

ערוגה מתוחמת

תיחום בערוגות יוצר דיאלוג בין "יחיד" ל"לחוד" במרחב הגינה. במבנה כזה, מתאפשר למטופל להקנות לצמחים מעמד מיוחד, לעצב במו ידיו מרחב גידול לצמחים נבחרים ולטפח אותם בד בבד עם שליטה נוחה יחסית במתרחש בערוגה. בניית ערוגה בגינה מתאימה למטופלים שאורח חייהם אינו מאפשר להם ליהנות מפרטיות מספקת (כגון דיירי פנימייה) או מי שחזו תנאי מעבר מטלטלים (כגון הגירה). ערוגה מתוחמת מתאימה גם לגינה שעובדים בה כמה מטופלים יחדיו. עבודה בערוגה מאפשרת מיקוד, ארגון והזדמנות לחיבור רגשי בד בבד עם מתן תשומת לב פרטנית וכן התבוננות עצמית בעזרת תשומת לב לתהליכי הצמיחה וההשתנות בערוגה. הערוגה מאפשרת תצפית ברצף התפתחותי קוהרנטי של צמח, ואגב כך מתאפשר למשתתף להתוודע מקרוב לרצף ההתפתחותי בחייו. הערוגה המתוחמת והמגודרת מספקת ודאות טריטוריאלית של המשתתף בגינה – היא מאפשרת לו יציבות וביטחון. כמו כן, הערוגה מאפשרת פרטיות, אך במידה מתונה, שאינה מאיימת על מרקם הגינה הכללית, ונותנת מענה לצורך כי המשתתף לבטא את עצמו ולהציג לראווה אמירה אישית.

בבואנו לתכנן את הגינה האישית של מרים, ראינו במשיכה שלה לגידול ירקות מעין התחברות לשורשים שלה, אל עולם הילדות בכפר החקלאי שבו נולדה וגדלה באתיופיה. תיחום ערוגות הירקות מסייע לה לארגן את הגינה ונובע מן ההבנה שבלא תיחום מארגן, הצמחים שבחזרה יצמחו בערבוביה וכך יקשה עליה ללכת ביניהם, לעשב ולטפל בהם במגוון הפעולות האהובות עליה וכמובן – לקטוף אותם. לכן, היה חשוב ליצור הפרדה בין המרחבים המיועדים לגידול, כלומר הערוגות, לבין השבילים שבהם היא יכולה להתנהל.

הערוגות הוכנו מחומרי טבע זמינים אגב חיפוש אחר חומרים מגוונים. כך ניתנה למרים ההזדמנות להתנסות בפעילות במגוון חומרים וכלים; כמו כן הזדמן לה לעבוד בעבודה גופנית המשלבת יכולות של מוטוריקה גסה עם הפעלת כוח, וניתנה לה האפשרות לעבוד בתהליך ארוך טווח עד לקבלת תוצר סופי מתמשך (בכל פעם יצרה מרים ערוגה אחרת). בסיום התהליך, לאורך השנה מרים מגדלת ירקות שונים, המתחלפים עם העונות, אך תמיד "מוגנים" בתחום הערוגות שבנתה.

על התהליך

אפשר ליצור ערוגות גינה בדרכים שונות ומגוונות מבחינת גודל, צורה, חומר ומידת ההרמטיות בגידול. לכן, שלב התכנון בפעילות זו חשוב במיוחד. בשלב בחירת סוג הערוגה, יש לתת את הדעת למידת יכולתו של המטופל להכיל אפשרויות בחירה, כדי שלא לדפוף את הבחירה למעמסה, וכן לכך שמשך הפעילות, הנגזר מסוג הערוגה שתיבנה, יתאים לצורכי המטופל. יש

להחליט אם מדובר בפעילות קצרת טווח או בתהליך שנמשך כמה מפגשים. הפעילות עשויה לדרוש כוח פיזי רב ומיומנויות של מוטוריקה גסה (בבניית ערוגה מלבנים או גזעי עץ), או כוח מתון ומוטוריקה עדינה (בבניית ערוגה מאבנים מצוירות).

אפשר לפתח את הגידור של ערוגת הגינה ולשנותו עם הזמן על פי צרכיו ורצונותיו של המטופל. אפשר להוסיף עליו, להפחית ממנו, להגדיל, להקטין או לפרק אותו. כאמור, שלב התכנון יכול להיעשות בשיתוף המטופל על פי יכולתו וצרכיו. במקרה כזה יש לתחום בזמן את שלב התכנון, ובעיקר להקנות למטופל כלים שיאפשרו לו בחירה מושכלת כדי להימנע מאכזבות בשלבים הבאים. יש לעמוד על המשמעויות של שלב איסוף החומרים והכנתם לפעילות - מידת נגישות החומרים ויכולתו של המטופל לשאת אותם, ושלב ההקמה - מידת העצמאות או התלות של המטופל בעזרת המטפל או אחרים. מאחר שהקמת הערוגה מזמנת יצירתיות שופעת, התהליך יכול להיות מלווה בשמחת יצירה וגילוי, וזאת בתנאי שחוסר דוודאות (שמטבע הדברים, מלווה כל תהליך יצירתי) לא ישתלט על החוויה הרגשית של המטופל.

חומרים

סנדות בקוטר של 7 עד 10 ס"מ
ובאורך 70 ס"מ

אדמה למילוי הערוגה

צינור השקיה: צינור PE פוליאתילן
20 מ"מ (אפשר צינור משומש)

ברגים

צינורות השקיה ומחברים

קומפוסט

כלי עבודה

מברגה

את חפירה

מסור ג'יגסו (Jigsaw)

נושאים לשיחה

- מיקום הערוגה - מה בין ערוגה צדדית לערוגה מרכזית בגינה? האם ההבדל טמון בתשומת הלב שהערוגה "מבקשת" או "דוחה"?
- חומרים שנבחרו לגידור - מה התחושה שהם מעבירים (כגון אבן לעומת עץ)? מדוע נבחרו חומרים אלו דווקא (זמינות לעומת ייחודיות)?
- טכניקת הגידור - מה התחושה בשימוש בכלי עבודה כגון מסור או מקדח (בערוגות סנדות), לעומת עבודה ידנית (בהנחת אבני גידור סמוכות זו לזו)?
- מידת ההרמטיות שבגידור - עד כמה נדרש גידור הרמטי לערוגה? למה יש בערוגה גדר הרמטית (אם ישנה)? מה נמנע בגידור קל?
- עד כמה צורת הערוגה שהתקבלה תואמת את בחירתו של המטופל? מדוע נבחרה צורה זו או אחרת (לדוגמה, לב לעומת ריבוע)?
- הפערים הרגשיים בין תכנון לביצוע: עד כמה הביצוע תואם את התכנון? עד כמה המטופל שבע רצון מן התוצר?



1.

חופרים תעלה בעומק 30 ס"מ בצורת הערוגה הרצויה (במקרה המתואר, בצורת לב).

2.

מעמידים את הסנדות צמודות זו לזו בתוך התעלה.

3.

מחברים את צינור ההשקיה לסנדות בצדה הפנימי של הערוגה, בגובה שיסתיר את ראיית הצינור לאחר הוספת האדמה. כל סנדה מחוברת בבורג לצינור על מנת לייצב את הסנדות (הצינור נועד לחיזוק הערוגה ולא להשקיה!).

4.

בצדה החיצוני של הערוגה, סוגרים את התעלה באדמה ומהדקים.

5.

ממלאים את פנים הערוגה באדמה.

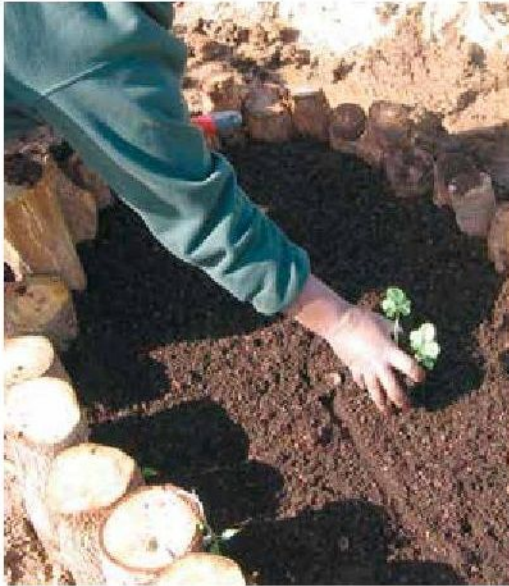


6.

במידת הצורך, מנסרים את הסנדות לגובה אחיד בעזרת מסור ידני. אפשר להיעזר בפטיש כבד כדי להשוות את גובה הסנדות. (מומלץ להימנע משימוש במסור חשמלי היות שאת הסנדות מנסרים במסור שרשרת, שלרוב אינו זמין ומסוכן מאוד. הסנדות עבות מדי לניסור במסור ג'יגסו (Jigsaw).

7.

פורסים צינורות השקיה. מומלץ להשתמש בצינורות "ספגטי" (צינורות השקיה דקים 8 מ"מ), שבשל גמישותם מתאימים להשקיית שטחים קטנים.



שימו לב

- כשממלאים אדמה בתוך הערוגה, יש להביא בחשבון שימוש באדמה מקומית או מילוי באדמת גן.
- כאשר מכינים ערוגה בעלת זוויות, אפשר לסדר את הסנדות זו לצד זו על שולחן העבודה ולחבר אליהן את צינור ההשקיה. נכון מקטעים לפי אורך כל צלע בערוגה, ולאחר שהשלמנו את כולם, ניגש לערוגה ונניח כל מקטע בתעלה. את הפינות נחבר בעזרת חוט ברזל. אחר כך ממשיכים בפעולות ההכנה משלב 4 ואילך.

עוד רעיונות



יצירת ערוגה מאבנים או מלבנים מטויחות בטיח צבעוני.



בניית ערוגה מקרשים המחוברים יחדיו.



הכנת ערוגה מגזעי עצים עבים היוצרים תיחום, ולאחר מכן מילוי אדמה, כדי להגביה את שטח הערוגה.



עקרונות לגידול ירקות בערוגה

גן הירק הוא עולם מלא, המספק ירקות לסלט טרי ובריא וצמחי תבלין למאכל ולשתייה. גן הירק מכיל ערוגות לגידול הצמחים, לטיפולם ולמעקב אחר התפתחותם, ומזמן היכרות עם עבודת האדמה ועם המחזוריות בטבע.

שלבי הכנת הערוגות לשתילה וזריעה של ירקות

יצירת הערוגה וסימונה: כאשר רוצים לתחום את הערוגה בלוחות עץ, בענפים או באבנים, מכינים את המסגרת, מוסיפים אדמה ומיישרים את פני הקרקע בעזרת מגרפה. בקביעת צורת הערוגה וממדיה יש להתחשב במי שיעבד אותה: באשר לגובהה - יכולתו של המטופל להתכופף, באשר לאורכה - יש מי שעלול "ללכת לאיבוד" בעיבוד ערוגה ארוכה, ובאשר לרוחבה - חשוב לאפשר גישה קלה למרכז הערוגה. יש להתחשב הן בצורכי הצמח, מבחינת הצפיפות של גידולו, הן בצורכי המגדל, מבחינת הנוחות.

הכנת הקרקע: הקרקע צריכה להיות מנוקזת היטב, בלא עשבים רב-שנתיים כמו גומא הפקעים (סיידה) ובלא שאריות בנייה. הפיכת הקרקע והוצאת העשבים נעשות בעזרת קלשון, כאשר השטח משופע בעשבים, יש לחזור על הפעולה פעם נוספת, להשקות, לחכות לצמיחת העשבים ולעקור אותם. בדרך זו אפשר להתגבר על רוב העשבים. יש לדשן את הקרקע דישון אורגני (פיזור 5 עד 10 ליטר קומפוסט למ"ר ערוגה, יש להשתמש בקומפוסט מאיכות טובה) ולהצניעו בעזרת מגרפה.

סימון שבילים ומעברים: יש ליצור שבילים להליכה בגינה ומעברים ברוחב של חצי מטר לפחות בין הערוגות, כדי לאפשר טיפול בצמחים. חשוב לסמן בבירור ובדרך ניכרת לעין היכן המעבר והיכן הערוגה כדי למנוע רמיסה ועגמת נפש. לדוגמה, בעזרת פיזור שבבי עץ במעברים.

בחירת הצמחים: שתילה בערוגה על פי עונת השנה, קביעת מרווחי השתילה על פי גודל הצמח הבוגר.

הכנת מערכת השקיה: פריסת צינורות טפטוף והידוקם לקרקע בעזרת יתדות. אם מעוניינים בהשקיה נוספת, מוסיפים מתזים.

שתילה: לאחר פריסת צינורות הטפטוף, שותלים שתיל צמוד לכל טפטפת. צמחים כגון קולרבי או סלק, התופסים שטח קטן יחסית, אפשר לשתול משני צדי הטפטפת, כדי לקבל יבול רב יותר.

זריעה: מסמנים את מקום הזריעה, מפזרים את הזרעים ומכסים באדמה בלי להדק. עומק הזריעה הוא פי שלושה מקוטר הזרע. זרעים קטנים (לדוגמה, פטרוזיליה) מפזרים על פני

הקרקע ומכסים קלות באדמה. לזרעים קטנים במיוחד (גזר, רוקט וכדומה), אפשר להשתמש במלחייה בעלת חורים בגודל משתנה, לערבב את הזרעים בחול יבש ו"להמליח". השקיה: משקים בעזרת משפך עד להרטבת הקרקע. המשך ההשקיה בעזרת צינור טפטוף ובתאמה למזג האוויר. יש לשמור על קרקע לחה עד לנביטת הזרע או לקליטת השתל באדמה. כדי לבדוק אם צריך להשקות, חופרים מעט ליד הטפטפת ומרגישים את מידת הלחות באדמה. ככלל, לאחר שהצמח נקלט, מפחיתים את תדירות ההשקיה ומגדילים את כמות המים בכל השקיה. דילול: לאחר שהזרעים נובטים, מדללים את הנבטים כדי לספק לכל צמח את המרחב הדרוש להתפתחותו.

חיפוי קרקע: החיפוי משפר את מרקם הקרקע, שומר על הלחות, מסייע לאוורור ומשפר את התהליכים המתרחשים בקרקע. לאחר קליטת הצמחים, נביטת הזרעים והדילול, מחפים את פני הקרקע. חומרים שיכולים להתאים לחיפוי הם רסק גזם ענפים, עלים יבשים, חלוקי נחל, טוף או חיפוי ירוק של עשבים, עלים ושאריות צמחים.

הטיפול בצמחים

עישוב: במהלך הגידול, בצד הירקות מתפתחים גם עשבים. בדרך כלל, אפשר לעקור אותם או לחתוך אותם ולאפשר לירקות להתפתח בלא תחרות. במקומות משופעים בעשבייה, עדיף לפרוש מראש יריעת פלריג, להרוץ פתח ליד כל טפטפת ולשתול דרכו את השתל. **הגנת הצומח:** חשוב להקפיד על שמירה על בריאות הצמחים דרך שתילה במתעד וסילוק ידני של חלקי צמח נגועים בכנימות או במחלות עלים כמו קימחון. אפשר להשתמש במלכודות צהובות לניטור חרקים, לרסס בסבון הגנה, להשתמש באחד מחומרי הריסוס המקובלים על המגדלים האורגניים ולתלות דיסקים נוצצים להברחת ציפורים, בעיקר בקיץ. **הדליה:** נחוצה בעיקר בקיץ לעגבניות, לפלפלים, למטפסים כמו שעועית ועוד. מתקנים הדליה מבמבוקים או סנדרות וביניהם מותחים חבלים. אפשר להצמיד במבוק לכל שתיל או לבנות פירמידה מבמבוקים ולתת לצמח לטפס ולהישען על הבמבוק. **קטיף:** קטיף הירקות מתבצע על פי דרגת ההבשלה. כדאי תמיד לשמור זרעים לעונה הבאה על ידי הוצאת הזרעים מן הפרי וייבושם או במתן אפשרות לצמח לפרוח (חסה, צנונית, גזר וכדומה) למטרת איסוף זרעים, לזריעתם בעונה הבאה. **שתילת מילויים:** לאחר הקטיף, אפשר ורצוי לשתול שתילי מילויים כדי לשמור על רצף יבולים.