



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:	Škofja Loka/La experiencia de un centro de día

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

Los trabajadores y los participantes de Škofja Loka no disponían de un jardín y tan solo dos participantes tenían experiencia previa en jardinería. El centro de día se encuentra en el centro de la ciudad, por lo cual no tienen muchas oportunidades para trabajar o hacer ejercicio.

Al haber muchos participantes diagnosticados con alguna enfermedad mental y que toman medicación, la motivación en general es prácticamente inexistente y muchos de los participantes llevan un estilo de vida sedentario. En la mayoría de participantes esto significa que tienen una esperanza de vida bastante menor que la del resto (de unos 20 años menos).

Al ser esto así, se decidió participar en el proyecto PERMIND con la intención de acabar con estos problemas. Ha sido todo un acierto por nuestra parte.

RAZONES PARA ASISTIR AL ENTRENAMIENTO

Tras analizar las encuestas realizadas a los participantes se vio que la mayoría de participantes asistieron al entrenamiento porque su mentor había añadido la jardinería en el programa de actividades. Nuestro instructor, Črt Kovač, se encargó de que el grupo trabajara con él cultivando el suelo y construyendo el jardín.

EXPECTATIVAS ANTES DEL CURSO

El grupo no tenía grandes expectativas acerca del proyecto y al principio eran muy reacios a caminar hasta el jardín para ayudar en él.

¿SE HAN CUMPLIDO SUS EXPECTATIVAS? ¿POR QUÉ?

El programa ha tenido más éxito del que esperábamos.

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

Tras analizar los cuestionarios y hablar con el grupo vimos que todos consideran haber tenido una mejora en la calidad de vida. Al hablar con ellos nos dimos cuenta de que el jardín es el mayor



esfuerzo físico que realizan y que es el nuevo hobby de 6 de nuestros participantes. Todos aseguraron pasárselo muy bien al trabajar en equipo, lo cual no es muy común en grupos con personas con enfermedades mentales ya que no suelen sentirse cómodos trabajando con alguien más. La diferencia está en que cuidar de un jardín parece ser algo que sienten que deben hacer en equipo. Han comenzado a organizarlo por su cuenta, sin su mentor y sin preocuparse por nada.

PERMIND ha resultado ser, sin duda alguna, una experiencia terapéutica muy positiva, lo cual es muy bueno para ŠENT al ser una organización centrada principalmente en la rehabilitación psicosocial de los pacientes. Nos hemos dado cuenta de que también funciona como un programa de prevención que motiva al grupo a interesarse por diferentes aspectos de la vida sana, como el cultivo de verduras, la alimentación sana, etc.

Si hablamos desde nuestro punto de vista, podemos decir que hemos visto como el grupo ha avanzado y mejorado de forma considerable durante el último año. PERMIND les ha dado muchos motivos por los que querer visitar el centro de día, relacionarse con sus compañeros y disfrutar más de la vida en general. Tener un jardín en un centro así no es muy común, así que el grupo lo ha aprovechado y ha aprendido a trabajar en equipo y contar los unos con los otros.

Un día normal en el jardín consiste en lo siguiente: los hombres van al río a buscar agua y las mujeres organizan el trabajo que hay que hacer en el huerto. Inspeccionan la tierra, descansan un poco y deciden qué es lo que quieren hacer. Aunque algunas personas hay días en los que no quieren trabajar, se acercan al jardín para poder estar un rato en compañía bajo el sol. Comienzan a trabajar hasta que todo el mundo está cansado y después se van a casa. Esto es algo que sucede al menos dos días a la semana.

Uno de los participantes es un hombre joven con un historial de abuso de sustancias. No sabe nada sobre permacultura o plantas y no tiene interés en aprender, pero le gusta sentirse útil en el huerto. Ayuda a recoger agua del río y a arrancar hierbajos y trabaja hasta que no puede más. Dice que es algo que le ayuda a estar tranquilo y que le reconforta tener algo que hacer. De esto trata el verdadero valor de PERMIND.

#### PLANES DE FUTURO DEL PARTICIPANTE DESPUÉS DEL PROYECTO

El grupo tiene grandes planes que no son muy razonables. Quieren empezar a vender las verduras, cultivar orquídeas y comprar un caballo. Aunque creemos que lo más probable es que estos planes no funcionen, también tienen otros planes más sensatos y muy interesantes. Quieren comenzar una colección de plantas tradicionales eslovenas, hacer bolsas de té y comenzar su propio libro de recetas. Nuestra organización tiene muchas ganas de ver cómo la permacultura influencia su trabajo y sus vidas.