

муниципальное бюджетное учреждение
«Центр социального обслуживания граждан пожилого возраста и инвалидов
города Таганрога»

В рамках реализации
Плана («дорожной карты»)
по созданию системы долговременного ухода
на территории муниципального образования
«Город Таганрог»

Паспорт
Социального проекта

Наименование Проекта	Практическое применение Друидотерапии
Место реализации Проекта	Муниципальное бюджетное учреждение «Центр социального обслуживания граждан пожилого возраста и инвалидов города Таганрога»
Целевая группа Проекта	Получатели социальных услуг, работники учреждения
Цель Проекта	Развитие природной способности человека к самопознанию, самовосстановлению и поддержанию здорового состояния организма
Содержание Проекта	1. Актуальность проекта 2. Методология друидотерапии 3. Цели и задачи Друидотерапии 4. Преимущества Друидотерапии 5. Деревья и их свойства
Автор (авторы) Проекта Ф.И.О., место работы, должность	Быкина Виктория Владимировна, Муниципальное бюджетное учреждение «Центр социального обслуживания граждан пожилого возраста и инвалидов города Таганрога», Отделение социального обслуживания на дому № 1, Социальный работник.

1. Актуальность проекта

Одна из тенденций, наблюдаемых в последние десятилетия в нашем обществе это неуклонный, довольно быстрый процесс увеличения доли пожилых людей в обществе.

Снижается рождаемость, увеличивается продолжительность жизни, благодаря прогрессу медицины, повышается уровень жизни населения.

Образ жизни пожилых людей, улучшение уровня их жизни и самочувствия становится приоритетной задачей государства и общества.

В определенный период у человека происходит постепенное ослабление деятельности организма. Пожилые люди не так сильны и не способны, как в молодые годы, выдерживать длительную физическую или нервную нагрузку; общий запас энергии становится все меньше и меньше.

Технологии, сберегающие здоровье вызывают все больший интерес, люди ищут доступные и безопасные формы, средства, методы, которые направлены на достижение оптимальных результатов в поддержании физического, психического, нравственного и социального благополучия.

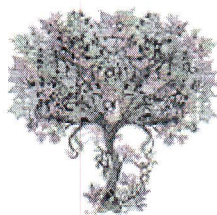
На сегодняшний день особенно актуальна технология самосбережения здоровья и жизненного оптимизма, ради достижения долгой, деятельной и бодрой старости. Базируется она на принципах рационального образа жизни и труда, гармонизации человека и окружающей природы.

Благотворное влияние природы на человека замечено уже давно. Люди всегда жили в гармонии с природой и пользовались ее дарами в своих целях, в том числе и для оздоровления организма.

Друидотерапия – метод профилактики и лечения патологических состояний с помощью деревьев. Это один из самых древних способов избавления от недугов. Энергия деревьев – область знаний, которой на высоком уровне владели наши предки. Еще в Древней Руси знахари верили, что дерево может вылечить человека от болезни.

Деревья обладают особенной энергетикой, которая включает в себя одновременно спокойствие, мощь и мудрость. Они получают свою силу от каждой из четырех стихий: земли, воды, солнечных лучей и воздуха.

И при умелом обращении делятся этими дарами с нами!



2. Методология друидотерапии

Друидотерапия — одна из методик традиционной медицины, характеризующаяся использованием в лечебных и профилактических целях стволов и фрагментов деревьев, обменом энергией с деревьями. Данный вид терапии относится непосредственно к фитотерапии.

Происхождение самого слова «друид» до сих пор вызывает споры, как варианты рассматривают греческое слово drus (дуб), еще одно предположение — это dryadae (дриада — греческое название древесных нимф). Почти во всех предположениях прослеживаются связь с деревьями. По этой причине и оздоровление при их помощи получило название друидотерапия.

Древняя могучая культура, основанная на единстве природы и человека, предполагает принцип «сотрудничества с деревьями».

Друидотерапевты уверены, что, общаясь с деревьями, можно очень многое приобрести — и душевную гармонию, и физическое здоровье. В качестве профилактических мер, а также для лечения человека от всевозможных заболеваний на Руси использовали энергию не только растущего дерева, но и чурбаков, плашек, досок, чурок из деревьев. На Руси бытовала такая поговорка «изба елова, да сердце здорово».

Однако не всегда и не у всех есть возможность выехать в лес или хотя бы парк. Друидотерапия предполагает прикладывание деревянных плашек на определенные зоны тела.

Плашка — это кругляш дерева диаметром 6 — 15 см и толщиной 2 — 3 см.

Деревья по-разному воздействуют на человека. Они добавляют или отбирают жизненную силу. Есть деревья, способные накапливать в себе большое количество энергии, легко отдавать ее в окружающий мир и быстро восстанавливать свои запасы. Это — деревья-доноры. К ним относятся: дуб, кедр, сосна, акация, клен, береза, рябина.

Но человеку нужно не только подпитываться положительной энергией, но и периодически выводить негативную. Для этой цели используют: осину, тополь, иву. Немного слабее — черемуха, ель, каштан.

Если вы поднесете к такому дереву ладонь, то в отличие от дерева-донора почувствуете легкую прохладу, притяжение к стволу. В некоторых случаях можно прислониться ненадолго больным местом к дереву. Чтобы избавиться от нервных заболеваний лучше всего прижиматься к дереву позвоночником и ладонями, при лечении внутренних органов обнимите дерево.

Но больше 20 минут возле такого дерева находиться вредно. И уж, конечно, недопустимо делать из такой древесины мебель.

3. Цели и задачи Друидотерапии

Цель Друидотерапии:

- Восстановление энергетического баланса организма и его оздоровление;
- Снижение уровня стрессовых и депрессивных состояний;
- Способствование психо-эмоциональной стабильности

Задачи Друидотерапии:

- ✓ Избавление от плохого настроения;
- ✓ Получение заряда бодрости и позитива;
- ✓ Улучшение душевного состояния,
- ✓ Рассеивание тревог.

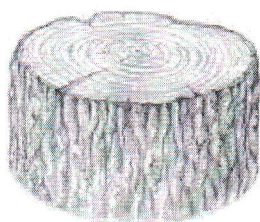
Курс Друидотерапии: Составляет не менее 10 дней.

Инструкция применения простая: прислониться спиной к дереву, стоять 15 мин.

Визит в парк или лес и «общение» с деревьями способствует оздоровлению всего организма. Данная технология позволит сочетать современную медицину с древними знаниями, тем более что единение с природой, в частности, с деревьями, обязательно принесёт успокоительный эффект для нервной системы.

Для местного лечения лучше всего иметь в доме небольшие кусочки этих деревьев (плашки толщиной 1-2 см и длиной 5-8 см). Их лучше всего взять от верхней части дерева. Подобные срезы наши предки широко применяли при различных острых заболеваниях (ангина, воспаление слизистой желудка, фурункулез), прикладывая их к больному месту.

Хорошо оттягивают они также головную и зубную боль.



Каждый должен знать «свои» деревья. Это дерево будет помогать человеку исцелиться. Нужно найти, где оно растет (или посадить у себя в саду). При плохом самочувствии подойдите к своему дереву, обнимите его и попросите помочь вам. Вскоре вы почувствуете, что вам стало легче. Можно использовать кору и листья этого дерева для ингаляций, полосканий рта, примочек, если это необходимо, и даже для внутреннего употребления - как подскажет интуиция.

4. Преимущества дридоотерапии

Лучшее времяпрепровождение для пожилого человека – это прогулки на свежем воздухе. Пожилому человеку доставит огромное удовольствие наблюдать за природой и погодными явлениями, кивнуть головой соседу или покормить птиц.

Прогулка в лесу или в парке поднимает настроение, успокаивает, пробуждает оптимизм, даёт ощущение удовлетворённости жизнью.

Оздоровление с помощью деревьев имеет следующие преимущества:

- эффективность и безвредность
- оздоровление может позволить себе любой человек, независимо от его материального положения
- отсутствие противопоказаний и побочных эффектов.

Каждый должен знать «свои» деревья.

Чтобы узнать «свое дерево», некоторые ориентируются на гороскоп. Астрологи считают, что каждому знаку Зодиака соответствует свое дерево.

Таблица соответствия деревьев знакам зодиака

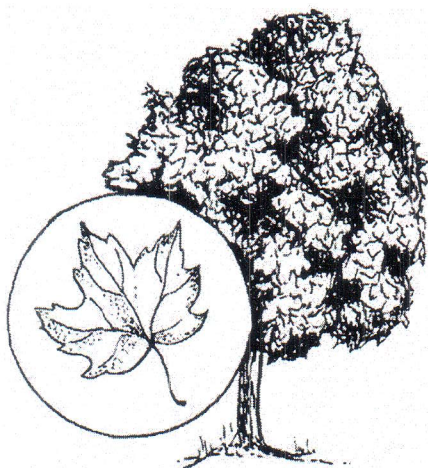
Овен — слива	Весы — бук
Телец — мирт	Скорпион — рябина
Близнецы — лавр	Стрелец — пальма
Рак — ива	Козерог — сосна
Лев — дуб	Водолей — инжир
Дева — яблоня	Рыбы — вяз

Людам с пониженной энергетикой, особенно страдающим вегетососудистой дистонией, а также спазмами головного мозга, повышенным внутричерепным давлением, сосудистыми болями, желательнo 2-3 раза в неделю ходить к подпитывающим деревьям или иметь дома плашки из этих деревьев. Эти плашки надо на 5-7 минут приложить к больному месту.

Результат вы почувствуете уже через несколько дней.

5. Деревья и их свойства.

КЛЕН



Клен (явор) - в этиологических преданиях западных и восточных славян дерево, в которое превращен человек.

По этой причине кленовое дерево не используют на дрова, ("явор от человека пошел"), не подкладывают листья клена под хлеб в печи (в листе клена видят ладонь с пятью пальцами).

Согласно сербским поверьям, если сухой клен обнимет невинно осужденный человек, клен зазеленеет; если же к зеленеющему весной клену прикоснется несчастливый или обиженный человек - клен высохнет.

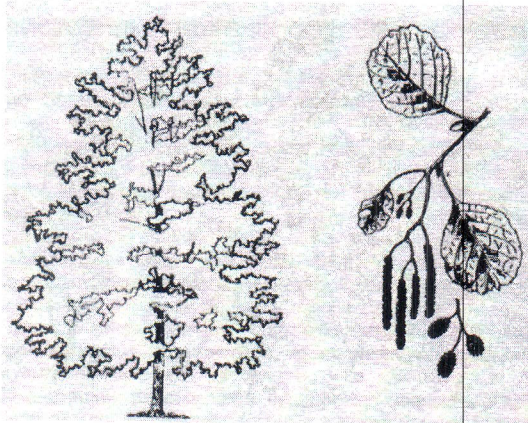
Клен широко используется у славян - на Троицу и в другие праздники ветками клена украшали дома, ворота.

Покой с 4 до 5 часов.

Активность с 7 до 10 часов.

Энергия мягкая, расслабляющая, приводит в гармонию энергетическую оболочку человека. Сглаз снимать лучше всего под кленом.

ОЛЬХА

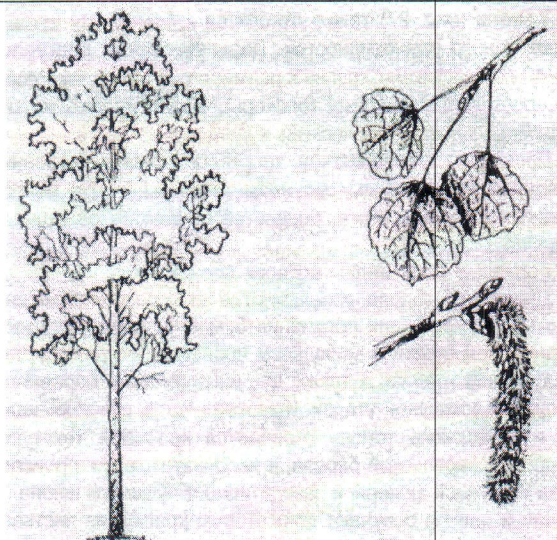


Дерево, упоминаемое в легендах западных и восточных славян.

В магии ольха наделяется свойствами оберега: ее ветки втыкают по краям поля для защиты от града и непогоды, кладут кусочки ольхи под одежду новобрачным, чтобы уберечь их от порчи;

купаются в воде, омывающей корни ольхи, чтобы предохранить себя от болезней и т.п.

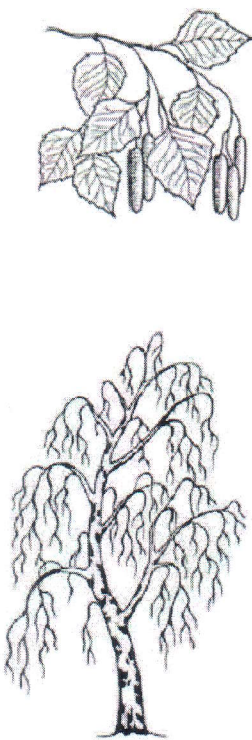
ОСИНА



В народных представлениях "проклятое дерево"; вместе с тем широко используемое в магических целях.

Осину запрещалось сажать около дома (во избежание несчастья, в том числе болезней). На осину вообще "переносили" болезни. И по этому своему свойству она использовалась в исцелении, знахарстве. Осину не использовали при строительстве, не топили ею печь, избегали сидеть в тени дерева, не вносили в дом осиновых веток и др. на земле осиновой палкой. "Переносили" болезни. Вещи больного закапывали под осиной. Или сажали больного на свежий осиновый пенек, чтобы болезнь ушла из него в самый тот пенек. "Передавая" болезнь дереву, просили осину об этом. Иногда в обмен на здоровье человек обещал не наносить осине вреда - не ломать ее ветвей, не рубить, не жечь.

БЕРЕЗА



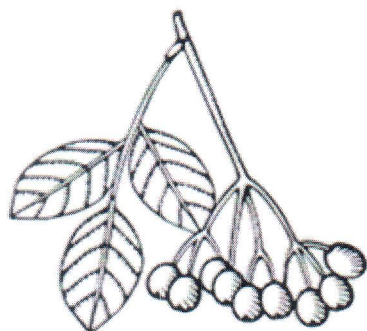
Одно из наиболее почитаемых деревьев. Установленная в переднем углу при строительстве дома ветка березы была символом здоровья хозяина и семьи. Березовые ветки втыкались в поле, чтоб получить хороший урожай льна и злаков. Березовое полено закапывали под порогом новой конюшни, "чтобы велись кони". Береза – нежное, сострадательное дерево с очень мягким, ласковым, но в то же время сильным влиянием. Именно к березе следует обращаться больным, ослабленным и выздоравливающим людям. Она облегчит страдания, поможет легче перенести болезнь. Для человека с расстроенными нервами береза просто незаменима. Это ласковое дерево избавит вас от страха перед будущим, от бесплодных хлопот, от напрасных тревог. Береза, растущая рядом с домом, обладает чудесным свойством отгонять кошмарные сны.

Покой с 3 до 4 часов.

Активность с 5 до 9 часов.

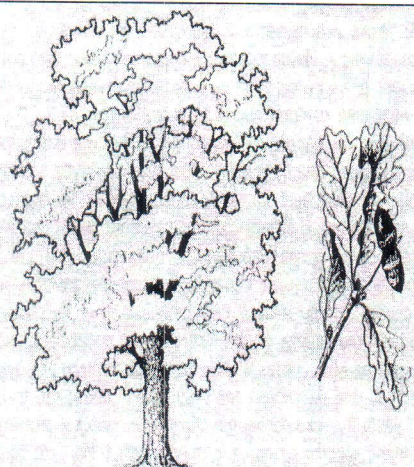
Энергия у березы мягкая, успокаивающая. Прижмись, выплачь слезы, и вырвется стресс – и человек успокоится.

БУЗИНА



Характерно отношение к бузине как опасному растению; Бузину запрещалось выкапывать, выкорчевывать, так как это могло привести к смерти человека, несчастьям и различным болезням, а также падежу скота. В случае необходимости для выкорчевывания бузины нанимали специально калек или душевнобольных. Считалось, что там где выкопан куст бузины никогда ничего не вырастет. На Украине из бузины запрещалось делать детские игрушки, иначе у детей болела бы голова; также у западных славян запрещалось сжигать бузину, спать под ней, влезать на бузину. Бузину не использовали в качестве топлива, чтобы не навлечь в дом блох и клопов.

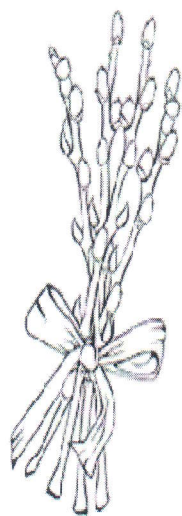
ДУБ



Символизирует мужское начало, мощь, силу, твердость. В Житомирской области в заговоре от детской бессонницы обращались к дубу, каждая ветка которого имеет собственное имя: ветка с желудями - мужское, а без желудей - женское. Дуб также использовался для перенесения на него болезни. Покой с 15 до 17 часов.

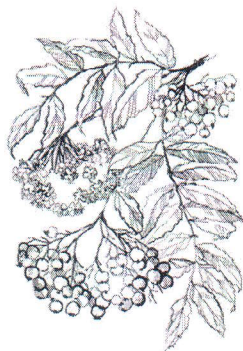
Активность с 21 до 3 часов. Энергия мощная, властная. К дубу не в любом состоянии подойдешь. Сначала нужно сбросить скверное состояние у осины или ольхи, а затем уже подойти к дубу.

ВЕРБА



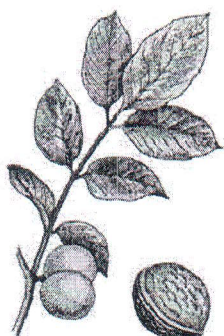
Кустарник или дерево. Символизирует быстрый рост, здоровье, жизненную силу, плодородие. Молодая, особенно овященная в Вербное воскресенье, верба защищает от стихийных бедствий, нечистой силы, болезней и т.п. Ветки вербы, овященные в Вербное воскресенье использовались для защиты от грома, грозы и бури. Люди верили, что верба, брошенная против ветра, прогоняет бурю, брошенная в огонь - умирят его, а посаженная в поле - оберегает посевы, что выброшенные на двор ветки - останавливают град. Иногда с подобными целями жгли овященную вербу. Первый выгон скота и первая пахота не обходились без овященной вербы. Ею били скот. Целительным средством овященная верба считалась у всех славян. Ею окуривали, растертую в порошок пили (с можжевельником), прикладывали в примочках. На вербу переносили болезни.

РЯБИНА



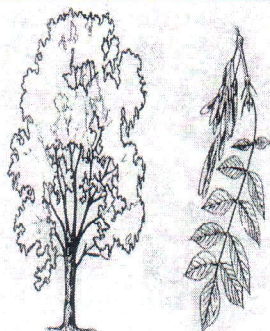
Дерево, используемое в магии и народной медицине, главным образом в качестве оберега. В России и Белоруссии существовал запрет рубить, ломать кусты рябины, использовать рябину на дрова, обрывать цветы и даже ягоды рябины. Белоруссы считали рябину мстительным деревом: кто ее поломает или срубит, то вскоре умрет сам или же умрет кто-либо из его дома. Рябину нельзя было рубить и потому, что знахари переносили на нее болезни человека; кто срубит такое дерево - сам заболеет и умрет. По русским и белорусским поверьям, у того, кто причинит рябине вред, будут болеть зубы. При зубной боли тайно на утренней заре вставляли перед рябиной на колени, обнимали и целовали ее и произносили заговор, где обещались взамен на избавление от боли, не вредить рябине. Потом возвращались домой так, чтоб никого не встретить и не оглядываясь. В народных песнях, преимущественно лирических, рябина символически сопоставляется тоскующей женщиной, а горечь ее ягод ассоциируется с безрадостной жизнью.

ОРЕШНИК

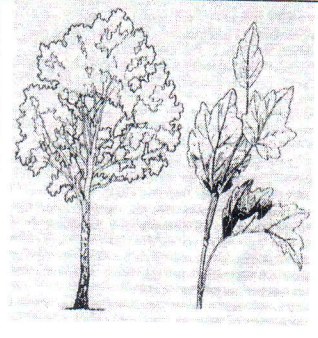
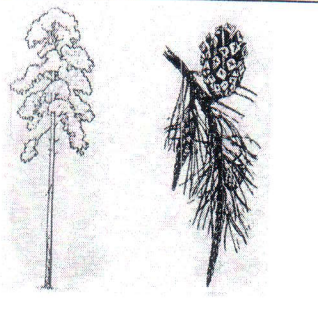
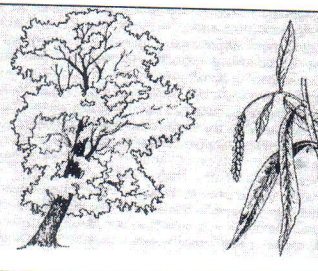
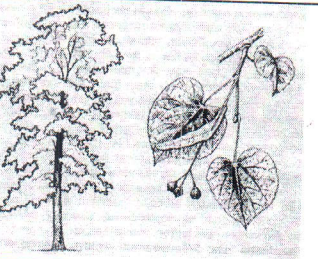


В народной культуре западных и южных славян священное дерево, связанное со сферой метеорологии, относилось к "благословенным" деревьям, в которые "не бьет гром": при грозе прятались под ним, ветками и сделанными из орешника крестиками украшали дома, втыкали их в поля и хозяйственные постройки, особенно в Юрьев день, на Ивана Купалу; считалось, что гроза обойдет стороной места, защищенные орешником. Вместе с тем полагали, что гроза и гром, не властные над самим деревом губительно влияют на его плоды. Орехи портятся, чернея, как бы сгорая изнутри. Благодаря своему статусу орешник широко использовался в качестве оберега. Чехи и словаки подкладывали ветки лесного ореха в амбары, били ими по стенам домов и кладовых, изгоняя таким образом оттуда мышей. На Рождество обязательно ели орехи.

ЯСЕНЬ



Энергия чистая, тонкая. Хорошо очищает энергетическое поле человека, выравнивает психику. У ясеня хорошо медитировать: идет сильная концентрация внимания. Активность ясеня 11 – 13 часов. Распознать его легко по семенам-“вертолетикам”.

ТОПОЛЬ	
	<p>Покой 4-5 часов, активность 15-18 часов. Энергия ровная, четкая, умеренная, способствует мобилизации сил в нужном направлении, психической коррекции. Обнимите тополь на несколько минут – пройдет усталость. Но долго стоять не следует: закружится голова, т. е. произойдет откачка энергии.</p>
СОСНА	
	<p>Как и у всех хвойных, активность у нее постоянная. Но энергия сосны мощная: снимает депрессии, берет психоэмоциональный удар человека на себя. Сосна – дерево спокойствия, оно лечит нервные расстройства и все заболевания связанные со стрессами. Для людей с больным сердцем полезны длительные прогулки в сосновом бору, но только не в жаркую погоду, когда летучие вещества, выделяемые сосной, могут оказать излишне возбуждающие действия. Сосна – милосердное дерево, оно способно не только очистить ауру человека, но и частично снять порчу.</p>
ИВА	
	<p>Состояние покоя с 2 до 3 часов, активность 18 – 21 час. Энергия мягкая, успокаивающая, восстанавливающая. Проходит злость и усталость. Энергия ивы снимает головную боль, приводит весь организм к гармонии.</p>
ЛИПА	
	<p>Покой с 6 до 7 часов. Активность с 14 до 20. Энергия мягкая. Идет ощущение тепла и покоя: не случайно в Китае липу называют “деревом забвения”.</p>

Каждый должен знать «свои» деревья. Это дерево будет помогать человеку исцелиться. Нужно найти, где оно растет (или посадить у себя в саду). При плохом самочувствии подойдите к своему дереву, обнимите его и попросите помочь вам. Вскоре вы почувствуете, что вам стало легче. Можно использовать кору и листья этого дерева для ингаляций, полосканий рта, примочек, если это необходимо, и даже для внутреннего употребления - как подскажет интуиция.