

Διατίθεται στον ιστότοπο: www.dialoγous-autodidixisi.gr

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-Share Alike 4.0 International License.

Μάριος Καλυβιώτης, Καλλιόπη (Κέλλυ) Λάππα, Ευσταθία Ράπτη, Σοφία Τσισιά, Γεωργία Σάκκου και Παναγιώτα-Μαριέττα Γαρυφάλλου (2024): Προτεινόμενες Καινοτόμες παρεμβάσεις στον περιβάλλοντα χώρο του Εθνικού Κέντρου Αποκατάστασης

ISSN: 2459- 4172

ηλεκτρονικό περιοδικό «πρωΤΑση», 9 (52), σελ. 349- 366

Προτεινόμενες Καινοτόμες παρεμβάσεις στον περιβάλλοντα χώρο του Εθνικού Κέντρου Αποκατάστασης

Μάριος Καλυβιώτης

Φυσικοθεραπευτής Εθνικό Κέντρο Αποκατάστασης

Καλλιόπη (Κέλλυ) Λάππα

Εργοθεραπεύτρια Εθνικό Κέντρο Αποκατάστασης

Ευσταθία Ράπτη

Εργοθεραπεύτρια Εθνικό Κέντρο Αποκατάστασης

Σοφία Τσισιά

Εργοθεραπεύτρια Εθνικό Κέντρο Αποκατάστασης

Γεωργία Σάκκου

Φυσικοθεραπεύτρια Εθνικό Κέντρο Αποκατάστασης

Παναγιώτα-Μαριέττα Γαρυφάλλου

Γυμνάστρια, εξειδ. Ειδική Φυσική Αγωγή Εθνικό Κέντρο Αποκατάστασης

Περίληψη

Το Εθνικό Κέντρο Αποκατάστασης (Ε.Κ.Α.) είναι το μοναδικό δημοσίου χαρακτήρα Κέντρο Αποκατάστασης στην Ελλάδα – Ειδικό Νοσοκομείο του Εθνικού Συστήματος Υγείας (ΕΣΥ). Παρέχει πλήρη και με τις πιο σύγχρονες μεθόδους προγράμματα αποκατάστασης σε εσωτερικούς και εξωτερικούς ασθενείς από όλη την Ελλάδα. Μέσα στα πλαίσια της

Μάριος Καλυβιώτης, Καλλιόπη (Κέλλυ) Λάππα, Ευσταθία Ράπτη, Σοφία Τσιτά, Γεωργία Σάκκου και Παναγιώτα-Μαριέττα Γαριφάλλου



Προτεινόμενες Καινοτόμες παρεμβάσεις στον περιβάλλοντα χώρο του Εθνικού Κέντρου Αποκατάστασης

συνεχούς αναβάθμισης των υπηρεσιών του Ε.Κ.Α. συγκροτήθηκε ομάδα επιστημόνων με σκοπό τη δημιουργία Κήπων Αποκατάστασης. Το παρόν άρθρο παρουσιάζει τα θεραπευτικά οφέλη των κήπων αποκατάστασης καθώς και την καινοτόμο πρόταση δημιουργίας τους στον περιβάλλοντα χώρο του Ε.Κ.Α.

Abstract

The National Rehabilitation Center provides up-to-date rehabilitation programs to patients from all over Greece. This article presents the scientific basis the therapists of the Greek NRC took into consideration and the framework of the proposal made in order to form rehabilitation gardens at the Hospital.

Λέξεις κλειδιά: Θεραπευτικοί κήποι αποκατάστασης, περιβαλλοντική παρέμβαση σε νοσοκομεία.

Εισαγωγή

Το Εθνικό Κέντρο Αποκατάστασης (Ε.Κ.Α.) αποτελεί την κύρια δημόσια δομή αποκατάστασης ενηλίκων του Εθνικού Συστήματος Υγείας.

Οι βασικές αρχές που διέπουν την λειτουργία του νοσοκομείου μας είναι:

- Η παροχή των πιο σύγχρονων θεραπειών στους ασθενείς μας
- Η ισότιμη και χωρίς κανένα αποκλεισμό πρόσβαση στις υπηρεσίες υγείας
- Ο σεβασμός στην προσωπικότητα ασθενών και συνοδών
- Η λήψη αποφάσεων μέσα από διεπιστημονικές ομάδες

Μάριος Καλυβιώτης, Καλλιόπη (Κέλυ) Λάππα, Ευσταθία Ράπτη, Σοφία Τασιά, Γεωργία Σάκκου και Παναγιώτα-Μαριέττα Γαρυφάλλου

Προτεινόμενες Καινοτόμες παρεμβάσεις στον περιβάλλοντα χώρο του Εθνικού Κέντρου Αποκατάστασης

Οι ασθενείς που φιλοξενούνται στο ΕΚΑ παρακολουθούν καθημερινά έναν αριθμό θεραπευτικών προγραμμάτων, που ως επί το πλείστον υλοποιούνται σε εσωτερικούς χώρους.

Το ΕΚΑ, ωστόσο, διαθέτει έναν εξαιρετικό, κατόφρυτο, υπαίθριο χώρο, ικανό να παρέχει στους ασθενείς τη δυνατότητα άσκησης, ψυχαγωγίας και χαλάρωσης (Εικόνα 1).



Εικόνα 1: Άποψη των εξωτερικών χώρων του ΕΚΑ

Στα πλαίσια της συνεχούς αναβάθμισης των παρεχόμενων υπηρεσιών μας στοχεύουμε στην βελτίωση του υπαίθριου αυτού χώρου (κήποι, προσβασιμότητα κτλ) προς όφελος του ασθενή. Στόχος μας είναι η σύνδεση του εξωτερικού χώρου με τις θεραπευτικές διαδικασίες μέσω της δημιουργίας «Κήπων Αποκατάστασης/ Rehab Gardens». Η χρήση θεραπευτικών κήπων έχει θετικά αποτελέσματα στην βελτίωση της ψυχολογίας των ασθενών (Olszewska-Guizzo et al., 2022). Επιπρόσθετα, πέρα από τα ψυχολογικά οφέλη, βοηθά και στην πιο ομαλή μετάβαση στις πραγματικές συνθήκες διαβίωσης, μέσω της συμμετοχής σε δραστηριότητες που στοχεύουν στην αύξηση της παραγωγικότητας, της πολυπλοκότητας και της αποτελεσματικότητας (Soderback et al., 2004; Jonasson et al., 2007). Η εκτέλεση δραστηριοτήτων σε θεραπευτικούς κήπους μπορεί να επιταχύνει την διαδικασία αποκατάστασης, σε σύγκριση με προγράμματα που πραγματοποιούνται μόνο σε εσωτερικούς χώρους (Morat et al., 2013; Belcakova et al., 2018). Εκτός από τα θεραπευτικά αποτελέσματα στους ασθενείς, οι κήποι αυτοί έχουν θετική επίδραση και στην βελτίωση της ψυχολογίας των φροντιστών (βάρος του φροντιστή-career burden),

Μάριος Καλυβιώτης, Καλλιόπη (Κέλλυ) Λάππα, Ευσταθία Ράπτη, Σοφία Τσαϊά, Γεωργία Σάκκου και Παναγιώτα-Μαριέττα Γαρυφαλλίου



Προτεινόμενες Καινοτόμες παρεμβάσεις στον περιβάλλοντα χώρο του Εθνικού Κέντρου Αποκατάστασης

ενώ, παράλληλα, αποτελούν και ένα ιδανικό χώρο ξεκούρασης και αποφόρτισης των εργαζομένων στα νοσοκομεία (Pralo, 2017; Van Iperen et al., 2023)

Οι εγκαταστάσεις αυτές υπάρχουν εδώ και δεκαετίες σε σύγχρονες δομές αποκατάστασης του εξωτερικού (Stoke Mandeville Hospital, Inkendaal, Marianjoy Rehabilitation Hospital, Rancho Los Amigos Rehabilitation Center κτλ.). Η δημιουργία μιας ανάλογης εγκατάστασης στην χώρα μας, πέρα από τα θεραπευτικά οφέλη για τους ασθενείς, θα αποτελέσει καινοτομία και η επιτυχία της θα συμβάλλει στην δημιουργία κατευθυντήριων οδηγιών και για τις υπόλοιπες δομές αποκατάστασης στον ελληνικό χώρο.

Καινοτόμος Πρόταση - Πλάνο Μελέτης για το Εθνικό Κέντρο Αποκατάστασης

Οι Κήποι Αποκατάστασης θα χωρίζονται στις παρακάτω ευδιάκριτες και οριοθετημένες νησίδες αποκατάστασης με τις κάτωθι ονομασίες:

1. Mobility Garden
2. Sensory Garden (Αισθητηριακός κήπος)
3. Χώρος Προσαρμοσμένης Άσκησης
4. Χώρος κηπουρικής

Παράλληλα, θα υπάρχει ειδική σήμανση που θα κατευθύνει τους λήπτες υπηρεσιών υγείας στις επιμέρους εγκαταστάσεις. Η σήμανση αυτή θα είναι σύμφωνη με τις οδηγίες σχεδιασμού για άτομα με αναπηρίες (μέγεθος γραμματοσειράς, πυκνότητα γραμματοσειράς, ύψος πινακίδας, αντίθεση με το φόντο κτλ), ώστε να συμβάλλει στην αυτόνομη διακίνηση των ωφελούμενων στο χώρο.

Μάριος Καλυβιώτης, Καλλιόπη (Κέλλυ) Λάππα, Ευσταθία Ράπτη, Σοφία Τσιτά, Γεωργία Σάκκου και Παναγιώτα-Μαριέττα Γαρυφάλου

Προτεινόμενες Καινοτόμες παρεμβάσεις στον περιβάλλοντα χώρο του Εθνικού Κέντρου Αποκατάστασης



Περιγραφή των εγκαταστάσεων

1. Mobility Garden

Το κύριο στοιχείο αυτής της εγκατάστασης είναι η δημιουργία μιας διαδρομής με επιφάνειες διαβαθμισμένης δυσκολίας (Multi surface terrain), (επιφάνεια με χύμα> με βότσαλο> με άμμο κτλ). Κατά μήκος της διαδρομής θα υπάρχουν κάγκελα για την στήριξη του ασθενή. Στο τέλος της διαδρομής θα υπάρχει ανεξάρτητη σκάλα ανάβασης/κατάβασης με κάγκελα στήριξης και μεγάλο πλάτωμα στην κορυφή της σκάλας (Εικόνα 2).



Εικόνα 2: Παράδειγμα διαδρομής διαβαθμισμένης δυσκολίας

(Πηγή https://icca.com/locations/tr/columbia-tr/images/gallery/TMC_3842%20R28W.jpg)

Επιπρόσθετα, θα γίνουν φυτεύσεις ανθεκτικών θάμνων για την αισθητική αναβάθμιση του χώρου. Θα υπάρχουν, επίσης, βρύσες και κατασκευή με παγκάκι και τραπέζι προσαρμοσμένη για ΑΜΕΑ (Εικόνα 3).

Μάριος Καλυβιώτης, Καλλιόπη (Κέλλι) Λάππα, Ευσταθία Ράπτη, Σοφία Τασιά, Γεωργία Σάκκου και Παναγιώτα-Μαριέττα Γαρυφάλλου

Προτεινόμενες καινοτόμες παρεμβάσεις στον περιβάλλοντα χώρο του Εθνικού Κέντρου Αποκατάστασης



Εικόνα 3: Παγκάκι προσαρμοσμένο για ΑΜΕΑ (Πηγή <https://inclusivefurniture.com/gallery.html>)

Η εξάσκηση των περιπατητικών ασθενών σε αυτή την διαδρομή (Mobility Garden) θα αποτελέσει μεταβατικό προσαρμοστικό στάδιο από το προστατευμένο περιβάλλον του θεραπευτικού χώρου προς την πραγματική ζωή (transfer of learning skills). Η διαδρομή αυτή μπορεί να εφαρμοστεί σε περιπατητικούς νευρολογικούς ασθενείς (ΑΕΕ, ΚΕΚ, κολοβωματίες με πρόθεση κτλ), αλλά και σε ηλικιωμένους υγιείς ασθενείς, για την μείωση της πιθανότητας πτώσεων.

Χώρος για το Mobility Garden (Κήπος βελτίωσης κινητικότητας)

Προτεινόμενος χώρος για την δημιουργία της εγκατάστασης είναι ο πευκώνας (στο αριστερό κομμάτι του), απέναντι από την εκκλησία (Εικόνα 4).

Μάριος Καλυβιώτης, Καλλιόπη (Κέλυ) Λάπηα, Ευσταθία Ράπτη, Σοφία Τσιανά, Γεωργία Σάκου και Παναγιώτα-Μαριέττα Γαρυφάλλου

Προτεινόμενες καινοτόμες παρεμβάσεις στον περιβάλλοντα χώρο του Εθνικού Κέντρου Αποκατάστασης



Εικόνα 4: Χώρος για Mobility Garden στο ΕΚΑ

2. Sensory Garden (Αισθητηριακός κήπος)

Ο αισθητηριακός κήπος του Εθνικού Κέντρου Αποκατάστασης θα είναι ένας κήπος αισθητηριακής παρέμβασης για νευρολογικούς ασθενείς. Θα πραγματοποιούνται στοχευμένες από τον θεραπευτή αισθητηριακές διεγέρσεις (οπτικά, ακουστικά, αφρητικά ερεθίσματα) σε ασθενείς με μειωμένα επίπεδα συνείδησης και συνοδά αισθητικοαντληπτικά ελλείμματα. Παράλληλα ο κήπος θα δημιουργεί συνθήκες χαλάρωσης για ασθενείς και συνοδούς (μείωση stress) και θα επιδρά θετικά στην ψυχοσωματική τους κατάσταση.

Υπάρχουν διάφορες αρχιτεκτονικές προτάσεις για την δημιουργία αισθητηριακών κήπων (Εικόνες 5 - 6). Οι βασικές αισθήσεις που θα καλύπτονται μέσω του αισθητηριακού κήπου θα είναι η όσφρηση (μέσω αρωματικών φυτών), η όραση μέσω χρωμάτων, η ακοή (μέσω του ήχου από υπαίθριες κατασκευές) και η αφή μέσω της επαφής με υλικά διαφορετικής υφής.

Μάριας Καλυβιώτης, Καλλιόπη (Κέλλυ) Λάππα, Ευσταθία Ράπτη, Σοφία Τσιού, Γεωργία Σάκκου και Παναγιώτα-Μαριέττα Γαρυφάλλου

Προτεινόμενες καινοτόμες παρεμβάσεις στον περιβάλλοντα χώρο του Εθνικού Κέντρου Αποκατάστασης



Εικόνα 5 και 6: Παραδείγματα θεραπευτικών κήπων

(Πηγές: <https://www.homesandgardens.com/gardens/sensory-garden-plants> Image credit: RHS/Neil-Heppworth και <https://exmouth.nub.news/news/local-news/exmouth39s-beautiful-new-sensory-garden-now-officially-open>)

Ενδεικτικά και όχι περιοριστικά θα μπορούσαμε να αναφέρουμε τη φύτευση αρωματικών φυτών ανθεκτικών στην Ελλάδα (λεβάντα, μέντα, δενδρολίβανο, χαμομήλι κτλ), φύτευση δέντρων για σκίαση, ποικιλία χρωμάτων, χρήση φυτών που προσελκύουν πεταλούδες και πτηνά. Αποφυγή αλλεργιογόνων φυτών. Απαραίτητη είναι και η τοποθέτηση σταθερών κατασκευών παραγωγής ευχάριστων ήχων (πχ υπαίθρια μουσικά όργανα)(Εικόνες 7-9).

Μάριος Καλυβιώτης, Καλλιόπη (Κέλλυ) Λάτσα, Ευσταθία Ράπτη, Σοφία Τασιά, Γεωργία Σάκκου και Παναγιώτα-Μαριέττα Γαρυκάλου



Προτεινόμενες καινοτόμες παρεμβάσεις στον περιβάλλοντα χώρο του Εθνικού Κέντρου Αποκατάστασης



Εικόνες 7,8,9: Υποίθρια Μουσικά Όργανα (Πηγές:

<https://livingmadeeasy.org.uk/product/candy-coloured-chimes>

<https://www.percussionplay.com/case-study-sirvetos-regional-park-lithuania/> και

<https://www.percussionplay.com/instruments/>)

Βασικά, χαρακτηριστικά που πρέπει να πληρούν οι κατασκευές είναι η ανθεκτικότητα στις καιρικές συνθήκες, στην χρήση, καθώς και η τήρηση των ευρωπαϊκών οδηγιών ασφαλείας. Στον κήπο θα υπάρχουν, επίσης, παγκάκια για ασθενείς και συνοδούς.

Χώρος για τον Αισθητηριακό Κήπο

Προτεινόμενος χώρος για την δημιουργία της εγκατάστασης είναι ο αδιαμόρφωτος χώρος με ελαιόδεντρα, απέναντι από το φυσικοθεραπευτήριο το ΕΚΑ (βλ. πινάκιο στον χάρτη). Η εγκατάσταση αυτή θα ωφελήσει θεραπευτικά και τους μαθητές των ειδικών σχολείων που στεγάζονται σε χώρους του ΕΚΑ.

Μάριος Καλυβιώτης, Καλλιόπη (Κέλλυ) Λάππα, Ευσταθία Ράπτη, Σοφία Τασιά, Γεωργία Σάκκου και Παναγιώτα-Μαριέττα Γαρυφάλλου

Προτεινόμενες Καινοτόμες παρεμβάσεις στον περιβάλλοντα χώρο του Εθνικού Κέντρου Αποκατάστασης



Εικόνα 10: Χώρος για τον αισθητηριακό κήπο

3. Χώρος Προσαρμοσμένης Άσκησης (Outdoor Gym)

Πρόκειται για την δημιουργία ενός υπαίθριου γυμναστηρίου με όργανα γυμναστικής κατάλληλα για ΑΜΕΑ και ειδικά για εξωτερικούς χώρους.

Εκεί θα πραγματοποιούνται προγράμματα θεραπευτικής άσκησης, με την καθοδήγηση του φυσικοθεραπευτή, καθώς και προγράμματα προσαρμοσμένης άσκησης, με την καθοδήγηση γυμναστή.

Τα μηχανήματα που θα εγκατασταθούν θα είναι ανθεκτικά στις καιρικές συνθήκες, θα είναι για ΑΜΕΑ, θα καλύπτουν τις βασικές μυϊκές ομάδες και θα πληρούν τις προδιαγραφές της Ευρωπαϊκής Ένωσης σε θέματα ασφάλειας.

Ενδεικτικά μηχανήματα άσκησης:

Ενδεικτικά και όχι περιοριστικά παραθέτουμε δείγματα προσαρμοσμένων οργάνων άσκησης.

Μάριος Καλυβιώτης, Καλλιόπη (Κέλλυ) Λάιπα, Ευσταθία Ράπτη, Σοφία Τασιά, Γεωργία Σάκκου και Παναγιώτα-Μαριέττα Γαριφάλλου

Προτεινόμενες καινοτόμες παρεμβάσεις στον περιβάλλοντα χώρο του Εθνικού Κέντρου Αποκατάστασης



Μηχάνημα για την ενδυνάμωση του στήθους και των χεριών



Εικόνα 11: Μηχάνημα για την ενδυνάμωση του στήθους και των χεριών

(Πηγή: <https://outdoor-gym.com/product/butterfly-disabled/>)

Προσαρμοσμένη καλαθοσφαίριση

Η τοποθέτηση μπάσκετας, με κατάλληλα διαμορφωμένο δάπεδο πέριξ της, θα δώσει τη δυνατότητα βελτίωσης της ριπτικής ικανότητας των ασθενών, του συγχρονισμού όρασης - χεριού, της μυϊκής τους ενδυνάμωσης, της ευστοχίας, της ισορροπίας σε καθιστή θέση και της καρδιοαναπνευστικής τους κατάστασης. Τέλος, θα δώσει κίνητρο για παιχνίδι και διασκέδαση μέσω ατομικών ή και ομαδικών δραστηριοτήτων.

Μάριος Καλυβιώτης, Καλλιόπη (Κέλλυ) Λάππα, Ευσταθία Ράπτη, Σοφία Τσισιά, Γεωργία Σόκκου και Παναγιώτα-Μαριέττα Γαρυφάλου

Προτεινόμενες καινοτόμες παρεμβάσεις στον περιβάλλοντα χώρο του Εθνικού Κέντρου Αποκατάστασης



Εικόνα 12: Προσαρμοσμένη Μπασκετά (Πηγή: <https://outdoor-gym.com/de/produkt/basketballkorb/>)

Παράλληλα στον χώρο προσαρμοσμένης άσκησης θα δημιουργηθούν δύο διαδρομές (κουλουάρ) για δρόμους (στίβου), στρωμένες με ταρτάν. Αυτό θα δώσει τη δυνατότητα βελτίωσης της καρδιοαναπνευστικής λειτουργίας των ασθενών, της δύναμης και της τεχνικής τους στην χρήση του αμαξιδίου. Επιπλέον, θα διευκολύνει τη δημιουργία ενός κλίματος ψυχαγωγίας και κοινωνικοποίησης, μέσα από ομαδικές, παιχνιδιές, δρομικές δραστηριότητες με στοιχεία συναγωνισμού και ανταγωνισμού μεταξύ των συμμετεχόντων.

Θέση κατασκευής του Χώρου Προσαρμοσμένης Άσκησης

Προτεινόμενος χώρος για την δημιουργία της εγκατάστασης είναι ο αδιαμόρφωτος χώρος με ελαιόδεντρα, απέναντι από το φυσικοθεραπευτήριο το ΕΚΑ (βλ. πινάκιο στον χάρτη). Η εγκατάσταση θα βρίσκεται δίπλα ακριβώς από την εγκατάσταση του Αισθητηριακού Κήπου.

Μάριος Καλυβιώτης, Καλλιόπη (Κέλλυ) Λάππα, Ευσταθία Ράπτη, Σοφία Τασκά, Γεωργία Σόκκου και Παναγιώτα-Μαριέτα Γαρυράλλου

Προτεινόμενες καινοτόμες παρεμβάσεις στον περιβάλλοντα χώρο του Εθνικού Κέντρου Αποκατάστασης



Εικόνα 13: Χώρος προσαρμοσμένης άσκησης

4. Χώρος κηπουρικής

Σύμφωνα με επιστημονικά δεδομένα, η ενασχόληση των νευρολογικών ασθενών με την κηπουρική συμβάλλει στη βελτίωση της κίνησης, των γνωσιακών λειτουργιών, της επικοινωνίας, της κοινωνικοποίησης και της ενθάρρυνσης για ενεργό συμμετοχή στο πρόγραμμα αποκατάστασης (Jonasson et al., 2007; Spring 2015; Patil et al., 2019). Στον χώρο της κηπουρικής θα τοποθετηθούν ζαρντινιέρες σε διαφορετικά ύψη σε σχέση με το έδαφος για χρήστες αμαξιδίου και για κηπουρικές δραστηριότητες από όρθια θέση. Ήδη έχει δημιουργηθεί από ασθενείς ο πρώτος πειραματικός μικρόκηπος σε έναν μέχρι πρότινος ανεκμετάλλετο χώρο του ΕΚΑ (Εικόνα 14). Οι χώροι κηπουρικής, που θα αναπτυχθούν μελλοντικά, θα βρίσκονται μέσα στις εγκαταστάσεις του αισθητηριακού κήπου.

Μάριος Καλυβιώτης, Καλλιόπη (Κέλλυ) Λάμπρα, Ευσταθία Ράπτη, Σοφία Τσιτά, Γεωργία Σάκκου και Παναγιώτα-Μαριέττα Γαρυφάλλου

Προτεινόμενες Κοινοτόμες παρεμβάσεις στον περιβάλλοντα χώρο του Εθνικού Κέντρου Αποκατάστασης



Εικόνα 14: Δημιουργία μικρόκηπου στο ΕΚΑ από ασθενείς

Γενικές επισημάνσεις για την προτεινόμενη παρέμβαση

- Τήρηση των προδιαγραφών της Ε.Ε για όλες τις κατασκευές
- Σήμανση των χώρων με πινακίδες σύμφωνες με την Ευρωπαϊκή νομοθεσία
- Προσβασιμότητα μεταξύ των χώρων-εγκαταστάσεων με την δημιουργία προσβάσιμων και ασφαλών διαδρομών για ΑΜΕΑ
- Κατασκευή ραμπών για ΑΜΕΑ, όπου δεν υπάρχουν
- Ηπιες παρεμβάσεις, με ενίσχυση του πρασίνου
- Τοποθέτηση αστικού εξοπλισμού (παγκόκια, βρύσες κτλ)



Βιβλιογραφία

1. Βελιάκονά, Ingrid & Galbanά, Pavla & Majorozonά, Martina. (2018). Healing and therapeutic landscape design - Examples and experience of medical facilities. *International Journal of Architectural Research: ArchNet-IJAR*. 12. 128. 10.26687/archnet-ijar.v12i3.1637.
2. Jonasson, Inger & Hildingh, Cathrine. (2007). Working in a training garden: Experiences of patients with neurological damage. *Australian Occupational Therapy Journal*. 54. 266 - 272. 10.1111/j.1440-1630.2007.00634.x.
3. Morat, Tobias & Kroeger, Daniela & Mechling, Heinz. (2013). The Multisurface Obstacle Test for Older Adults (MSOT): Development and reliability of a novel test for older adults. *European Review of Aging and Physical Activity*. 10. 10.1007/s11556-013-0121-0.
4. Olszewska-Guizzo A, Fogel A, Escoffier N, Sia A, Nakazawa K, Kumagai A, Dan I, Ho R. Therapeutic Garden With Contemplative Features Induces Desirable Changes in Mood and Brain Activity in Depressed Adults. *Front Psychiatry*. 2022 Apr 7;13:757056. doi: 10.3389/fpsy.2022.757056. PMID: 35463498; PMCID: PMC9021552.
5. Patil, Grete & Asbjørnslett, Mona & Aurlen, Kristin & Levin, Nina. (2019). Gardening as a Meaningful Occupation in Initial Stroke Rehabilitation: An Occupational Therapist Perspective. *The Open Journal of Occupational Therapy*. 7. 1-15. 10.15453/2168-6408.1561.
6. Prolo P (2017) A sensory garden in dementia care: from design to practice *Baierna Diurnal Therapeutic Centre, Alzheimers Dement Cogn Neurol*. DOI: 10.1576/VADCN.1000116
7. Söderback I, Söderström M, Schälander E. Horticultural therapy: the 'healing garden' and gardening in rehabilitation measures at Danderyd Hospital Rehabilitation Clinic, Sweden. *Pediatr Rehabil*. 2004 Oct-Dec;7(4):245-60. doi: 10.1080/13638490410001711416. PMID: 15513768.

Μάριος Καλυβιώτης, Καλλιόπη (Κέλλυ) Λάππα, Ευσταθία Ράπτη, Σοφία Τασιά, Γεωργία Σάκκου και Παναγιώτα-Μαριέττα Γαρυφάλου



Προτεινόμενες Καινοτόμες παρεμβάσεις στον περιβάλλοντα χώρο του Εθνικού Κέντρου Αποκατάστασης

8. Spring JA. Design of evidence-based gardens and garden therapy for neurodisability in Scandinavia: data from 14 sites. *Neurodegener Dis Manag.* 2016 Apr;6(2):87-98. doi: 10.2217/nmt.16.2. Epub 2016 Apr 1. PMID: 27033715.
9. van Iperen ID, Maas J, Spronk PE. Greenery and outdoor facilities to improve the wellbeing of critically ill patients, their families and caregivers: things to consider. *Intensive Care Med.* 2023 Oct;49(10):1229-1231. doi: 10.1007/s00134-023-07185-7. Epub 2023 Aug 23. PMID: 37610484; PMCID: PMC10556109.

Βιογραφικά Σημειώματα

Μάριος Καλυβιώτης

Ο Μάριος Καλυβιώτης είναι φυσικοθεραπευτής και κάτοχος μεταπτυχιακού διπλώματος ειδίκευσης στη Νευρολογική Αποκατάσταση (MSc in Neurorehabilitation) από το Brunel University του Λονδίνου. Είναι, επίσης, κάτοχος του μεταπτυχιακού διπλώματος ειδίκευσης «Διοχείριση Γήρανσης και Χρόνιων Νοσημάτων» του Ελληνικού Ανοικτού Πανεπιστημίου και της Ιατρικής Λόρισσας. Εργάζεται από το 2018 ως φυσικοθεραπευτής στο Εθνικό Κέντρο Αποκατάστασης (Ε.Κ.Α.), ενώ διαθέτει πολυετή εργασιακή εμπειρία σε κέντρα αποκατάστασης του ιδιωτικού τομέα. Επιπρόσθετα, διαθέτει πολυετή διδακτική εμπειρία σε δημόσια και ιδιωτικά εκπαιδευτικά ιδρύματα, έχει διατελέσει ομιλητής σε πλήθος συνεδρίων και κριτής (peer reviewer) σε διεθνές επιστημονικό περιοδικό. Τέλος, έχει παρακολουθήσει σειρά εκπαιδευτικών σεμιναρίων στα πλαίσια της συνεχιζόμενης επαγγελματικής του κατάρτισης. Τομείς ενδιαφέροντος: Νευροπλαστικότητα, νευρολογική αποκατάσταση, ρομποτική τεχνολογία στην αποκατάσταση.

Καλλιόπη (Κέλλυ) Λάππα

Η Καλλιόπη (Κέλλυ) Λάππα είναι Εργοθεραπεύτρια με μεταπτυχιακό στην Σύγχρονη Τεχνολογία και Πληροφορική στην Αποκατάσταση της Ιατρικής ΕΚΠΑ. Εργάζεται στο Εθνικό Κέντρο Αποκατάστασης, ως Εργοθεραπεύτρια, Αν. Προϊσταμένη Παραϊατρικού πρ ρηδση

ΙΟΥΛΙΟΣ ΑΥΓΟΥΣΤΟΣ- 2024

364

Μάριος Καλυβιώτης, Καλλιόπη (Κέλλυ) Λάππα, Ευσταθία Ράπτη, Σοφία Τασιά, Γεωργία Σάκκου και Παναγιώτα-Μαριέττα Γαρυφάλλου



Προτεινόμενες Καινοτόμες παρεμβάσεις στον περιβάλλοντα χώρο του Εθνικού Κέντρου Αποκατάστασης

Προσωπικού. Ασχολείται από το 1992 με την Υποστηρικτική Τεχνολογία στην Αποκατάσταση. Έχει εργαστεί στο τμήμα της Υ.Τ. της Ε.Λ.Ε.Π.Α.Π. Αθηνών, και έχει δημιουργήσει το τμήμα της εργοθεραπείας στο Δ.Θ. κέντρο Αθηνών «Υγεία» καθώς και το Εργαστήριο Σύγχρονων Εφαρμογών Εργοθεραπείας. Υπήρξε Επιστημονικός Συνεργάτης στη σχολή Εργοθεραπείας ΤΕΙ Αθήνας, στην Κεντρική Υπηρεσία Εργοθεραπείας του Δήμου Ν. Ηρακλείου καθώς και του Γ.Ν. «Ασκληπιείο Βούλας» και της ΜΑΦ ΓΝΑ «Ο Ευαγγελισμός» για θέματα υποστηρικτικής τεχνολογίας. Είναι Ιδρυτικό μέλος και Πρόεδρος της Ελληνικής Εταιρείας Επιστημόνων Υποστηρικτικής Τεχνολογίας και ενεργό μέλος του Συλλόγου Ελλήνων Εργοθεραπευτών καθώς και άλλων συλλόγων που δραστηριοποιούνται στην Ελλάδα και στο εξωτερικό σε θέματα τεχνολογίας στην αποκατάσταση. Μέλος επιστημονικών και οργανωτικών επιτροπών σε ημερίδες, σεμινάρια και συνέδρια. Συγγραφέας, ομιλήτρια, κριτής εργασιών με στόχο την ανάπτυξη της Υποστηρικτικής Τεχνολογίας στην Ελλάδα και το εξωτερικό.

Ευσταθία Ράπτη

Η Ευσταθία Ράπτη εργάζεται ως Εργοθεραπεύτρια στο Εθνικό Κέντρο Αποκατάστασης από το 1995. Έχει υπάρξει Εργαστηριακός συνεργάτης στο ΤΕΙ ΑΘΗΝΑΣ, στη Σχολή Εργοθεραπείας. Επίσης έχει εργαστεί ως εργοθεραπεύτρια στο Πρώην ΠΙΚΠΑ, στον Τομέα Ατόμων με Ειδικές Ανάγκες του Ψυχιατρικού Νοσοκομείου Λέρου, στα πλαίσια της απο-ασυλοποίησης, με φορέα υλοποίησης την Επιστημονική Εταιρεία ΕΨΥΠΕ, καθώς και στο Ψυχιατρικό Νοσοκομείο Λέρου, με τους Γιατρούς Χωρίς Σύνορα. Έχει παρακολουθήσει πλήθος σεμιναρίων στα πλαίσια της δια βίου εκπαίδευσης, ενώ έχει υπάρξει και ομιλήτρια σε ημερίδες και συνέδρια αποκατάστασης.

Σοφία Τασιά

Η Σοφία Τασιά είναι Εργοθεραπεύτρια στο Εθνικό Κέντρο Αποκατάστασης. Έχει εικοσιπενταετή και πλέον εμπειρία στον τομέα της αποκατάστασης ενηλίκων με κλινική εμπειρία στην Ελλάδα και στο εξωτερικό. Έχει παρακολουθήσει πλήθος σεμιναρίων στα πλαίσια της δια βίου εκπαίδευσης, ενώ έχει υπάρξει και ομιλήτρια σε ημερίδες και συνέδρια αποκατάστασης.

Μάριος Καλυβιώτης, Καλλιόπη (Κέλλυ) Λάππα, Ευσταθία Ράπτη, Σοφία Τσισιά, Γεωργία Σάκκου και Παναγιώτα-Μαριέττα Γαρυφάλλου

Προτεινόμενες Καινοτόμες παρεμβάσεις στον περιβάλλοντα χώρο του Εθνικού Κέντρου Αποκατάστασης

Γεωργία Σάκκου

Η Γεωργία Σάκκου εργάζεται ως Φυσικοθεραπεύτρια στο Εθνικό Κέντρο Αποκατάστασης. Είναι εξειδικευμένη σε μεθόδους αποκατάστασης Vojta, Bobath, Advanced PNF, Halliwick, Spinal cord injuries, Clinical Pillates, Kinesiotaping.

Είναι πιστοποιημένη στη ρομποτική τεχνολογία.

Παναγιώτα-Μαριέττα Γαρυφάλλου

Η Παναγιώτα-Μαριέττα Γαρυφάλλου είναι πτυχιούχος του «Τμήματος Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού - Πανεπιστημίου Αθηνών» (ΤΕΦΑΑ) με ειδικότητα στην «Ειδική Φυσική Αγωγή». Απόφοιτος της τριετούς σχολής shiatsu, «Natural Health Science». Έχει παρακολουθήσει σεμινάρια ειδικής φυσικής αγωγής, κλασικού και σύγχρονου χορού, kung fu, aikido, shiatsu, seiki, και Focusing . Έχει εργαστεί ως γυμνάστρια σε προγράμματα «Μαζικού Λαϊκού Αθλητισμού» της Γ.Γ.Α. σε ειδικά σχολεία και Δήμους. Συνεργαζόμενη με την «Special Olympics Hellas», συμμετείχε ως προπονήτρια στην Παραολυμπιάδα της Μαδρίτης. Για δεκατρία χρόνια ήταν Υπεύθυνη Συντονισμού και γυμνάστρια στο «Κέντρο Δημιουργικής Απασχόλησης Ατόμων με Αναπηρίες της Δημοτικής Επιχείρησης Ανάπτυξης Δήμου Ζωγράφου». Από το 2007 είναι διορισμένη στο «Εθνικό Κέντρο Αποκατάστασης» (ΕΚΑ). Θεωρώντας ότι το σωματικό, ψυχολογικό και πνευματικό επίπεδο είναι άρρηκτα συνδεδεμένα μεταξύ τους, τα προγράμματά της βασίζονται σε μία ολιστική προσέγγιση του ασκούμενου ατόμου, συνδυάζοντας την προσαρμοσμένη φυσική αγωγή με εναλλακτικές θεραπευτικές προσεγγίσεις.