



Permaculture applied in the recovery
process of people with mental illness



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

DESCRIPCIÓN DEL ESTUDIO DE CASO

ORGANIZACIÓN:	ŠENT
PAÍS:	Eslovenia
NOMBRE/IDENTIFICACIÓN/TÍTULO DEL ESTUDIO DE CASO:	Liubliana (Ježica)

ANTECEDENTES (p. ej. Conocimiento previo y retos, situación... etc.)

ŠENT se compone de varios programas, muchos de los cuales se enfocan en personas que están volviendo a recuperar su autonomía o, dicho de otra manera, enfocado en la rehabilitación psicosocial. Uno de estos programas o grupos es el grupo Ježica, un grupo residencial en el cual personas con problemas mentales viven de forma autónoma en una casa a la que acude semanalmente un mentor para ayudarles con sus problemas. Como se trata de asistencia no institucional, hay muchos problemas de los que se deben encargar, como ayudarles a mantener la casa limpia, a comer bien, a comunicarse correctamente con los demás y otro tipo de aspectos. Al tener pocos recursos y convivir con enfermedades mentales, muchos residentes no encuentran un motivo para comprometerse, y es aquí donde entra en juego PERMIND.

RAZONES PARA ASISTIR AL ENTRENAMIENTO

PERMIND se le impuso al grupo. A ellos se les dijo que iban a tener un jardín, pero lo cierto es que no lo querían. El entrenamiento lo llevaron a cabo el mentor y el instructor Črt Kovač. Se dejó claro que después del trabajo inicial el jardín no iba a requerir demasiado esfuerzo y que iban a poder plantar lo que ellos quisieran con ayuda de su mentor. Gracias a esto se empezaron a interesar y motivar por el proyecto.

EXPECTATIVAS ANTES DEL CURSO

Se esperaban que el jardín trajera consigo mucho trabajo y les preocupaba mucho trabajar al sol. No encontraban motivos de peso para tener un jardín ya que les parecía mucho más sencillo ir a una tienda y comprar las verduras que necesitaran. Además, como es una casa en la que entra y sale gente constantemente, les preocupaba que el jardín se acabara estropeando.

¿SE HAN CUMPLIDO SUS EXPECTATIVAS? ¿POR QUÉ?

El trabajo inicial requería esfuerzo físico, así que lo realizaron el mentor y el instructor. Después de eso, los residentes se dieron cuenta de que les gustaba pasar tiempo en el jardín y cuidar de las plantas, observar el suelo y los animales, cosechar las verduras... El jardín poco a poco se convirtió en un lugar en el que les gustaba estar y que querían hacer suyo. Todos los residentes tenían experiencias previas que querían compartir con el grupo y, como cabe esperar, se crearon nuevas relaciones interpersonales a la vez que se encargaban de que las verduras, las flores y todo lo que



Permaculture applied in the recovery
process of people with mental illness



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

había en el jardín creciera. Como no tenían buenas expectativas, el jardín fue toda una sorpresa para ellos.

RESULTADOS (O CAMBIOS) EN LA VIDA DEL PARTICIPANTE DESPUÉS DEL ENTRENAMIENTO (personales, familiares, etc.)

Los cambios han sido lentos, pero extraordinarios. Con la llegada del jardín llegó también la actividad física, que hizo que los participantes se sintieran mucho mejor. El ejercicio trajo consigo un aumento del interés en la alimentación sana, por lo que poco a poco se fueron interesando en las verduras, en cocinarlas y en todo aquello que hacían los demás. Este proyecto consiguió que un grupo muy disperso de Ježica se convirtiera en un equipo, haciendo que mejoraran las relaciones entre sus miembros.

A pesar de que es muy pronto para que podamos decir si hemos observado algún cambio a largo plazo en la salud mental de nuestros participantes, sí podemos asegurar que la permacultura es algo que ha mejorado sus vidas más de lo que pensábamos

PLANES DE FUTURO DEL PARTICIPANTE DESPUÉS DEL PROYECTO

Los participantes quieren tener sus propios jardines una vez se vayan de la casa, pero quieren volver a por semillas de sus plantas favoritas y para visitar a sus amigos. Si alguna vez has tratado con una persona con depresión sabrás lo importante que es esto para ellos.