



CONNETTERSI CON IL GIARDINO, CON IL GRUPPO, CON SE STESSI

Titolo	Connettersi con il giardino, con il gruppo, con se stessi.
Competenze	- creatività e artigianato; - competenze sociali e civiche; - comunicazione e organizzazione.
Argomenti	- consumo responsabile; - dialogo interculturale; - dialogo intergenerazionale; - educazione allo sviluppo sostenibile; - inclusione sociale; - urbanizzazione sostenibile; - attenzione al genere; - promozione della salute; - tecniche orticole; - terapia orticola.
Gruppi target	- persone con esigenze speciali; - bambini e bambini (3-11 anni); - giovani (12-25 anni);
Breve descrizione	Attività sensoriale per avviare le attività nell'orto, avviare corsi, visite o altre attività nell'orto o nella fattoria. Le esperienze sensoriali sono uno strumento che aiuta a comprendere e interiorizzare argomenti e concetti da un altro punto di vista. Collegano concetti astratti con la realtà tangibile, i ricordi e le esperienze personali, facilitando la comprensione e la ritenzione delle informazioni. Integrano il tatto, la vista, l'olfatto, l'udito e l'equilibrio, promuovendo una connessione più profonda e significativa con gli argomenti trattati.





	La seguente attività mira a sfruttare lo spazio del giardino per connettersi e fare esperienza in modo diverso; può essere svolta all'inizio di un workshop, di un tour o di qualsiasi attività che si svolga nel giardino. Può servire come attività terapeutica (guidata da un terapeuta), educativa o ricreativa. Si può fare per i corsi ma anche come attività quotidiana per l'inizio dei lavori in giardino. Nel giardino è possibile trovare una diversità di odori, suoni, superfici, piante dai sapori diversi, uccelli, insetti e molto altro che stimolano i sensi e permettono di connettersi con lo spazio, il momento e ogni individuo.
Obiettivi	Percepire il giardino e lo spazio attraverso i sensi (udito, tatto, vista, equilibrio, olfatto, gusto). Permettere che l'esperienza porti a dei ricordi. Aiutare i partecipanti ad arrivare e a connettersi con il luogo e lo spazio.
I materiali	Il frutteto o la fattoria o la foresta, l'ambiente naturale e tutti gli elementi che lo compongono. Un orto, una fattoria o uno spazio verde variegato con diverse piante, uccelli, insetti, aree ombreggiate e soleggiate, zone pianeggianti e ripide, aree di terra, erba, sabbia, ghiaia e altro sono le condizioni ideali e non è necessario alcun materiale aggiuntivo. Inoltre, è importante che sia uno spazio tranquillo e sicuro in cui i partecipanti si sentano a proprio agio e sicuri. Se lo spazio è piccolo o non avete alcuni elementi o lo spazio non è così completo, potete completare l'esperienza con: - Piante aromatiche - Un percorso dei sensi (un percorso di 3-4 metri in cui sono presenti diversi materiali sul terreno: foglie, sabbia, pietre, terra, lolla di riso, tronchi, una vaschetta per l'acqua o altre opzioni).





	È importante che questo percorso sia in mezzo a elementi naturali, che abbia zone d'ombra e zone soleggiate, che passi attraverso piante aromatiche, piante fiorite o alberi, che attraversi l'orto dove ci sono verdure di tutti i tipi, zone in cui la superficie cambia da terra, erba, foglie, sabbia, ghiaia o qualsiasi cosa sia disponibile. Dovrebbe essere un percorso che richiede dai 5 ai 10 minuti a passo lento.
Implementazione	È un'ottima attività per gruppi medio-grandi (da 15 a 50 persone) come inizio di un workshop o di una riunione, prima o dopo la presentazione dei partecipanti. Fase 1: Si fa un cerchio con i partecipanti per accoglierli e si fa un'attività di chek-in, è importante che alla fine di questa attività i partecipanti raggiungano la calma attraverso una breve strofa o poesia. Fase 2: Vengono fornite le indicazioni per il percorso: - Facoltativo: si può fare a piedi nudi per chi vuole togliersi le scarpe. - Il facilitatore guida il gruppo in una passeggiata in linea. - È molto importante fare il tour in silenzio per poter percepire tutto più intensamente. - Durante la visita è importante osservare, annusare, sentire con le mani, i piedi, tutta la pelle, ascoltare e concentrare i sensi sulle cose naturali. Fase 3: Il giro è terminato e si ritorna al cerchio in silenzio. Fase 4: Ciascuno racconta in poche parole cosa lo ha colpito, cosa gli è venuto in mente o cosa ha ricordato durante la visita. Questa fase può essere utilizzata anche come occasione per i partecipanti di presentarsi brevemente.





Valutazione	La valutazione dell'attività può essere effettuata con ciascuno dei gruppi, a seconda che siano giovani, , ecc. in modi diversi, sulla base di una domanda a risposta breve, di brevi discussioni o di un questionario. Le risposte dei partecipanti alla domanda dopo il tour possono essere raccolte e utilizzate per supportare la valutazione dell'attività. Dopo questa valutazione e in un altro momento è importante che gli organizzatori, i facilitatori, i formatori e gli insegnanti si incontrino e valutino come è andata la dinamica, com'è stata l'accoglienza, la partecipazione e la risposta dei partecipanti; per questo è importante identificare se la dinamica ha apportato qualcosa di nuovo e qual è il suo impatto sullo sviluppo delle altre attività, quali sono stati gli aspetti positivi, quali sono gli aspetti che possono essere migliorati e infine raccogliere proposte per adattarla se necessario.
Consigli	- Prevedere un'attività alternativa che possa essere svolta al chiuso in caso di maltempo. - La mattina presto è il momento ideale per questa attività, grazie alla disponibilità dei partecipanti e al clima fresco. - Il silenzio sul percorso è molto importante - Dare spazio a tutti per condividere qualcosa dell'esperienza. - Variare il linguaggio e le modalità della comunicazione sulla base dell'età del target group

