



Sede Legale: c/o CESVOL Via Oberdan, 119 - 06034 Foligno (PG)
 TEL. 3473816094
 C.F. 91023580540
 E-MAIL liberidiessererosa@alice.it
 Facebook "orto didattico accessibile"

LABORATORIO DI “ORTO DIDATTICO ACCESSIBILE”

Come nasce l’Ortoterapia e che cos’è

L’Ortoterapia nasce nel 1600 nel Regno Unito in quanto la povertà presente al tempo non consentiva alla popolazione ricoverata in centri di cura di poter sostenere le spese della retta e, invece di pagare in denaro, venne loro chiesto di prendersi cura dei giardini dell’ospedale. I risultati furono incredibili e tale esperienza mise in luce come il lavoro svolto dai malati non soltanto non risultava per loro gravoso ma addirittura contribuiva ad accelerare il processo di cura e di riabilitazione.

Ciò nonostante, per lungo tempo, l’Ortoterapia restò solo un “sistema” per pagare le cure ospedaliere senza evolvere in un vero processo curativo e terapeutico e, i suoi benefici, vennero riscoperti soltanto nel primo e nel secondo dopoguerra.

È stato scientificamente provato infatti che il contatto con la natura, alla base dell’Ortoterapia, può comportare notevoli benefici sul piano cognitivo, psicologico, fisico e sociale e giocare un ruolo importante in programmi di terapia e riabilitazione contribuendo a migliorare il benessere individuale, la qualità della vita e la coesione sociale.

La cura delle piante, infatti, mette in gioco il senso di responsabilità, stimola l’attività intellettuiva, la forza muscolare, la prensione e manipolazione, produce soddisfazione e serenità.



Il progetto

Il progetto è coordinato dall'Associazione "Liberi di Essere" promozione e tutela della salute mentale – ODV, in collaborazione con il Centro di Salute Mentale di Foligno e si svolge nel terreno sito in Foligno, via Santo Pietro n.66/A.

L'attività è inserita e concordata nelle modalità e nelle finalità del progetto riabilitativo stilato per ciascun paziente, stabilito dall'équipe multidisciplinare del Centro di Salute Mentale di Foligno che ha in carico ciascun soggetto.

Partecipano già al progetto, circa 40 pazienti individuati dal Centro di Salute Mentale che lavoreranno all'orto secondo la necessità, sotto la supervisione dei sigg. Paolo Mansi e Michele Lanari esperti ortolani.

Il gruppo, accompagnato dagli esperti, si occupa di specifiche attività distribuite in tutta l'area verde del Progetto. Si lavora insieme per scerbare, vangare, zappare, rastrellare, concimare, trapiantare, innaffiare e raccogliere i prodotti.

Il progetto si svolge prevalentemente all'aria aperta, seguendo quelle attività legate alla semina o alla preparazione della terra che stimolino i sensi e creino un ambiente capace di dare serenità alla persona.

Un contatto diretto ed una partecipazione attiva con la natura, infatti, apportano numerosi benefici dal punto di vista fisico, sociale e psicologico in quanto dedicarsi alla cura delle piante stimola il movimento, la capacità del sistema di visione di coordinare le informazioni ricevute attraverso gli occhi, aumentare la capacità di apprendimento e stimolare la memoria. Il contatto con la terra e con la natura inoltre, riducono lo stress, i comportamenti aggressivi, l'affaticamento mentale. Un modo per "ritrovare" molte abilità e rafforzare una percezione positiva di sé.



In sintesi, gli obiettivi del progetto sono:

- Aumento dell'autostima;
- Aumento delle capacità attentive;
- Stimolazione della memoria;
- Consapevolezza e responsabilità;
- Fiducia nelle proprie capacità e acquisizione di nuove competenze;
- Mantenimento delle autonomie acquisite ed incremento delle stesse;
- Integrazione sociale e riduzione del senso di solitudine e di isolamento;
- Aumento delle abilità relazionali, interpersonali e comunicative;
- Rispetto delle regole e dell'ambiente;
- Cura di sé e degli spazi.

L'attività segue tre fasi essenziali:

- fase descrittiva, in cui ci si focalizza sul compito da svolgere, domandandosi perché si fa ed a cosa serve;
- una fase operativa per favorire la formazione di piccoli gruppi tenendo conto delle abilità individuali;
- una fase conclusiva per la storicizzazione del percorso. È importante che la riflessione accompagni l'esperienza in tutto il percorso. Il racconto di ciò che si fa favorisce il senso e l'appartenenza, aiuta a memorizzare linguaggi specifici, ad esempio, legati alle pratiche colturali e all'attrezzatura utilizzata.

Trattandosi di coltivazioni biologiche ed ecologiche, poiché non verranno utilizzati additivi chimici, tutto il progetto è e sarà realizzato nel pieno rispetto dell'ambiente.

Oltre all'aspetto didattico il progetto punta sull'accessibilità, intesa come possibilità di fruizione di tutta l'area dedicata all'orto anche alle persone con disabilità motorie o anziani. Concretamente la superficie del terreno, circa 10.000 mq, è divisa in 10 zone di coltivazione collegate fra loro con una rete di stradine sterrate per un totale di circa 1000 m. Si avrà cura di rendere il fondo della rete di collegamento più regolare possibile in modo da poter essere percorsa anche con carrozzine per disabili. Inoltre è nata una collaborazione con l'Istituto Tecnico Tecnologico di Foligno che, nell'ambito del percorso di Alternanza Scuola Lavoro, metterà a disposizione un veicolo elettrico fuoristrada, ideato e messo a punto dagli studenti del corso Meccanica, che consentirà a chiunque lo

vorrà, anziani compresi, di percorrere le stradine dell'orto per curiosare tra le varie aree coltivate e verificare lo stato di avanzamento degli ortaggi.



Il progetto avrà una durata di almeno 5 anni, compatibilmente con le risorse finanziarie che si riuscirà a reperire, con verifiche in itinere e, al termine di tale periodo, possibilità di proroga.

E' stato infatti stipulato un contratto di comodato d'uso gratuito per 5 anni.

Per strutturare al meglio l'accoglienza e il benessere di tutti i frequentatori dell'orto, si prevede la realizzazione di due accessori con struttura prefabbricata in legno, uno più grande, polifunzionale che funge da spogliatoio e ripostiglio attrezzi, e uno più piccolo dedicato a servizio igienico adatto anche per persone con disabilità. Le schede tecniche sono allegate al preventivo.

Per l'acquisto e il montaggio dei due prefabbricati in legno, la realizzazione del basamento, gli impianti idraulico ed elettrico, la realizzazione del bagno con sanitari adatti anche a persone con disabilità e l'arredo necessario per lo spogliatoio, è prevista una spesa totale pari a € 13.992 (tredicimilanovecentonovantaduemila) **iva compresa**, come da computo sintetico sotto riportato.

In attesa del reperimento delle disponibilità per i due prefabbricati in legno abbiamo dotato l'Orto di un bagno chimico, stipulando un contratto di noleggio mensile per la cabina WC per euro 130,00 al mese + IVA al 22% (costo trimestrale euro 475,80).

Il contratto di noleggio è iniziato a giugno 2021 e ipotizzando di prorogarlo fino al giugno 2022, si ha un **costo totale di euro 1903,20 (milenovecentotrentatré,20)**

Elenco voci di spesa:

- 1) Casette in legno "Lombardia" (spogliatoio-ripostiglio) e "Verona" (bagno H).....€ 10.692
 - 2) Basamento e marciapiede con materiale inerte e mattonelloni prefabbricati € 400
 - 3) Montaggio casetta.....€ 900
 - 4) Impianto idraulico bagno per persone con disabilità.....€ 1.100
 - 5) Impianto elettrico a norma.....€ 600
 - 6) Arredo spogliatoio.....€ 300
-

Totale (iva compresa) € 13.992

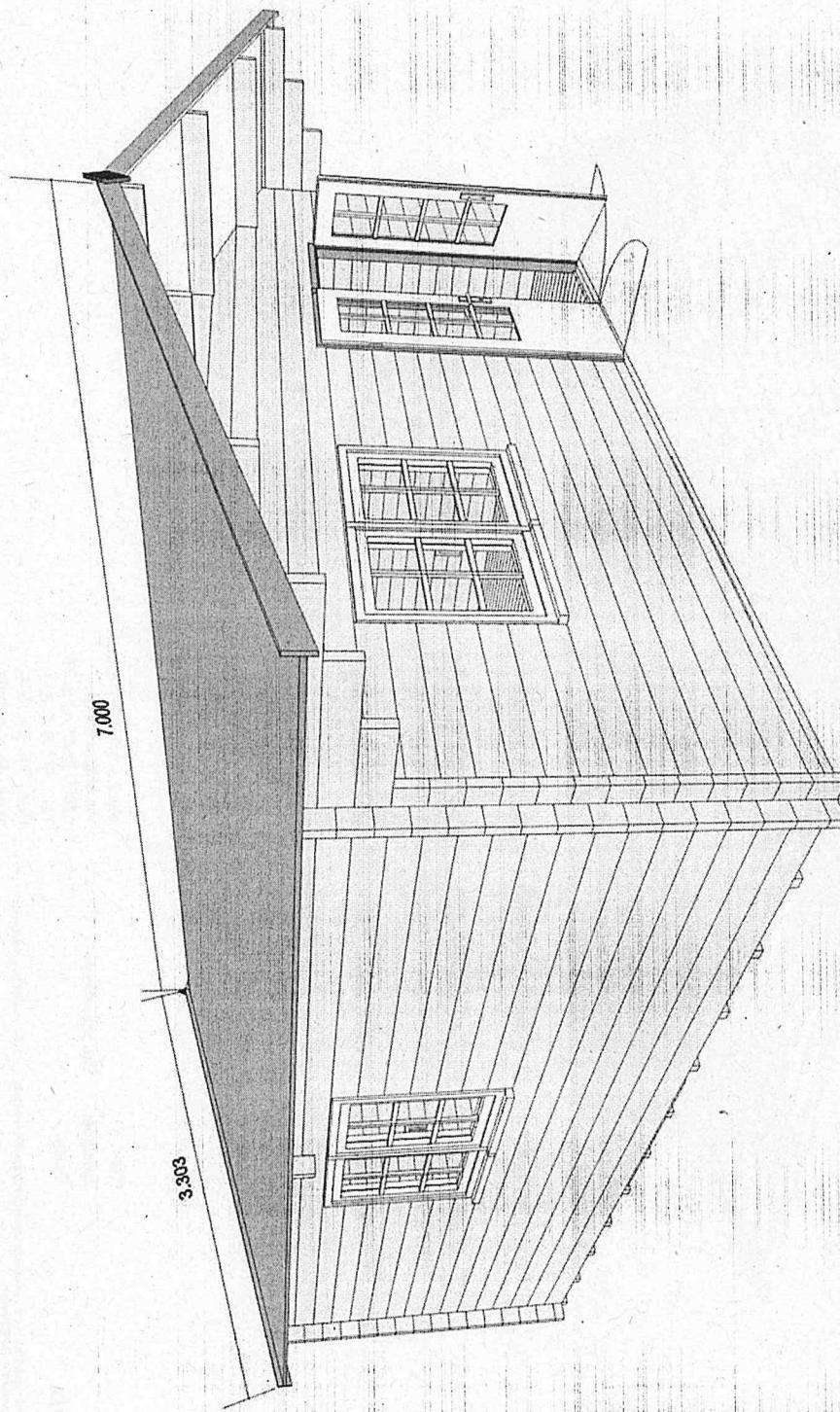
Costo noleggio per Cabina WC dal giugno 2021 al

Giugno 2022 euro 1.903

Totale euro 15.895



CasaCasette.it
Design by Ing. Riccardo Paganini



Vittoria Srl - Casacasette.it
Via Magnano, 3
37060 Buttapietra VR
Tel: 045 6660334
Fax: 045 6661044
www.casacasette.it

Data _____
Designer _____
Scala _____

Casetta Lombardia 6x6

Questo progetto è protetto da copyright. Qualsiasi parte di questo progetto non deve essere riprodotta o trattata elettronicamente, duplicata o distribuita in nessun modo (stampa, fotocopia o qualsiasi altra procedura) senza l'autorizzazione scritta dell'autore.



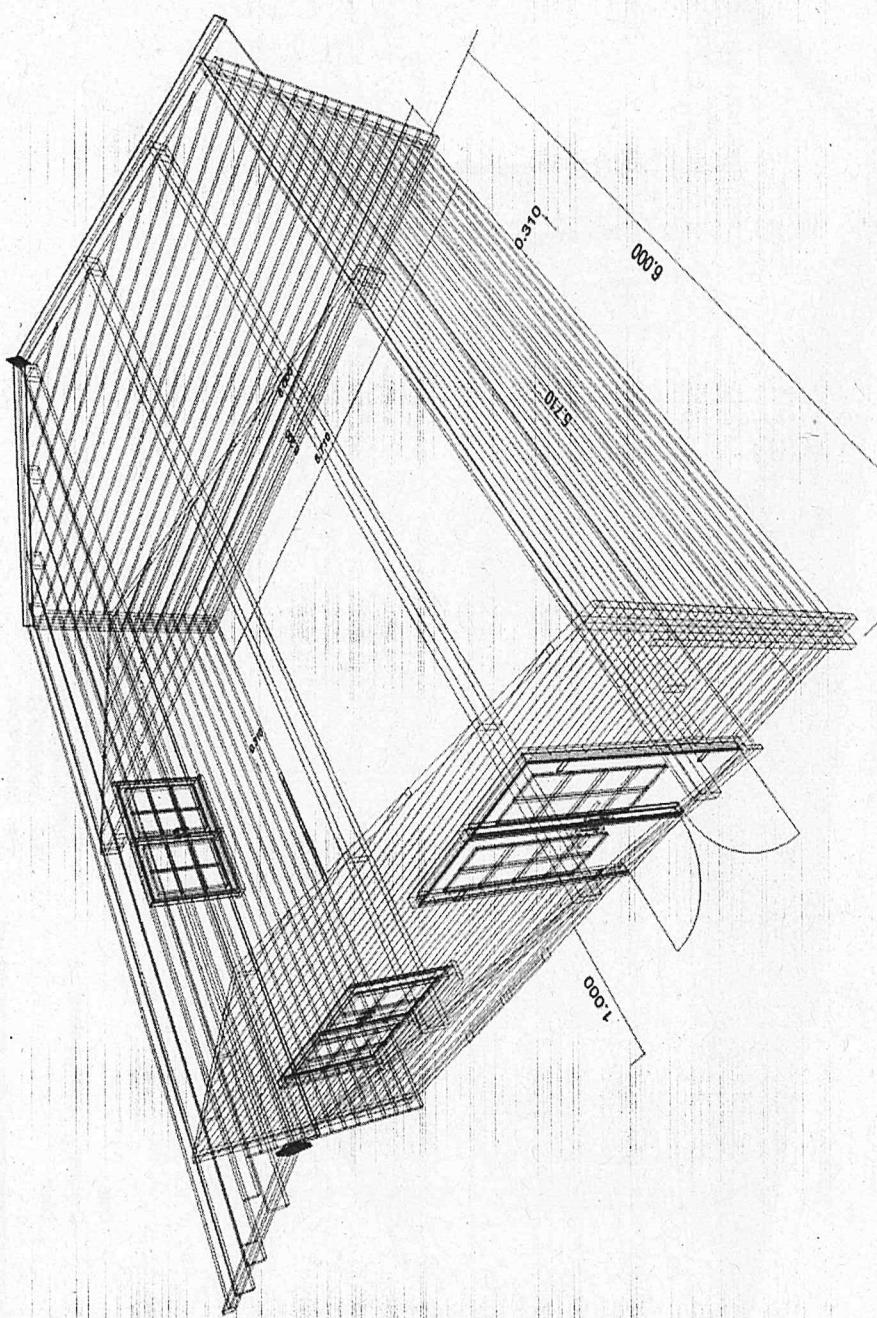
CasaCasette.it
CasaCasette.it

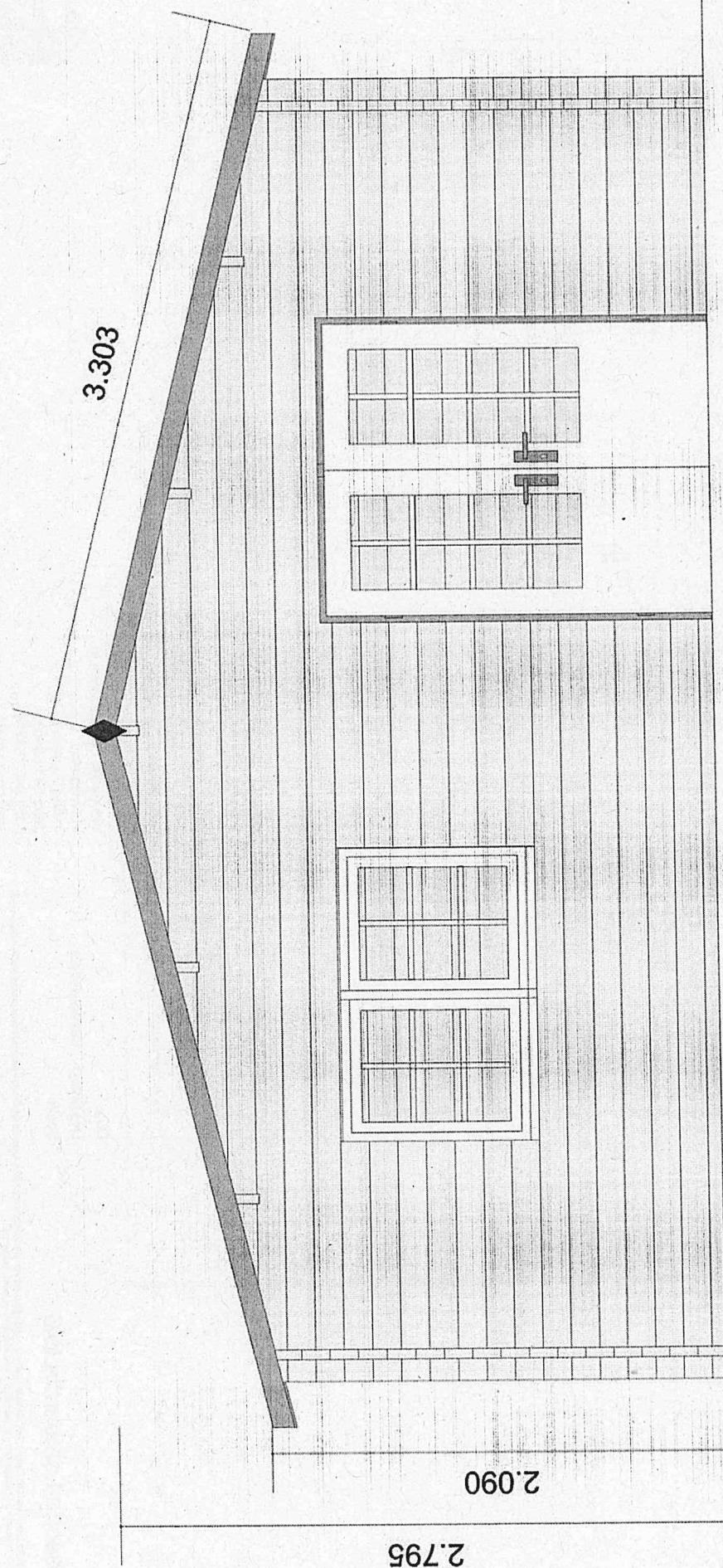
Vittoria Srl - Casacasette.it
Via Magnano, 3
37060 Buttafiera VR
Tel: 045 6660334
Fax: 045 6661044
www.casacasette.it

Data Casacasette.it
Designer Casacasette.it
Scala

Cassetta Lombardia 6x6

Questo progetto è protetto da copyright. Qualiasi parte di questo progetto non deve essere riprodotta e trattata elettronicamente, duplicata o distribuita in nessun modo (stampa, fotocopia o qualsiasi altra procedura) senza l'autorizzazione scritta dell'autore.





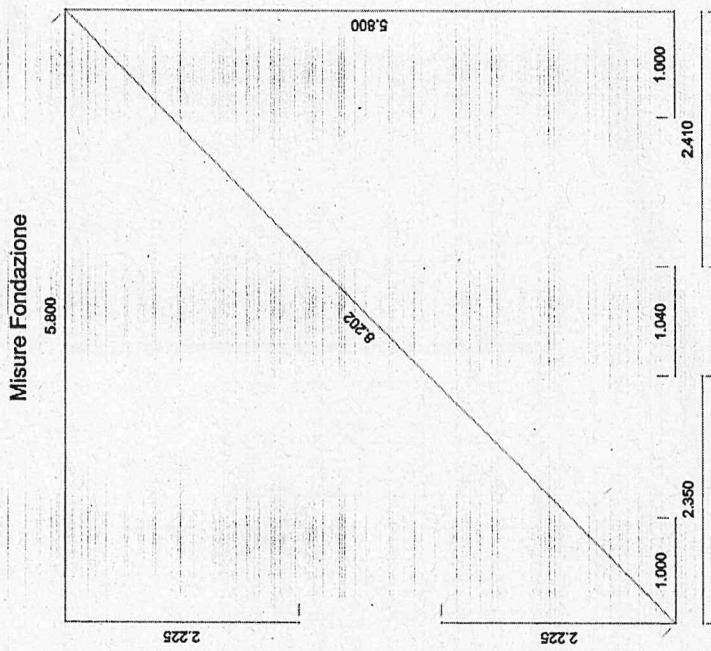
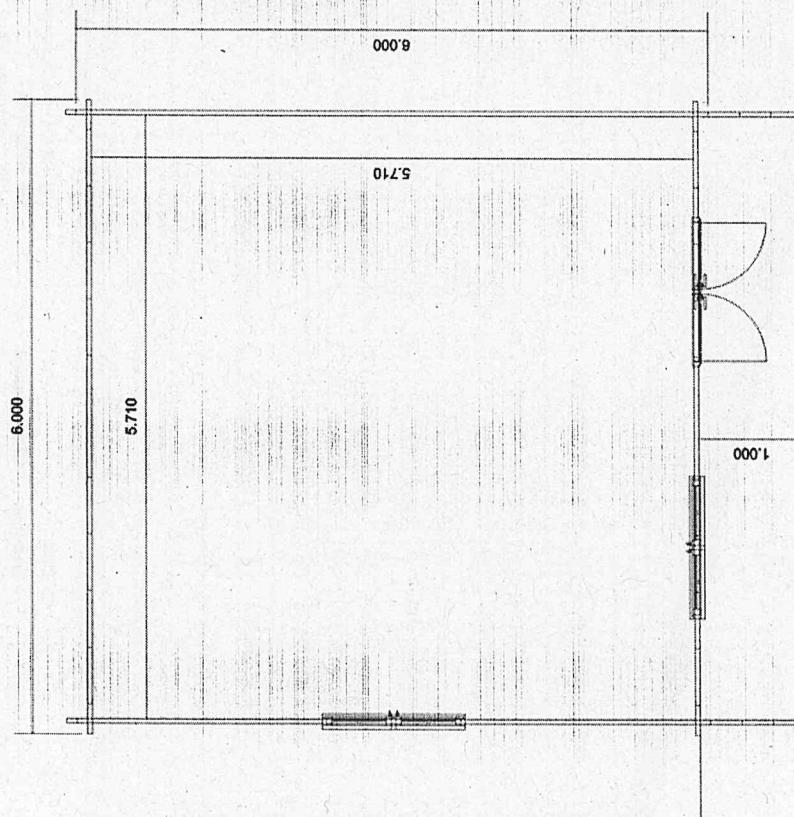
Vittoria Srl - Casacasette.it
Via Magnano, 3
37060 Buttapietra VR
Tel: 045 6660334
Fax: 045 6661044
www.casacasette.it

Casetta Lombardia 6x6

Questo progetto è protetto da copyright. Qualsiasi parte di questo progetto non deve essere riprodotta e tratta elettronicamente, duplicata o distribuita in nessun modo (stampa, fotocopia o qualsiasi altra procedura) senza autorizzazione scritta dell'autore.



Pavimentazione inclusa
Spessore 20mm



Cassetta Lombardia 6x6

Data
Designer Casacasette.it
Scala

Vittoria Srl - Casacasette.it
Via Magnano, 3
37060 Buttapietra VR
Tel: 045 6660334
Fax: 045 6661044
www.casacasette.it

Questo progetto è protetto da copyright. Qualsiasi parte di questo progetto non deve essere riprodotta e trattata elettronicamente, duplicata o distribuita in nessun modo (stampa, fotocopia o qualsiasi altra procedura) senza l'autorizzazione scritta dell'autore.



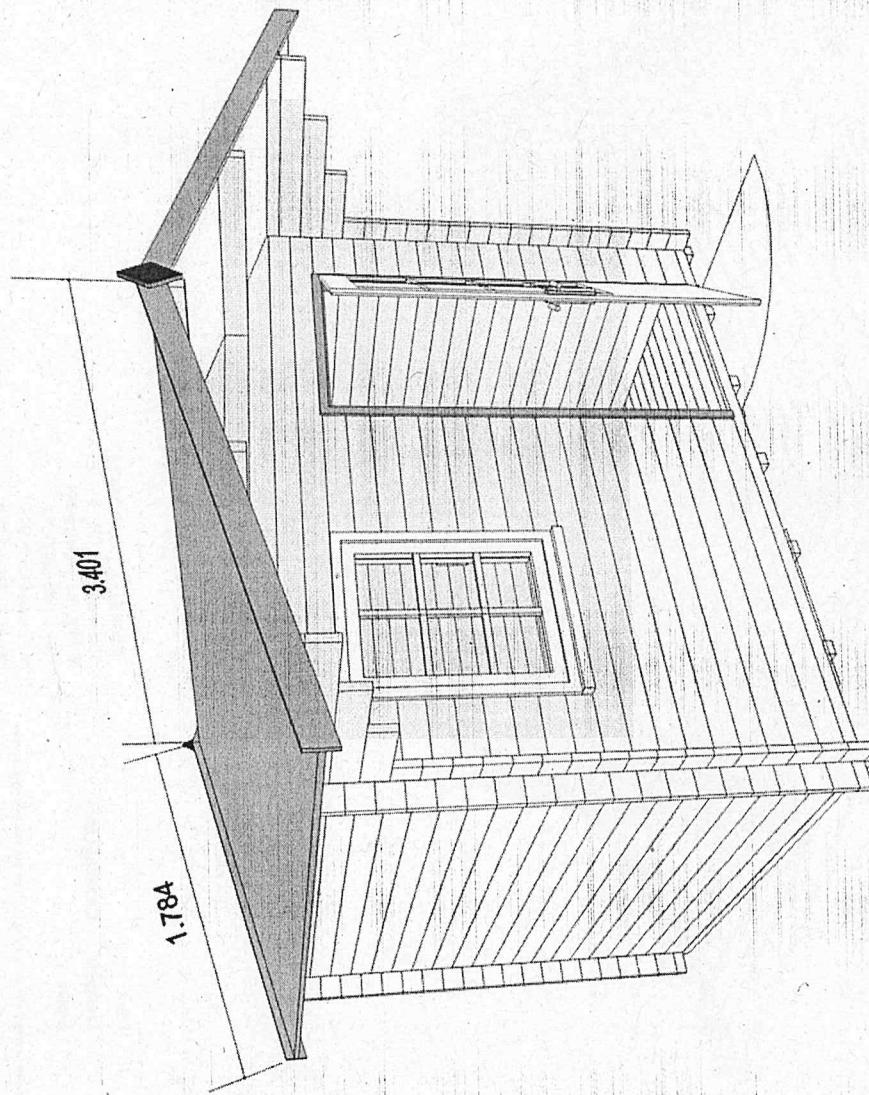
CasaCasette.it

casacasette.it - Progetti per la casa e il giardino



CasaCasette.it
www.casacasette.it

Carattere e tipo di font non sono registrati in questo logo.



Vittoria Srl - Casacasette.it
Via Magnano, 3
37080 Buttafiera VR
Tel: 045 6660334
Fax: 045 6661044
www.casacasette.it

Data Casacasette.it
Designer Casacasette.it
Scala Casacasette.it

Casetta Verona 3x2,5

Questo progetto è protetto da copyright. Qualsiasi parte di questo progetto non deve essere riprodotta e trattata elettronicamente, duplicata o distribuita in nessun modo (stampa, fotocopia o qualsiasi altra procedura) senza l'autorizzazione scritta dell'autore.



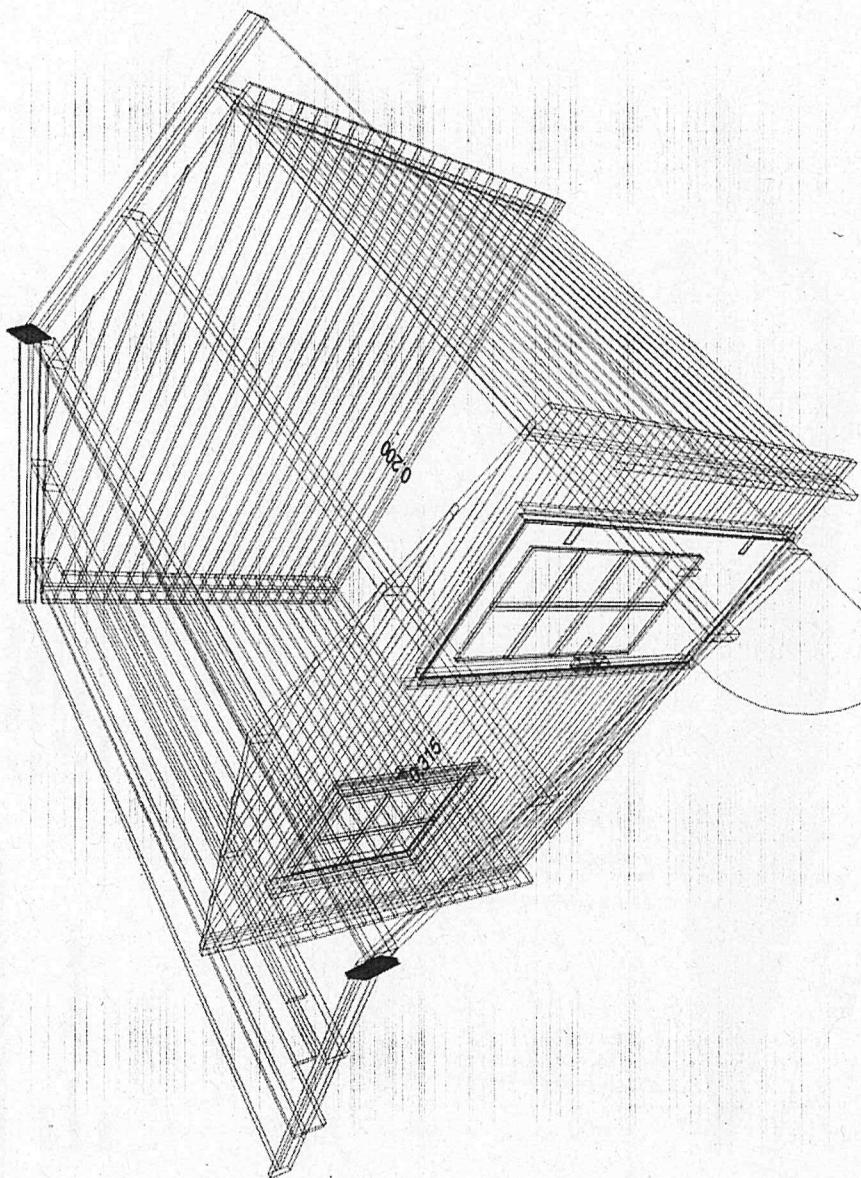
CasaCasette.it
www.casacasette.it

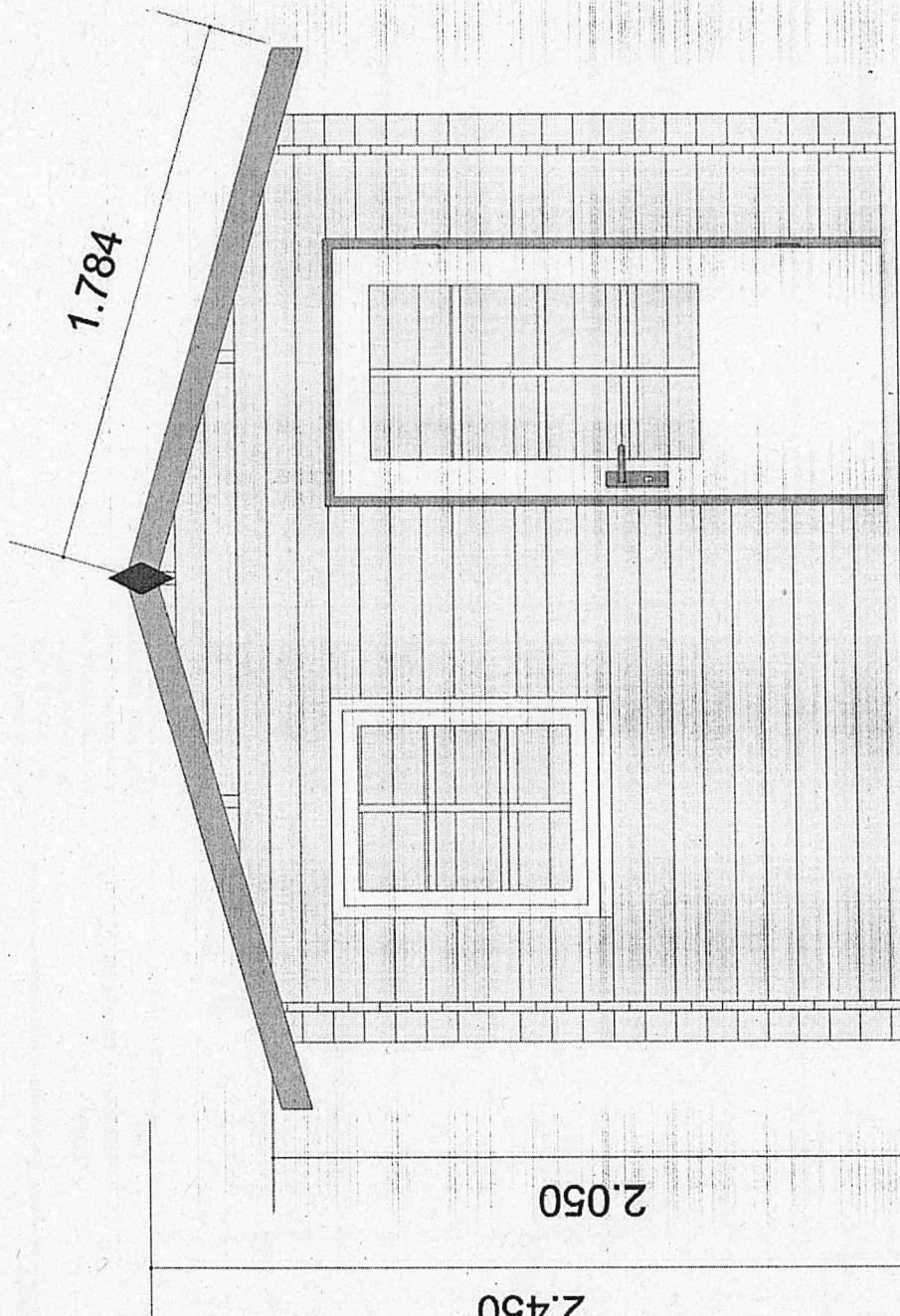
Vittoria Srl - Casacasette.it
Via Magnano, 3
37050 Buttapietra VR
Tel: 045 6660334
Fax: 045 6661044
www.casacasette.it

Data _____
Designer _____
Casacasette.it _____
Scala _____

Casetta Verona 3x2,5

Questo progetto è protetto da copyright. Qualiasi parte di questo progetto non deve essere riprodotta e trattata elettronicamente, duplicata o distribuita in nessun modo (stampa, fotocopia o qualsiasi altra procedura) senza l'autorizzazione scritta dell'autore.





Casetta Verona 3x2,5

Questo progetto è protetto da copyright. Qualsiasi parte di questo progetto non deve essere riprodotta o trattata elettronicamente, duplicata o distribuita in nessun modo (stampa, fotocopia o qualsiasi altra procedura) senza l'autorizzazione scritta dell'autore.

Vittoria Srl - Casacasette.it
Via Magnano, 3
37060 Buttafiera VR
Tel: 045 6660334
Fax: 045 6661044
www.casacasette.it

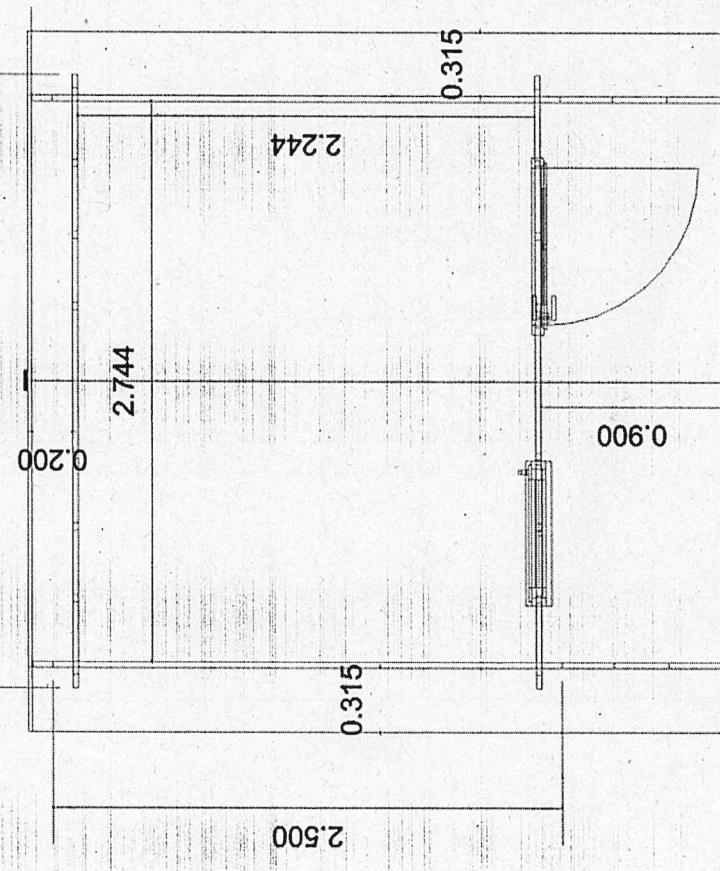
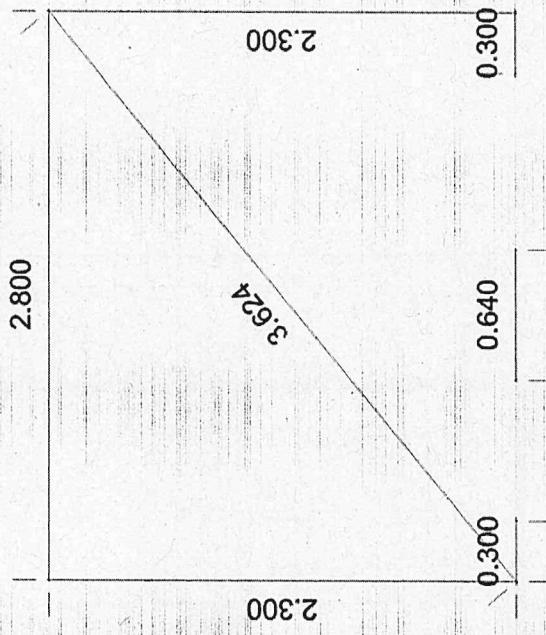
Data	Designer	Casacasette.it	Scala



Pavimentazione inclusa
Spessore 20mm

3.000

Misure Fondazione



Data
Designer
Scala

Casacasette.it

Vittoria Srl - Casacasette.it
Via Magnano, 3
37060 Butapietra VR
Tel: 045 6660334
Fax: 045 6661044
www.casacasette.it

Cassetta Verona 3x2,5

Questo progetto è protetto da copyright. Qualiasi parte di questo progetto non deve essere riprodotta e trattata elettronicamente, duplicata o distribuita in nessun modo (stampo, fotocopia o qualsiasi altra procedura) senza l'autorizzazione scritta dell'autore.



CasaCasette.it
www.casacasette.it