

HORTITERAPIA

ELEMENT EDUKACYJNY I ROZWOJOWY



hortiterapia rozwija wiedzę o przyrodzie, uczy cierpliwości, planowania i obserwacji cykli życia roślin.

AKTYWNOŚĆ FIZYCZNA I SENSORYCZNA

prace ogrodowe angażują zmysły (dotyk, zapach, wzrok) oraz ruch, wspomagając sprawność fizyczną i motorykę.



DZIAŁANIE TERAPEUTYCZNE I RELAKSACYJNE

Ogród sprzyja wyciszeniu, poprawia nastrój i pomaga w walce z depresją, lękiem czy napięciem emocjonalnym.



ROZWÓJ SPOŁECZNY I EMOCJONALNY

wspólna praca w ogrodzie uczy współpracy, odpowiedzialności i wzmacnia poczucie wspólnoty.



DOTKNIJ NATURY, POCZUJ
HARMONIĘ