i uspijeva osigurati put do plaćenog rada bio je projekt osmišljen za rješavanje nestašice radnika na lokalnoj berbi rajčica razvijanjem ad-hoc programa rada za 19 osoba s IT koji uključuju kraće razdoblje plaćenog zaposlenja od 20 sati tjedno, 4 sata po danu. Produktivnost pacijenata bila je niža od produktivnosti radnika, ali bili su bolji u odabiru upotrebnog voća, a svo voće ubrano od strane pacijenata je prošlo selekciju. Aktivnost je dovela do poboljšanja prepoznavanja boja i koordinacije pacijenata. Zarada novca stvorila je osjećaj postignuća i povećala samopoštovanje. Uspjeli su pokazati hitrost susrećući se sa svojim autobusom i dobre radne navike kada su svake večeri čistili autobus. Projekt je bio put do rada, ali omogućuje i cjeloživotno učenje u tome da paze na vrijeme i brinu se za svoju opremu, kao i prednosti poput poboljšane koordinacije i osjećaja za postignuće. Vrijedno je primijetiti holističku prirodu STH-a i u tome što se svi ovi ciljevi postižu u granicama jedne aktivnosti, a ne u nizu zadataka koji se postavljaju.

Rezultati upitnika

The Većina ispitanika ima prostor za uzgoj biljaka. Nekoliko ih je spomenulo da imaju velike vrtove i da su vrtlarstvo smatrali izazovnim. Mnogi uzgajaju voće (na voćkama ili grmovima), vjerojatno zato što je to način održavanja uzgojnih jestivih kultura uz minimalno vrijeme i trud. Mnogi već uzgajaju povrće, a drugi su ga uzgajali u prošlosti ili bi željeli.

Glavne prednosti vrtlarstva odnose se na razlog i motivaciju za boravak vani i fizičku aktivnost. Obitelji su također prepoznale opću korist za zdravlje i dobrobit angažmanom u prirodi, ali i razumijevanje izbora hrane i povećanje samopouzdanja i uključenje u širu zajednicu također je smatrano važnim.

Stjecanje kvalifikacija ili radnih vještina smatrano je manje bitnim, možda jer razina teškoća odraslih osoba u studiji ne dopušta da to budu relevantni ciljevi.

Glavne prepreke koje su ispitanici prepoznali bile su potreba za praktičnom podrškom roditelja / skrbnika i nedostatak znanja i iskustva o načinu vrtlarenja (kako uzgajati biljke, što uzgajati i kada). Većina je imala prostor za vrtlarstvo i pristup materijalima i financijama za kupnju resursa.

Najpopularniji oblici podrške bili su tečajevi, ili o uzgoju hrane ili o općem vrtlarstvu, a ispitanici su podjednako bili zainteresirani za tečajeve samo za OČOIT ili za tečajeve koji uključuju i obitelji. Podrška iskusnog vrtlara ili vrtlarske zajednice također se smatrala važnom.

Najmanje korisni oblici podrške smatrali su se resursi poput knjiga ili mrežnih vodiča i općenitih savjeta ili priznanja za postignuća.