



[Cette photo](#) par Auteur inconnu est soumise à la licence [CC BY-NC](#)

JARDIN THERAPEUTIQUE

Historique : Idée partagée entre professionnels de santé il y a quelques années sur l'intérêt d'utiliser le jardinage comme améliorateur de la santé. Patient ressource pour l'animation d'atelier et possédant un jardin en location sur la ville de Gennevilliers : Marc GUILLET.

OBJECTIFS : faire diversion, se libérer la tête dans un contexte de maladie, handicap, douleur chroniques.

Augmenter l'activité physique par une activité modérée supplémentaire dans le cadre de vie

Développer la confiance en soi, l'estime de soi, le sentiment d'utilité au travers d'une activité créatrice

Renforcer le lien social au travers l'appartenance à un groupe

Développer un savoir-faire, partager et transmettre ses connaissances.

ACTION : Personnes isolées, ayant peu de sorties extérieures, porteuses de maladies chroniques, handicaps ou douleurs chroniques.

Activité de mars à fin octobre (semence, récolte, hivernage)

Soumise à autorisation du président de l'association des jardins familiaux

Mise à disposition d'une partie du terrain qui mesure 200 m2.

Groupe de 5 personnes. Encadré par IDSP Asalée et patient ressource. Essai avec 1 groupe à raison de 2 heures tous les 15 jours. Jour à définir : mardi de 10H à 12H ? Assiduité par saison demandée. Les participants devront venir dans une tenue adaptée : bottes et gants personnels pouvant être laissés sur place. Participants devront être à jour de leur vaccination anti tétanique.

Evaluation en novembre, avec rencontre d'1heure : évaluer satisfaction, impact sur leur vie, niveau de charge mentale, niveau AP (test niveau d'AP), connaissances sur jardinage (Vrai/Faux).

Prévoir budget pour l'achat de matériel, plants et graines : 100 euros /an . ?