



Wiadomości

Czwartek, 1 lutego 2018

Ogrody Sensoryczne

Zwiedzanie: bezpłatne - ogólnodostępny park zdrojowy

Wejście: od ul. S. Mściwujewskiego, powyżej sanatoriów uzdrowiskowych (dogodne dla osób poruszających się na wózkach inwalidzkich lub rodzin z dziećmi), a także od strony pijalni wody mineralnej Antoni (wejście schodami na szczyt Suchej Góry)

Warto wiedzieć:

- w ogrodach znajduje się specjalna wiata wypoczynkowa, gdzie można rozpalić ognisko, należy zapewnić we własnym zakresie opał oraz pozostawić po sobie czystość i porządek
- w ogrodach sensorycznych nowożeńcy i pary obchodzące okrągłe rocznice zawarcia związku małżeńskiego mogą posadzić drzewko miłości. Szczegółowe informacje dostępne są [TUTAJ](#).

[Wirtualny spacer po Ogrodach](#)

Ogrody Zmysłów, inaczej zwane Ogrodami Sensorycznymi, są jeszcze mało rozpowszechnionym w Polsce pomysłem przystosowania parków nie tylko do odpoczynku na łonie natury, ale przede wszystkim do celów terapeutycznych i edukacyjnych (także dla osób niewidomych). Z ogrodów sensorycznych może korzystać każdy, niezależnie od stanu zdrowia i wieku. To sprzyjające relaksowi, pełne ciszy i spokoju miejsce. Muszyńskie ogrody sensoryczne zaprojektowane są tak, by w zintensyfikowany sposób oddziaływać na wszystkie pięć zmysłów: węch, wzrok, dotyk, słuch i smak. Oprócz funkcji poznawczej poprzez zabawy edukacyjne pomagają w budowaniu więzi interpersonalnych.

Ogrody są w pełni dostosowane do potrzeb osób niepełnosprawnych oraz wózków dziecięcych: wygodne parkowe ścieżki ułatwią spacer, a tablice informacyjne poszczególnych stref są dostępne także dla niewidomych (wiadomości w alfabecie Braille'a).

Ogrody Zmysłów w Muszynie podzielone są na siedem stref. Strefa zdrowia - znajdują się tutaj różnorodne urządzenia do ćwiczeń na świeżym powietrzu. Wymagają niewielkiego nakładu siłowego, dzięki czemu są chętnie używane przez większość odwiedzających, w szczególności przez osoby starsze. Ćwiczenia w siłowniach plenerowych wspomagają efekty kinezyterapii (leczenia ruchem): wpływają m.in. na wzmocnienie mięśni brzucha, kończyn górnych i dolnych, a także obręczy barkowej, grzbietu i klatki piersiowej. Niektóre z ćwiczeń zwiększają giętkość i sprawność stawów, relaksują mięśnie grzbietu, lędźwi i pasa biodrowego. Inne wzmacniają układ sercowo-naczyniowy i oddechowy, pobudzają krążenie krwi, udrażniają kanały limfatyczne poprzez akupresurę i zapobiegają wypadnięciu krążków międzykręgowych. Stosowanie ćwiczeń w siłowniach plenerowych wpływa na utratę tkanki tłuszczowej i ogólną poprawę kondycji organizmu. Urządzenia do ćwiczeń usytuowane są wśród barwnych klombów i ogródków skalnych utworzonych z róż, tawułów, żywotników, świerków, klonów i grabów. Ćwicząc w tym miejscu, nie tylko doświadczymy niebywałych wrażeń wzrokowych, ale także zażyjemy czystego powietrza. Siłownie plenerowe w Ogrodach Sensorycznych nie są jedynymi w uzdrowisku. W kurorcie są jeszcze cztery inne, zlokalizowane u podnóża wzgórza zamkowego wzdłuż potoku Szczawnik, a także w centrach miejscowości Szczawnik i Milik.

Strefa zapachu - na tym obszarze rośliny dobrane są w taki sposób, by natężenie zapachów było jak najbardziej intensywne, a różne bukiety łączyły się w niepowtarzalne kompozycje aromatyczne. Zapachy pobudzają wyobraźnię i silnie wpływają na emocje. Dla osób niewidomych ta część ogrodu będzie skondensowanym zielnikiem - w celach poznawczych i dydaktycznych będą mogły dotknąć każdą roślinę, rozetrzeć w palcach liście bądź płatki dla uzyskania ukrytego w nich zapachu olejków eterycznych. Wśród hiacyntów, lilii, świerków, jodeł odnajdziemy tutaj kuchenne przyprawy: wonny tymianek, szałwię, miętę, czosnek. Rozpoznawanie zapachów będzie świetną zabawą edukacyjną dla każdego.

Strefa dźwięku - warto się tu zatrzymać i wsłuchać w szum drzew, świergot ptaków, szmer wody ze strumienia, chrzęst żwiru pod nogami. Wszystkie materiały zostały dobrane tak, aby intensyfikować tworzące się wokół nas dźwięki. Nawet znajdujące się w pobliżu drzewa i krzewy dobrane tak, by wabić tu ptaki, śpiew których potrafi oderwać od pędu codziennego życia. Dla spotęgowania wrażeń słuchowych wystarczy zamknąć oczy. Zmysł wzroku odpowiada aż w 80% za całość percepcji człowieka, przyćmiewając pozostałe zmysły. Ciekawym doświadczeniem może być wizyta w tym miejscu wieczorem, kiedy w większym stopniu organizm będzie musiał polegać na pozostałych zmysłach. Trzask łamiącej się pod stopami gałęzi lub odgłos czyichś kroków, za dnia w ogóle niezauważane, teraz zyskają na znaczeniu.

Strefa zapachowo-dotykowa - w tej części ogrodu wykorzystujemy równocześnie zmysł

dotyku i węchu. Rośliny dobierano tak, by przyciągały różnorodną fakturą, kształtami liści i kwiatów oraz bogactwem zapachów. W pogodne dni można poczuć na ciele przyjemne ciepło promieni słonecznych, przerywane delikatną bryzą. Wystarczy zamknąć oczy i wziąć głęboki oddech, by przenieść się w zupełnie inny, pełen feerii zapachów świat. Soczysta zieleń traw zachęci do zdjęcia butów, co pozwoli odpocząć zmęczonym nogom, poczuć nagrzaną ziemię i trawę, ścielącą się pod nimi niczym najbardziej wykwintny dywan, który delikatnie łaskocze wszystkie receptory na stopach. Właśnie dlatego to miejsce jest chętnie wybierane na rodzinne pikniki.

Strefa smaku - rosną tu krzewy i drzewa owocowe, co pozwala na obserwację rocznej vegetacji roślin. Oprócz ich podziwiania w czasie owocobrania można tu rozkoszować się smakami owoców - czereśni, porzeczek malin, jabłek, owoców aronii, orzechów leszczyny. Kosztowanie tutejszych roślin jadalnych, owoców i ziół może wywołać istną burzę smakową na podniebieniu.

Strefa wzroku - przenika całe ogrody, tworząc mozaikę pięknego, naturalnego krajobrazu Popradzkiego Parku Krajobrazowego, jak i potęgę ludzkiej myśli i chęci podporządkowania sobie sił natury przez człowieka. Czerpiąc przyjemność ze spaceru po ogrodach, można stymulować wzrok szeroką paletą barw. Oczy ucieszą kompozycje kolorowych kwiatowych dywanów, wśród których znajdują się okazy nektarodajne, przyciągające motyle, pszczoły i inne owady. Ze szczytu wieży widokowej rozciąga się panorama na ruiny muszyńskiego zamku, barokowy kościół w centrum miasta czy magiczne ogrody ze stawami rekreacyjnymi i pijalnię wody mineralnej Antoni. W sprzyjających warunkach pogodowych można zobaczyć imponującą panoramę na Tatry, częściowo leżące już po stronie Słowacji, z którą graniczy Muszyna.

Strefa Afrodyty - to ostatnia i zarazem najmłodsza strefa w ogrodach zmysłów. Jej patronką jest grecka bogini miłości, Afrodyta, która symbolicznie ze swej amfory podlewa rajskie jabłonie, sadzone tutaj przez pary nowożeńców (zarówno polskich jak i zagranicznych). Muszyńskie drzewka miłości są symbolem dobrobytu, szczęścia i rozkwitającej miłości młodych. Z roku na rok drzewek przybywa, zapewne za jakiś czas las Afrodyty będzie dawał cień i schronienie przed upałem kolejnym pokoleniom. Te ze specjalnych kłódek dowiedzą się, kto był fundatorem drzewek.

Szczegóły dotyczące sadzenia drzewek miłości dostępne są [TUTAJ](#).