

LETTERA DA MEDeA



Al Giardino per guarire

Finalmente riusciamo ad avviare il progetto di riabilitazione per i malati e i loro familiari. La storica Limonaia di via Ca' del Ferro, dataci in comodato dal Comune di Cremona, sarà la nostra nuova Casa MEDeA in cui ritrovarci per svolgere le attività di supporto di cui i pazienti hanno bisogno durante e dopo le cure o gli interventi chirurgici.

Intorno alla Casa costruiremo un Giardino Terapeutico, Healing Garden, il primo in Italia dedicato alla riabilitazione oncologica.

Numerose ricerche hanno dimostrato che il giardino ha molteplici effetti benefici sulla salute fisica e psichica: riduce lo stress (ansietà e depressione) della malattia e dell'ospedalizzazione, aiuta a ripristinare il proprio "senso di controllo", l'equilibrio psico-fisico e garantisce migliori risultati durante le terapie, permette di fare movimento ed esercizio fisico, favorisce gli incontri e la socializzazione, rende possibile l'accesso a un ambiente naturale e rilassante vicino all'ospedale e ai luoghi di cura.

Il nostro giardino si integrerà perfettamente con la Limonaia in cui si svolgeranno attività riabilitative personalizzate ai singoli bisogni.

È un progetto ambizioso ma molto stimolante ed entusiasmante per tutti gli amici di MEDeA con i quali abbiamo condiviso in questi anni l'idea del progetto, che ora finalmente prende corpo.

Recuperare speranza e fiducia in sé stessi date dall'aumento del senso generale di benessere

Passeggiare e fare esercizi fisici riabilitativi in un contesto appartato immerso nel verde

Impegnarsi in attività di orticoltura, piccolo giardinaggio e riproduzione delle piante

Socializzare, incontrare gli altri e comunicare nell'atmosfera distensiva data dalle piante

Trascorrere del tempo anche da soli

Il giardino della Limonaia sarà il luogo naturale di stimolazione fisica e mentale, e come tale, è studiato per apportare il massimo della ricchezza sensoriale possibile; al suo interno alcuni sentieri porteranno alle "stanze" del colore, del profumo e del tattile: una serie di spazi conclusi in cui fare esperienza degli effetti del cromatismo, del profumo e della tattilità degli arbusti;

I **colori** esercitano un ruolo molto evidente sull'umore, le emozioni e lo stato psichico e fisico delle persone.

Tutte le porzioni del giardino destinate alle fioriture saranno progettate in riferimento a colori, stagioni e profumi per caratterizzare la fruizione del giardino in ogni momento dell'anno in rapporto alle sue diverse colorazioni e alle profumazioni delle sue essenze.

L'**ortoterapia**, fa riferimento allo stesso principio del giardino terapeutico, ma più specificatamente "attiva", viene intesa come l'insieme delle pratiche di giardinaggio quale strumento per la riabilitazione di individui con traumi psichici e fisici. Essa, specie se condotta all'aperto, contribuisce a: ridurre l'irritabilità, rafforzare la resistenza allo stress, inibire gli stati ansiosi e facilitare la predisposizione al buon umore, esaltare le proprie capacità e quindi infondere fiducia a se stessi.

Gli **odori** sono collegati alle nostre memorie: fungono da ancore del nostro passato, sono legati a ricordi e percorsi neurali fissati nel tempo e raramente vengono dimenticati. Catalizzano la riattivazione di vecchie immagini e godono di un'enorme potere evocativo.

L'**acqua** sarà presente come elemento visivo e sonoro, produce un rumore rilassante e tranquillante ed è un forte richiamo alla vita. L'acqua ha un effetto calmante, produce suoni ed effetti differenti: gorgoglii, spruzzi, gocciolii, scrosci, getti improvvisi, scorrimento regolare, cascatelle, suoni differenti che si possono orchestrare per produrre stimolazioni precise.

La stessa cosa vale per gli uccelli, assai graditi nel panorama sonoro del nostro giardino per le dolci e varie melodie.

MEDeA, MEDicina e Arte ONLUS

c/o DAY HOSPITAL ONCOLOGICO

Az. Istituti Ospitalieri di Cremona

Viale Concordia, 1 – 26100 Cremona

Segreteria tel 0372 408237 – 370 3222747

Accettazione Day Hospital tel 0372 405248/246

E-mail info@medicinaearte.it

www.medeacremona.it

Pagina Facebook: MEDEA medicina e arte Onlus

5x1000 a favore di MEDeA:

codice Fiscale 93042250196

- * tutela del paesaggio tipico
- * fiori misti selvatici h 50-60cm
- * bassa manutenzione
- * contorna e segue la forma della siepe, con sfalcio ondulato
- * senso: vista, olfatto

- * alberi ad alto fusto
- * a scalare in altezza con arbusti fino alla quota prato
- * aumenta la prospettiva
- * senso: vista



* visuale libera sui tempietti

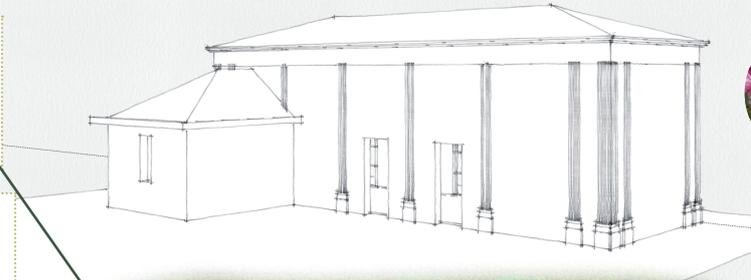


- * alberi ed arbusti a frutti commestibili
- * maturazione a scalare
- * raccolta continua
- * tappeto di fragole rifioranti (riprodotte durante l'ortoterapia)
- * sensi: vista, olfatto, gusto



* orto rialzato di piante officinali per ortoterapia e piccoli laboratori per i lavori di coltivazione e creazioni fai da te

- * siepe autoctona mista per la tutela del paesaggio tipico
- * corridoio biologico
- * piantumazione naturale (non in filare) con andamento ondulato anche in altezza
- * forma naturale (non necessita di potatura)
- * varietà di arbusti a fioritura e fruttificazione a scalare,
- * bacche fino ad autunno inoltrato/inverno e fioriture precoci primaverili
- * bassa manutenzione
- * sensi: vista, tatto, olfatto e in più isola dai rumori dell'esterno



- * accesso semi-nascosto tramite un tunnel coperto da rampicanti (glicine)
- * schermatura siepe verde compatta con fioritura profumata
- * siepe di sfondo ad arbusti fioriti (lilla)
- * roseto centrale
- * forte impatto visivo e olfattivo, invita alla scoperta



- * Boschetto di arbusti a bacche appetibili per gli uccelli
- * mangiatoie, nidi, abbeveratoio
- * punto attrezzato per l'osservazione, schermato
- * sensi: udito, vista



- * piante in grado di attirare le farfalle, arbusti ed erbacee,
- * per il loro nutrimento e riproduzione
- * punto attrezzato per l'osservazione, con seduta e il riconoscimento

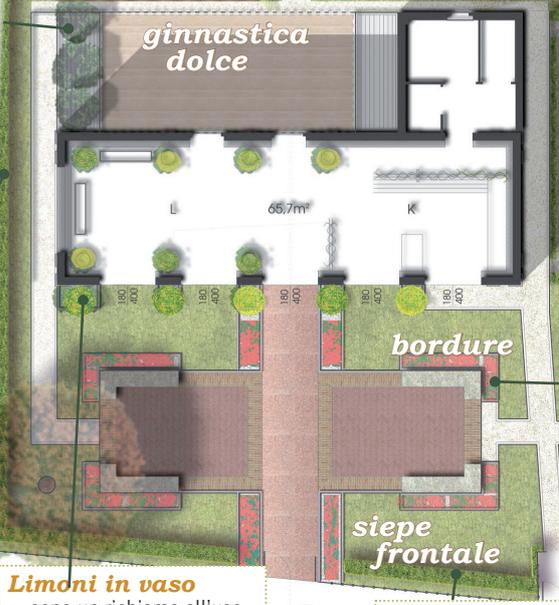


- * all'incrocio dei sentieri in posizione centrale con sedute semicircolari
- * pozzoromantico, ingentilito da rampicanti
- * momento di pausa e punto di incontro
- * sensi: udito, vista

- * erba resistente, calpestabile, sfalcio basso
- * inserti irregolari con officinali profumate
- * (menta, origano) che se calpestate emettono profumi
- * senso: olfatto



- * arbusti rifioranti (buddleja, fiore d'angelo, ibischi...)
- * h 1.40 circa
- * alternati a piante tappezzanti h20-30cm in corrispondenza delle finestre



- Limoni in vaso**
- * sono un richiamo all'uso tradizionale dell'edificio della Limonaia nata come serra per gli agrumi (da ritirare all'interno nella stagione fredda)



- * siepe formale, rose inglesi rifioranti,
- * incornicia e valorizza la facciata storica lasciando libera la visuale dalla strada
- * h 1.60circa



- * per ombreggiatura e delimitare visivamente il fronte storico (olmo, ontano, farnia, orniello...)

