

לכל המעוניין,

הנדון: מכתב המלצה – סדנאות רפואת יער לתושבי פתח תקווה

ברצוני להביע את הערכתי הרבה ולהמליץ בחום על פעילותו של המרכז לרפואת יער, אשר העביר במהלך התקופה האחרונה סדרת סדנאות רפואת יער עבור עשר קבוצות שונות שאורגנו ע"י

עיריית פתח תקווה.

בסדנאות השתתפו עשרות משתתפים, בהם אזרחים ותיקים אשר זכו לחוויה ייחודית ומשמעותית המשלבת שהייה בטבע, תרגילי קשיבות, הפעלת החושים, תנועה מותאמת, חיבור לסביבה הטבעית והעצמת תחושת הרווחה האישית.

כבר מהמפגשים הראשונים ניתן היה להבחין במקצועיות הרבה של צוות המנחים, בגישה האנושית, הרגישה והמכבדת כלפי המשתתפים וביכולתם להתאים את הפעילות לאוכלוסיות מגוונות, תוך יצירת תחושת ביטחון, שייכות והנאה.

המשתתפים שיתפו בתחושות של רוגע, הפחתת מתחים, שיפור במצב הרוח, תחושת חיוניות מוגברת וחיבור מחודש לעצמם ולטבע. רבים מהם ציינו כי המפגשים היו עבורם נקודת אור בשגרת החיים, העניקו להם כלים פשוטים להמשך יישום גם לאחר הסדנה ועודדו אותם לצאת לטבע ולהמשיך ליהנות מהשפעותיו המיטיבות.

בנוסף לתרומה האישית לכל משתתף, הסדנאות חיזקו את הקשרים החברתיים בין חברי הקבוצות, יצרו שיח משמעותי, תחושת קהילה ומפגש חברתי איכותי באווירה נעימה ומעצימה.

לאורך כל התהליך התנהלה העבודה מול המרכז לרפואת יער באופן מקצועי, מסודר ונעים. ניכרו גמישות, זמינות מלאה, הקפדה על איכות התוכן, עמידה בלוחות הזמנים ושיתוף פעולה מצוין עם עיריית פתח תקווה.

אנו רואים בפעילות זו מענה איכותי ומשמעותי למניעת בדידות, לקידום הבריאות, חיזוק החוסן האישי והחברתי, הרווחה ואיכות החיים של המשתתפים.

לאור הניסיון החיובי והתגובות המצוינות שקיבלנו מהמשתתפים ומהצוותים, אנו ממליצים בחום על המרכז לרפואת יער לכל רשות מקומית, ארגון או גוף המעוניין להעניק לאוכלוסיות שונות חוויה מקצועית, איכותית ובעלת ערך בריאותי, חברתי ואנושי.

בברכה, אסנת בירנבאום

ראש מינהלת איכות חיים ואושר, עיריית פתח תקווה