

-
- Visegrad Fund
-
-

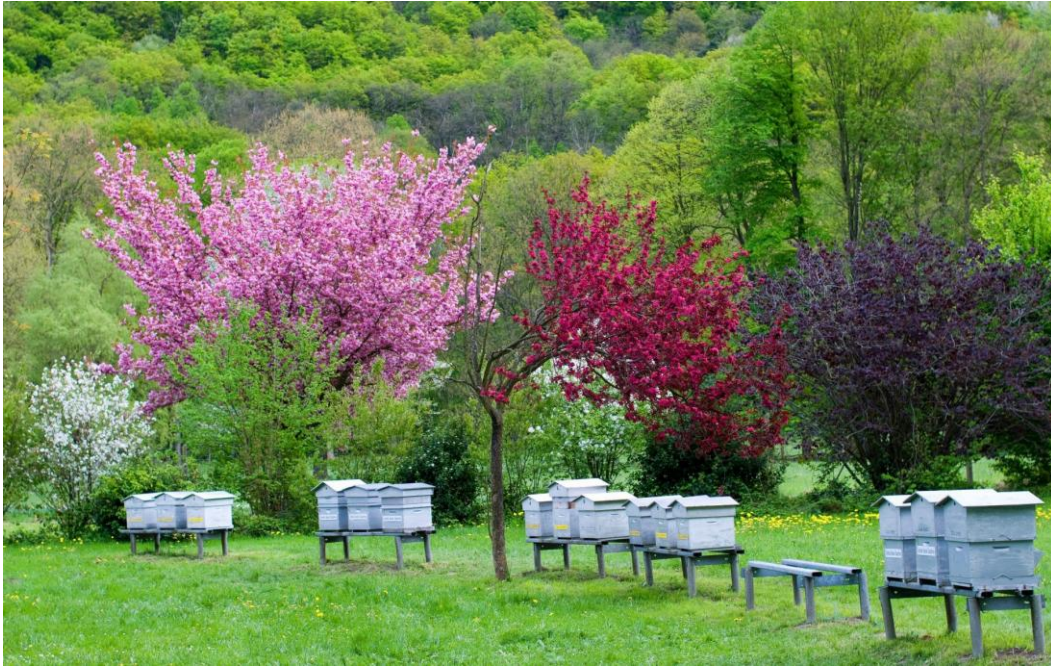


Терапевтичні пасіки, як інноваційний формат природної психопідтримки

Світлана ВОЛИНЕЦЬ,
*експертка Проекту
директорка з розвитку компанії «Апіпродукт»
керуюча напрямом апітерапії ГО «Фундація Жінок Пасічниць»*

28 лютого 2026 рік
Нітра, Словаччина

Бджільництво: новий формат природної психопідтримки



У сучасній міжнародній практиці **бджільництво** починає розглядатися не лише як діяльність, а як **середовище підтримки психічного здоров'я**.

Дослідження та реабілітаційні програми показують, що робота з бджолами може:

- знижувати рівень тривожності
- покращувати якість життя
- сприяти емоційному відновленню
- знаходити новий сенс і натхнення
- відчувати глибший зв'язок із природою

Терапевтична пасіка

– це організований природний простір на базі традиційної пасіки, який поєднує бджільництво з природними та соціальними практиками оздоровлення.

Така пасіка інтегрує методи апіаеротерапії (aritherapy air/hive), садотерапії, апіфітотерапії, а також сенсорні та тілесні практики, участь у догляді за живими системами (садівничу терапію), групову психосоціальну підтримку, природоорієнтовані відновлювальні практики.



Терапевтична пасіка – це місце, де взаємодія людини і природи стає ресурсом відновлення





Водночас терапевтичне пасіки стають **осередками відновлення та зцілення** для різних груп громади:

- простором для жінок-пасічниць і фермерок,
- місцем зустрічей, спільних воркшопів і навчальних заходів,
- середовищем соціальної інтеграції, підтримки ветеранів, переселенців, дітей тощо.



Чому терапевтична пасіка працює як відновлювальне середовище

1. Контакт із природою

Теорія відновлення уваги (Attention Restoration Theory) пояснює, що природне середовище:

- знижує ментальну втому
- сприяє емоційному відновленню

Саме природні простори викликають стан “м'якої залученості”, що дозволяє нервовій системі відновлюватися.



Чому терапевтична пасіка працює як відновлювальне середовище

2. Усвідомленість – це практика повної присутності в теперішньому моменті. Вона є одним із найефективніших способів зменшення стресу та тривоги.

Рухатися бажано повільно та усвідомлено, щоб не налякати вулик. Важливо зосередитися на звуках, запахах та рухах.

Це схоже на медитацію, але з додатковою перевагою спілкування з природою.

Чому терапевтична пасіка працює як відновлювальне середовище



3. Ментальна перерва, яка дозволяє перезавантажитися та повернутися до повсякденного життя з яснішим розумом та більш позитивним світоглядом.

4. Соціальна підтримка, залученість та відчуття приналежності до спільноти
Це ключовий фактор психічної стійкості, визнаний у дослідженнях.



Терапевтичні пасіки –
це не окремий тип пасіки.

Це спосіб використати існуючу пасіку як простір відновлення для людей.

У міжнародній практиці саме пасічники стають ключовими учасниками таких змін – перетворюючи виробничі простори на середовища підтримки.



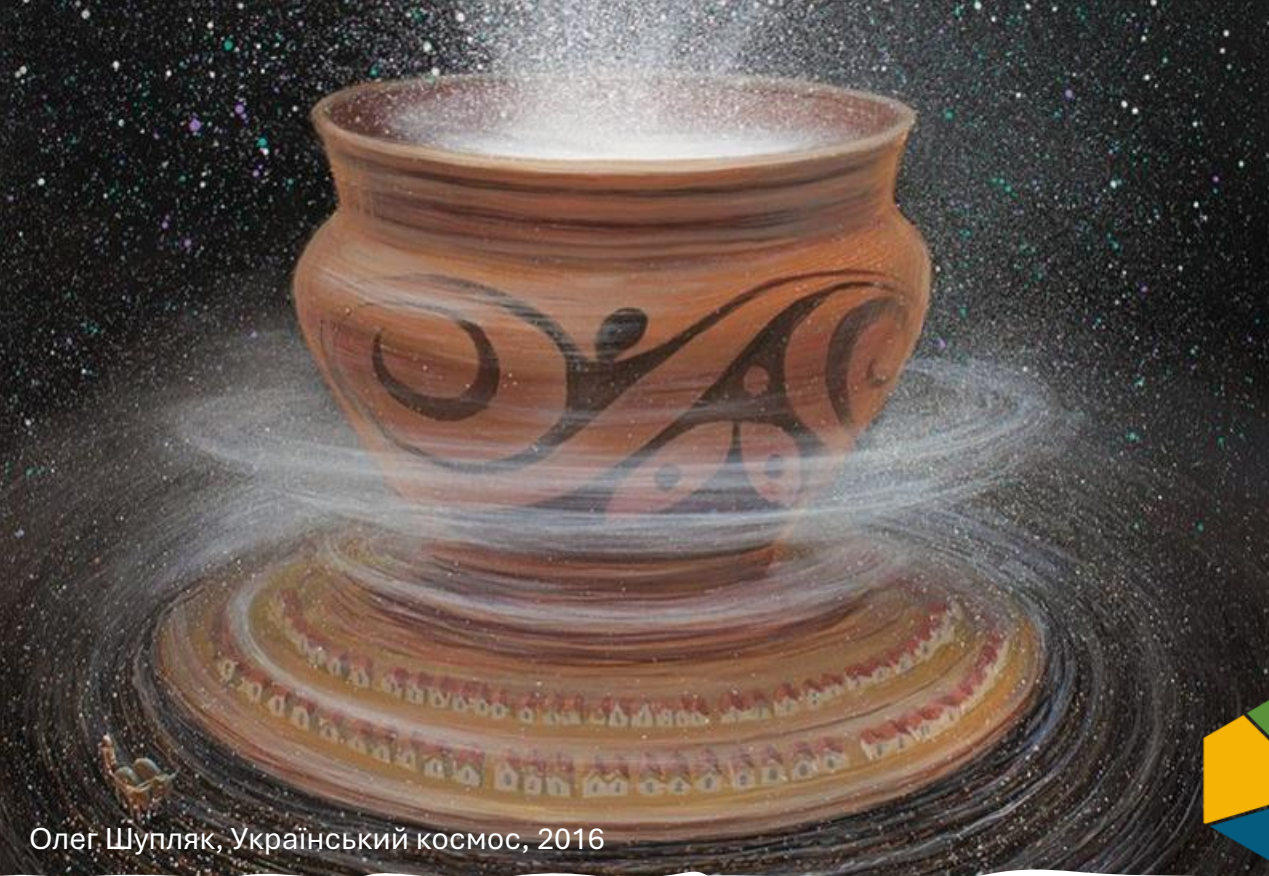
Так формується новий напрям у бджільництві – орієнтований не лише на продукт, а й на добробут людини.



старт потоку: **28.03.2026** | місця обмежені | **90 годин** | онлайн
сертифікація | менторський супровід | професійний довідник

Арitherapy Pro: курс з цілісного здоров'я – флагманська програма Академії, що формує професійне мислення та практичні навички Консультанта з апітерапії та здорового життя

Консультант з апітерапії та здорового життя – це фахівець інтегративного напрямку, який працює з відновленням ресурсу організму через системне застосування продуктів бджільництва у поєднанні з корекцією харчування, способу життя та психоемоційного балансу, діючи в межах профілактики, підтримки здоров'я та етичних стандартів практики.



Олег Шупляк, Український космос, 2016



<https://t.me/apiznavstvo>

Світлана Волинець

Ви можете зі мною зв'язатися телефоном

+38 067 664 71 52

або електронною поштою:

svetlanavolynets1982@gmail.com