

## ENCUÉTRANOS EN:

C/ Ecuador, 2 Coslada. (Junto a sede Policía Local Avda. Constitución, 106)



### INFORMACIÓN Y CONTACTO

Directamente en el Jardín "Los Sentidos"

Concejalía de Servicios Sociales y Mayores.

Avda. Príncipes de España, 12 • 28823 Coslada • Tlf: 91 627 82 00 Ext-3600

[servicios-sociales@ayto-coslada.es](mailto:servicios-sociales@ayto-coslada.es)

[info@jardinesterapeuticos.com](mailto:info@jardinesterapeuticos.com) • 687 04 67 31

### HORARIO DE INVIERNO

Lunes a Viernes:  
09:30 - 19:00

### HORARIO DE VERANO

Lunes a Viernes (15 de Mayo a 15 de Septiembre):  
09:00 - 13:30 y 17:00 - 21:00

\*Horario general que podría variar según programación y climatología. El mes de agosto permanecerá cerrado



CONCEJALÍA DE SERVICIOS  
SOCIALES Y MAYORES

Servicio gestionado por:



**PALMLÖF**  
**JARDINES**

*Servicios Terapéuticos*

# Jardín Terapéutico "Los Sentidos"



CONCEJALÍA DE SERVICIOS  
SOCIALES Y MAYORES



Un espacio natural para disfrutar, aprender, mantener y desarrollar capacidades desde una orientación de envejecimiento activo y de convivencia inclusiva e intergeneracional.





## DESTINADO A LA CIUDADANÍA

- Personas mayores de 55 años
- Personas con diversidad funcional
- Asociaciones de diversidad funcional

El jardín consolida el sentido de pertenencia y crea redes sociales en torno al barrio, fomentando las relaciones entre las personas.



## ACTIVIDADES QUE DESARROLLA

- **Actividad físico-deportiva:** adaptadas a las condiciones psicofísicas de cada persona, juegos, gimnasia con herramientas de naturaleza, taichi, yoga... finalizando todas las sesiones con ejercicios de relajación.
- **Actividad Sensorial:** en estas terapias se combinan actividades que invitan a experimentar con los sentidos, haciendo uso de los elementos naturales del propio jardín.
- **Actividades de reminiscencia:** destinadas a trabajar la memoria autobiográfica y fomentar las relaciones sociales desde la perspectiva de convivencia inclusiva e intergeneracional.
- **Actividades de horticultura:** estas terapias se adaptan a las estaciones del año, jugando con los ciclos naturales de las plantas y desarrollando el mundo agrícola en la ciudad.



## DISEÑO TERAPÉUTICO



El Jardín Terapéutico "Los Sentidos" ha sido diseñado y construido según modelo Palmlöf:

- Actividad físico-deportiva
- Horticultura
- Actividad sensorial
- Reminiscencia

Dispone tanto de espacios de privacidad para el descanso y el disfrute de la naturaleza como de espacios para desarrollar actividades terapéuticas.

Además, dispone de un invernadero para la continuidad de las actividades en invierno, un cenador, jardineras en altura y herramientas adaptadas.

## METODOLOGÍA DE TRABAJO

La metodología Palmlöf, enfoca sus actividades a la estimulación de los cinco sentidos a través del medio natural.

Este método, basado en prácticas de países escandinavos, ha demostrado buenos resultados terapéuticos, tanto físicos como cognitivos.

Además, utiliza la **Atención Centrada en las Personas** para conseguir su máxima implicación durante las terapias ocupacionales.

