



pirmo reizi Latvijā
psihiskās veselības rehabilitācijas un
ainavu arhitektūras profesionāļu starpnozaru
seminārs un meistarklases

DZIEDINOŠĀS AINAVAS

*Kā saikne ar dabu
palīdz izdzīvot*

Organizē:



Partneri:

Latvijas valsts meži
VEF KVARTĀLS

Informatīvais atbalsts:

Radio SWH
Arterritory.com

Ģenerālsponsors:



27.–28. augustā, 2023, Rīgā

Šajā trauksmes un pārmaiņu laikmetā ir daudz notikumu, kas ietekmē mentālo veselību, un mēs meklējam veidus un vidi, kas dziedinātu. Saiknei ar dabu ir īpaša nozīme, tādēļ semināra un darbnīcu tēma ir terapeitiskie/ainavu dārzi un ar to saistītās dārzkopības un meža terapijas. Šīs ir starptautiski atzītas un pielietotas metodes mentālo saslimšanu gadījumos un preventīvos nolūkos, kas Latvijā šobrīd netiek praktizētas. Semināra un darbnīcu, kā arī tulkotās Sjū Stjuartes-Smitas grāmatas “The Well gardened mind” uzdevums ir aktualizēt tēmu par pilsētas zaļās struktūras un metožu, kas veicina cilvēku saikni ar dabu, nozīmi mentālās un fiziskās veselības kontekstā un turpināt diskusiju profesionālajā un politiskajā sektorā. Virsmērķis ir panākt šo prakšu ieviešanu veselības aprūpes un pilsētplānošanas ikdienā. Mentālā un fiziskā veselība ir cieši saistīta ar sabiedrības ekonomisko aktivitāti un pienesumu, tādēļ pilsētās ir nepieciešama zaļa vide un mūsdienīgas metodes mentālās veselības uzlabošanai un stabilizēšanai.



NOTIKUMA MĒRĶAUDITORIJA:

rehabilitācijas, medicīniskās aprūpes, ainavu arhitektūras, dārzkopības un pilsētplānošanas jomas pārstāvji un pašvaldības, kā arī citi interesenti



MĒRĶIS:

Radīt interesi profesionāļos, lai, iespējams, uzsāktu diskusiju par dārzkopības un meža terapijas nepieciešamību ieviest šīs prakses veselības aprūpes izglītībā un ikdienā.



ATSLĒGAS VĀRDI:

dziedinošas ainavas, dārzkopības terapija, meža terapija, psihiskā veselība – rehabilitācijas metodes, labbūtība, trauksmes un pārmaiņu laikmets

LEKTORI



ELENA AROVA

psihoterapeite, personības izaugsmes
caur ķermeni trenere uzņēmumā “Freelance”,
ainavu dizainere, “Sorrel Nursery” botāniķe
(Harkiva, Ukraina)

photography credit: Harry Stuart-Smith



Dr. SUE STUART-SMITH

psihiatre, psihoterapeite,
grāmatas “The Well Gardened Mind” autore
(Lielbritānija)

<https://www.suestuartsmith.com/>



DAMIEN NEWMAN

THRIVE – apmācību, izglītības un
konsultāciju vadītājs
(Lielbritānija)

<https://www.thrive.org.uk/>



Mg. Psych. INGA DREIMANE

psihologs,
meža terapijas praktiķe
(Latvija)



NOTIKUMA VALODA:

Semināra pamatvaloda – angļu/krievu ar sinhrono tulkojumu latviešu valodā

Meistarklases – angļu valoda
(tulkojums netiek nodrošināts)



VIETA:

Seminārs – VEF Mansards,
Ieriķu iela 5A, Rīga

Meistarklases – Latvijas valsts mežu
Tērvetes dabas parka semināru zāle
(dalībniekiem tiks nodrošināts
transports no Rīgas uz meistarklašu
norises vietu un atpakaļceļš)



DALĪBNIEKI:

Vietu skaits ir ierobežots.
Seminārā līdz **120** dalībniekiem.

Meistarklasēs–darbnīcās:
maksimālais dalībnieku skaits: **24**.
No tiem **12** medicīnas nozares
pārstāvji + **12** ainavu arhitektūras un/
vai dārzkopības nozares pārstāvji.

DALĪBAS MAKSA

SEMINĀRĀ:

(t. sk. kafijas pauzes un gardas pusdienas)

“Agrā putniņa” cena līdz 2023. gada 29. aprīlim:
82,64 EUR + PVN 21% = **99,99 EUR/pers.**

Dalības maksa no 2023. gada 30. aprīļa–31. jūlijam:
100,00 EUR + PVN 21% = **121,00 EUR/pers.**

“Vēlā putniņa” cena no 2023. gada 1. augusta–21. augustam:
120,00 EUR + PVN 21% = **145,20 EUR/pers.**

MEISTARKLASĒS-DARBNĪCĀS:

“Agrā putniņa” cena līdz 2023. gada 29. aprīlim:
165,29 EUR + PVN 21% = **200,00 EUR/pers.**

Dalības maksa no 2023. gada 30. aprīļa–31. jūlijam:
185,95 + PVN 21% = **225,00 EUR/pers.**

“Vēlā putniņa” cena no 2023. gada 1. augusta–21. augustam:
200,00 EUR + PVN 21% = **242,00 EUR/pers.**

REĢISTRĀCIJA

Reģistrācija semināram un/vai meistarklasēm–darbnīcām:

https://ej.uz/healing_landscapes

Ja visas vietas seminārā vai meistarklasēs ir rezervētas, jums ir iespēja pieteikties uz vietām, kas varētu atbrīvoties kāda dalībnieka atteikuma dēļ. Interesentiem piedāvājam pieteikties “gaidītāju sarakstā”. Rindas kārtībā jums tiks piedāvāta kāda no brīvajām vietām.

Lūdzam sagaidīt dalības apstiprinājumu, jo vēlamies pēc iespējas nodrošināt sabalansētu meistarklašu dalībnieku profesionālo piederību.



1. DIENA
27. augusts

IEDVESMOJOŠS SEMINĀRS



“Pati daba ir vislabākais ārsts.”

– Hipokrats

PROGRAMMA

27. AUGUSTS

IEDVESMOJOŠS
SEMINĀRS



08:30–09:00	Ierašanās, reģistrācija, rīta kafija, uzkodas, tīklošanās
09:00–09:15	Ievads. Motivācija. Ieskats dienas kārtībā. Organizatoru un galvenā atbalstītāja uzruna
09:15–10:15	Elena Arova , psihoterapeite, personības izaugsmes caur ķermeni trenere uzņēmumā “Freelance”, ainavu dizainere, “Sorrel Nursery” botāniķe (Harkiva, Ukraina) – “Healing with gardens”
10:15–10:30	Jautājumi un atbildes
10:30–10:45	Kafijas pauze
10:45–11:45	Inga Dreimane , Mg. Psych. psihologs, meža terapijas praktiķe (Latvija) – Evidence based case studies “Forest Therapy as Support for Mental Health Care in Everyday”
11:45–12:00	Jautājumi un atbildes
12:00–13:00	Pusdienas un tīklošanās
13:00–14:00	Damien Newman , THRIVE – apmācību, izglītības un konsultāciju vadītājs (Lielbritānija), Evidence based case studies “How therapeutic gardens and horticulture support health, community and environment”
14:00–14:15	Jautājumi un atbildes
14:15–14:30	Kafijas pauze
14:30–15:30	Sue Stuart-Smith , psihiatre, psihoterapeite, grāmatas “The Well Gardened Mind” autore (Lielbritānija)
15:30–15:45	Jautājumi un atbildes
15:45–16:00	Noslēguma vārdi, informācija par sertifikātiem, aicinājums uz grāmatas “The Well Gardened Mind” latviešu valodas izdevuma atklāšanas svinībām
16:00–16:30	Pārtraukums un tīklošanās
16:30–18:30	Grāmatas “The Well Gardened Mind” latviešu valodas izdevuma atklāšanas svinības. Izdevniecības, autores, idejas autoru, notikuma atbalstītāju uzrunas, iespēja iegādāties grāmatu un saņemt autores autogrāfu

2. DIENA
28. augusts

STARPNOZARU PROFESIONĀĻU
PRAKTISKAS MEISTARKLASES-DARBNĪCAS



*“Iznāc lietu gaismā.
Ļauj dabai būt par tavu skolotāju.”*

– Viljams Vērdsverts (1770–1850)

PROGRAMMA

28. AUGUSTS

STARPNOZARU PROFESIONĀĻU PRAKTISKAS MEISTARKLASES–DARBNĪCAS

Meistarklases–darbnīcas vada:
Damien Newman, THRIVE (Lielbritānija),
 piedaloties Sue Stuart-Smith

Latvijas valsts mežu Tērvetes dabas
parka semināru zāle (dalībniekiem
 tiks nodrošināts transports no Rīgas
 uz meistarklašu norises vietu
 un atpakaļceļš)

08:00–08:15

08:15–10:00

10:00–10:15

10:15–13:15

13:15–14:30

14:30–17:30

17:30–18:00

18:00–19:30

Pulcēšanās un reģistrācija Vaiņodes ielā 1, Rīgā – Latvijas valsts mežu stāvlaukumā
Izbraukšana uz Tērvetes dabas parku, rīta kafija, uzkodas, tīklošanās
Ievads. Ieskats dienas kārtībā

DARBNĪCA 1 “The practice of horticulture therapy and how horticulture can be integrated with other healthcare disciplines”

Prasmes un zināšanas, ko dalībnieki iegūs darbnīcas laikā:

- zināšanas par dažādiem pierādītiem veidiem, kā daba un dārzkopība uzlabo holistiskās veselības elementus;
- izpratne, kā šīs zināšanas par dabu un dārzkopību izmantot un piemērot tieši savam veselības aprūpes veidam;
- apgūti un attīstīti savai darbības nozarei atbilstoši veidi, kā vispilnvērtīgāk pielietot dabas un dārzkopības sniegtos ieguvumus.

Pusdienas un tīklošanās, skatu torņa apmeklējums

DARBNĪCA 2 “Designing gardens to support mental health and recovery”

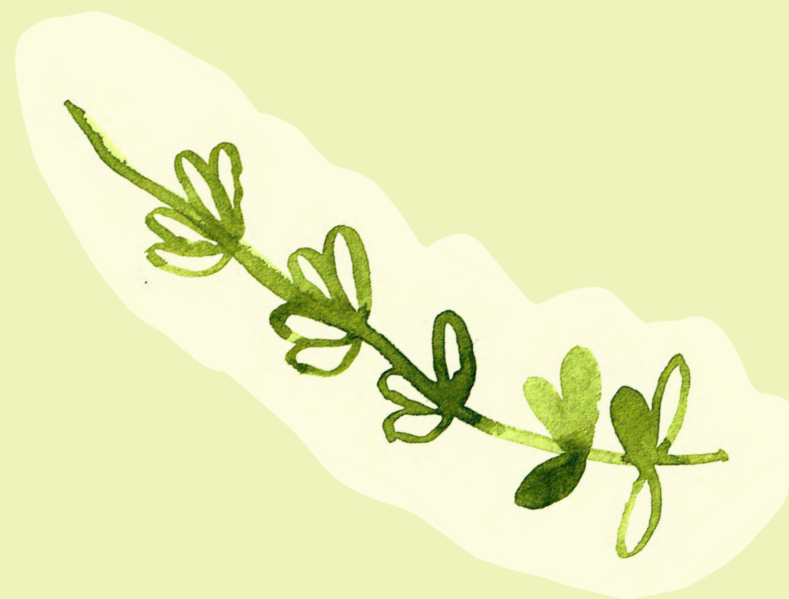
Biofilijas sniegtās zināšanas, uzmanības atjaunošanas teorija un veidi, kā radīt dārzus ar gan aktīvām, gan pasīvām vērtībām, ņemot vērā pieejamību un savienojamību.

Prasmes un zināšanas, ko dalībnieki iegūs darbnīcas laikā:

- ar pierādījumiem pamatota izpratne par dabas psiholoģiju un dārzkopības terapiju, kas rosina veidot dārzus ar terapeitiskām īpašībām;
- zināšanas par dažādiem veselības un terapijas dārzu veidiem;
- prasmes izmantot atjaunojošas vides komponentes, lai radītu dārzus, piepildītus ar elementiem, kas veicinātu atjaunošanos no mentālā noguruma;
- izpratne par plašākiem savienojamības izaicinājumiem, ar ko saskaras cilvēki atlabšanas ceļā; un zināšanas, kā uzlabot pieejamību šai grupai, lai dārzs sniegtu veselības uzlabojumus gan aktīvos, gan pasīvos veidos, kas izriet no dārzkopības terapijas prakses.

Darbnīcu noslēgums, jautājumi un sertifikātu saņemšana

Izbraukšana uz Rīgu, uzkodas, tīklošanās



PAPILDUS INFORMĀCIJA

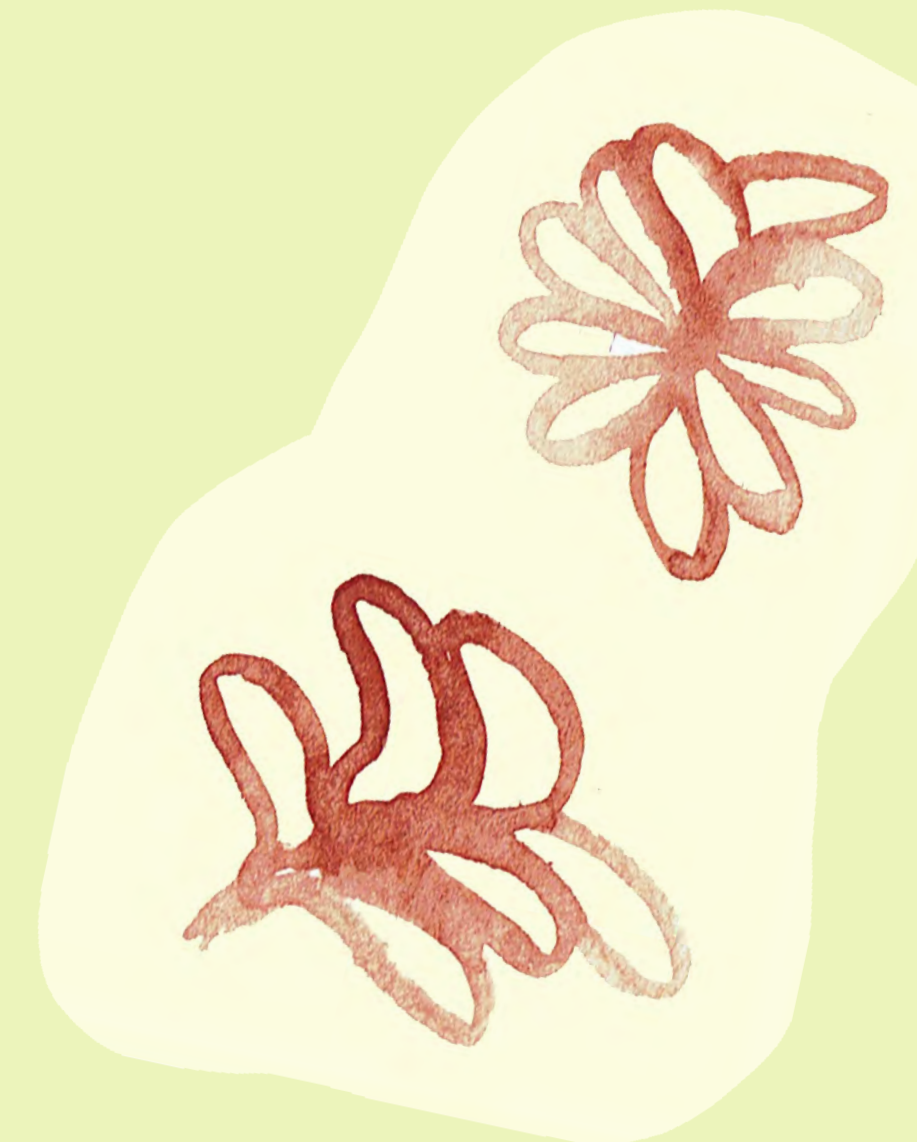
PAR PUBLICITĀTI

Informējam, ka pasākumā notiks fotografēšana un filmēšana. Iegūtās fotogrāfijas un video materiālus izmantosim publicitātes un sabiedrības informēšanas vajadzībām.



PAR PERSONAS DATU APSTRĀDI

Personas dati tiks apstrādāti, ievērojot konfidencialitātes prasības un personas datu drošību, kā arī tie netiks nodoti trešajām personām, ja vien to nenosaka normatīvie akti.



PAR RĒĶINA APMAKSU

Rēķins jāapmaksā 10 dienu laikā pēc tā saņemšanas, bet ne vēlāk kā 21. augustā. Savlaicīgas rēķina nesamaksāšanas gadījumā Organizators patur tiesības anulēt Jūsu pieteikumu un piedāvāt šo vietu citam pretendentam.

Tiekamies!



Organizē:



Ģenerālsponsors:



Partneri:



Informatīvais
atbalsts:



arterritory
.com

