



Projektet er udformet af foreningen Livsgnisten-Odsherred i 2020 .
 Alle anbragte genstande er foreningens ejendom. Støttet af:
 Sundhedsstyrelsen, Puljen til aflastning af pårørende
 Arealerne ejes af Odsherred Kommune og Odsherred Forsyning.
 Folder udarbejdet af Livsgnisten-Odsherred - Tryk: Trykkergården.
 Hjemmesiden: www.Livsgnisten-Odsherred.dk

NATURENS PUSTERUM



LIVSGNISTEN
ODSHERRED



VELKOMMEN TIL NATURENS PUSTERUM

Syd for Baeshøjgård i Vig, er Naturens Pusterum indrettet i et bynært, grønt landskab med masser af sansemuligheder og en enestående udsigt over Sidinge Fjord med Vig Eng sø.

NATURENS PUSTERUM er et åbent tilbud til pårørende, der passer en demensramt ægtefælle i eget hjem eller har sin kære i plejebolig. Andre der har brug for et rekreativt ophold i det grønne, er også velkommen.

Her kan du opleve vand, blomster, aromatiske urter, insekter, fugle, buske og træer, vind og vejr, årstidernes skiften. Stier fører den besøgende rundt til gode siddepladser hvor krop og sjæl får ro. Træstammer inspirerer til balancegang eller til et lille hvil.



Naturen her er både jævn og bakket, hård og blød, vild og kultiveret. Naturens Pusterum er et mentalt landskab hvor den fantastiske udsigt over Sidingefjorden og den høje himmel, er ren terapi. *Her kan du sanse naturen på mange måder og forkæle dig selv.*



Det folkelige:

På den store græsplæne nedenfor Baeshøjgård, er der: Musikinstrumenter, hvor du kan lave behagelige lyde, en bro til vandoplevelser, fiskeplatform til børn. En handicapvenlig, flisebelagt sti fører dig rundt til instrumenterne og en nyanlagt æblelund. Du kan starte helt oppe ved OK-fondens plejebolig med en gyngetur.

Det fredfyldte:

Landskabet byder også på mere fredelige områder. Mod vest og syd er der stille retræter, hvis du har brug for at trække dig tilbage og finde ro i det storslåede landskab. Her vokser naturen mere vildt og sanserne stimuleres med farver, former og dufte, organiske overflader, du kan røre, og årstidernes skiften kan følges direkte. *En lille løvhytte med tre bænke, kan bruges som snakkerum i læ for vind og vejr.* På grænsen til det åbne land står et musikinstrument, som kan spille ”Jeg ved en lærkerede” - hvis du slår på det. Ved søen er der et skjul til iagttagelse af vandets ro og spejlinger.

I ”fuglereservatet” ved søens østlige ende, nær Baeshøjgårdsvej, skal vandfuglene have fred. I yngletiden ses bl.a. unger af knopsvane og kyllinger af den grønbenede rørhøne.

Nyd fuglene på afstand

Inspiration: Naturens Pusterum er også tænkt som inspiration til andre steder i Odsherred, hvor der kan skabes grønne oaser og pusterum for mennesker med demens og deres pårørende.

