



CONECTAR CON EL JARDÍN, CON EL GRUPO, CON UNO MISMO

Título	Conectar con el jardín , con el grupo, con uno mismo.
Habilidades	- creatividad y artesanía; - competencias sociales y cívicas; - comunicación y organización.
Temas	- consumo responsable; - diálogo intercultural; - diálogo intergeneracional; - educación para el desarrollo sostenible; - inclusión social; - urbanización sostenible; - atención al género; - promoción de la salud; - técnicas hortícolas; - terapia hortícola.
Grupos destinatarios	- personas con necesidades especiales; - niños y bebés (3-11 años); - jóvenes (12-25 años);
Breve descripción	Actividad sensorial para iniciar actividades en el huerto, iniciar cursos, visitas u otras actividades en el huerto o en la granja. Las experiencias sensoriales son una herramienta que ayuda a comprender e interiorizar temas y conceptos desde otro punto de vista. Vinculan conceptos abstractos con la realidad tangible, los recuerdos y las experiencias personales, facilitando la comprensión y la retención de la información.





	Integran el tacto, la vista, el olfato, el oído y el equilibrio, fomentando una conexión más profunda y significativa con los temas tratados. La siguiente actividad pretende utilizar el espacio del jardín para conectar y experimentar de una forma diferente; puede realizarse al inicio de un taller, una visita o cualquier actividad que tenga lugar en el jardín. Puede servir como actividad terapéutica (dirigida por un terapeuta), educativa o recreativa. Se puede hacer para cursos pero también como actividad diaria para el inicio del trabajo en el jardín. En el jardín se puede encontrar una diversidad de olores, sonidos, superficies, plantas de distintos sabores, pájaros, insectos y mucho más que estimulan los sentidos y permiten conectar con el espacio, el momento y cada individuo.
Objetivos	Percibir el jardín y el espacio a través de los sentidos (oído, tacto, vista, equilibrio, olfato, gusto). Deja que la experiencia te lleve a los recuerdos. Ayude a los participantes a llegar y a conectar con el lugar y el espacio.
Materiales	El huerto o la granja o el bosque, el entorno natural y todos sus elementos. Un huerto, una granja o un espacio verde variado con diferentes plantas, pájaros, insectos, zonas sombreadas y soleadas, zonas llanas y empinadas, zonas de tierra, hierba, arena, grava y mucho más son condiciones ideales y no se necesita ningún material adicional. Además, es importante que sea un espacio tranquilo y seguro donde los participantes se sientan cómodos y seguros. Si el espacio es pequeño o no tienes algunos elementos o el espacio no es tan completo, puedes completar la experiencia con: - Plantas aromáticas





	- Un camino de los sentidos (un camino de 3-4 metros con diferentes materiales en el suelo: hojas, arena, piedras, tierra, cáscaras de arroz, troncos, una bandeja de agua u otras opciones). Es importante que este recorrido esté en medio de elementos naturales, que tenga zonas de sombra y de sol, que pase por plantas aromáticas, plantas con flores o árboles, que pase por el jardín donde hay verduras de todo tipo, zonas donde la superficie cambia de tierra, hierba, hojas, arena, grava o lo que haya. Debe ser un paseo de cinco a diez minutos a ritmo lento.
Aplicación	Es una actividad excelente para grupos medianos y grandes (de 15 a 50 personas) como inicio de un taller o reunión, antes o después de la presentación de los participantes. Fase 1: Se hace un círculo con los participantes para darles la bienvenida y se realiza una actividad de chek-in, es importante que al final de esta actividad los participantes logren la calma a través de un verso o poema corto. Fase 2: Se facilitan indicaciones para llegar: - Opcional: se puede hacer descalzo para aquellos que quieran quitarse los zapatos. - El animador dirige al grupo en un recorrido en fila. - Es muy importante hacer el recorrido en silencio para percibirlo todo con mayor intensidad. - Durante la visita, es importante observar, oler, sentir con las manos, los pies, la piel, escuchar y centrar los sentidos en las cosas naturales.





	Paso 3: La visita termina y volvemos al círculo en silencio. Paso 4: Cada persona cuenta en pocas palabras lo que le ha llamado la atención, lo que le ha venido a la mente o lo que ha recordado durante la visita. Este paso también puede servir para que los participantes se presenten brevemente.
Evaluación	La evaluación de la actividad se puede realizar con cada uno de los grupos, según sean jóvenes, , etc. de diferentes maneras, a partir de una pregunta de respuesta corta, breves debates o un cuestionario. Las respuestas de los participantes a la pregunta después de la visita pueden recogerse y utilizarse para apoyar la evaluación de la actividad. Después de esta evaluación y en otro momento, es importante que los organizadores, facilitadores, formadores y profesores se reúnan y evalúen cómo fue la dinámica, cómo fue recibida, cómo participaron los participantes y cómo respondieron; para ello es importante identificar si la dinámica aportó algo nuevo y cuál es su impacto en el desarrollo de las otras actividades, cuáles fueron los aspectos positivos, qué se puede mejorar y finalmente recoger propuestas para adaptarla si es necesario.
Consejos	- Proporcione una actividad alternativa que pueda realizarse en el interior en caso de mal tiempo. - Temprano por la mañana es el momento ideal para esta actividad, debido a la disponibilidad de participantes y al tiempo fresco. - El silencio en la ruta es muy importante - Deja espacio para que todos compartan algo de la experiencia. - Variar la lengua y el modo de comunicación en función de la edad del grupo destinatario.

