



PRAXISTIPP

Gründen Sie einen Gartenclub!

Ein Gartenclub bietet eine Basis für die Methoden und Ziele der personenzentrierten Pflege

von Christine Sowinski, Andreas Niepel und Petra Germund

„Passt das auch dazu?“ Frau Müller nimmt einen Zweig Pfefferminze entgegen, riecht daran und antwortet: „Ja, Minze muss auch in den Tee.“ Heute Nachmittag trifft sich wieder der Gartenclub des Wohnbereichs und für den geplanten frischen Tee bietet das kleine Hochbeet an der Terrasse genügend Kräuter: Neben Salbei, Thymian und Zitronenmelisse sind hier auch einige Sorten Minze angepflanzt. Frau Müller ist

heute schon seit fast einer halben Stunde dabei. Das ist nicht immer so. Oft schaut sie nur kurz vorbei, hin und wieder jedoch bleibt sie auch für längere Zeit in der Gruppe. Während des Gartenclub-Treffens sammeln die BewohnerInnen auch immer wieder mal Blumen aus dem Garten und dekorieren damit ihren Wohnbereich, manchmal reden sie einfach nur über ihre eigenen, vergangenen Gartenerfahrungen,

den schlechten Sommer, gießen die Pflanzen oder pflücken Kräuter für den Tee.

Nutzen Sie vorhandene Ressourcen!

In der Altenhilfe wird gerne über Ressourcen-, Geld- und Personal-mangel gesprochen. Insofern macht es Sinn, das, was bereits vorhanden ist, stärker zu nutzen, zum Beispiel die Natur und den oft vorhandenen

Garten: Das natürliche Licht wirkt gegen Depressionen, das sich ständig verändernde Wetter ist ein dankbares Gesprächsthema, im Idealfall bieten sich Gelegenheiten für Spaziergänge – niemals aber kommt Langeweile auf. Das Werden und Vergehen der Natur ist eine Metapher für das Leben insgesamt. Viele schwerkranke Menschen beschäftigen sich intensiv mit dem, was sie in der Natur wahrnehmen.

Ein Garten ist quasi immer vorhanden, aber seine Qualitäten sind oft nicht bekannt: Welche Pflanzen, Bäume und Sträucher wachsen eigentlich rund um die Einrichtung? Kann man sie nutzen und welche Erfahrungen bringen die BewohnerInnen mit? Nicht selten verfügen ältere Menschen über eine höhere Kompetenz auf diesem Gebiet als die MitarbeiterInnen. Diese selbstwerterhöhende Komponente kann nicht hoch genug eingeschätzt werden.

Ein Gartenclub nicht nur für demenzkranke Menschen

Ein Gartenclub bietet eine wunderbare Basis für die Methoden und Ziele der personenzentrierten Pflege. Im Vordergrund eines Gartenclub-Treffens steht entsprechend auch immer das Ziel der Verbesserung des allgemeinen Wohlfühlens, und sei es eben nur für kurze Momente. Dieses kann dann auch das kurze Lächeln beim Geruch der frischen Minze sein. Weiterhin sollten soziale Interaktionen gezielt gefördert werden, im Garten ist das oft der Austausch von Erfahrungen, das Reden über das Wetter oder auch nur das Weiterreichen eines duftenden Rosmarinzweigs.

Und schließlich stehen der Erhalt und die Betonung der Identität der Teilnehmenden im Mittelpunkt.

Dazu dienen biografische Elemente, also Pflanzen oder Kräuter, an die sich die Menschen gut erinnern und zu denen sie Geschichten erzählen können. Die Teilnehmenden sollen bei derartigen Angeboten Entscheidungen treffen und ihre Kreativität ausdrücken können: Kommt die Minze in den Tee? Oder lieber nicht?

Praktische Tipps für ein Gartenclub-Treffen

Ein Therapiegarten ist wie ein Werkzeugkasten für die MitarbeiterInnen, die die Gartenclubs durchführen. Dieser Werkzeugkasten muss passend zu den BewohnerInnen und zur Einrichtung gefüllt werden.

- Der Gartenclub braucht einen Raum mit ausreichenden Sitzmöglichkeiten, Getränken und möglichst einer Toilette in der Nähe.
- Die Grundausstattung für Gartenarbeiten umfasst einen kleinen Wagen für den Transport der Geräte und die Geräte selbst. Dazu gehören kleine Schaufeln, Gartenscheren, Handschuhe, Schürzen, Kopfbedeckungen im Sommer.
- Der Gartenclub kann sich sowohl an körperlich fitte BewohnerInnen richten, möglicherweise gar gezielt an die männlichen Bewohner einer Einrichtung. Es kann aber

auch ein Angebot für schwerst-kranke Menschen sein, um einen Zugang zur Natur auf einfachste Weise zu ermöglichen.

- Je nach Zielgruppe werden auch unterschiedliche Ziele und Aktivitäten festgelegt. Dabei sollte jede Sitzung ein Schwerpunktthema haben, zum Beispiel „Pflanze der Woche“, Herstellung von einfachen Lebensmitteln (Gewürzsalz, Pesto, Tees), Gartenarbeit.
- Die Treffen sollten mit einem Begrüßungsritual beginnen.
- Die Begehung des Gartens nimmt ebenfalls immer einen Teil des Treffens ein, getreu dem Motto: „Was gibt es Neues im Garten?“.
- Regelmäßige Begehungen können noch attraktiver werden, wenn zum Beispiel ein Kaninchenstall oder eine Wetterstation vorhanden ist.
- Eine Fülle von Beispielen für Gartenclub-Ideen finden Sie in dem Praxisbuch „Gartentherapie“ (Niepel/Pfister 2010).
- Bei den Aktivitäten im Gartenclub kann es sich auch um Aktivitäten nach der Pflege-Transparenzvereinbarung (SGB XI) im Hinblick auf „Umgang mit demenzkranken Bewohnern“ und „soziale Betreuung und Alltagsgestaltung“ handeln.

Wer hilft bei der Planung eines Gartenclubs?

Die Arbeitsgruppe „Gärten helfen Leben“ bietet eine berufsbegleitende Weiterbildung zum Thema. Informationen:

Diözesan-Caritasverband für das Erzbistum Köln e. V.

Abteilung Altenhilfe, Alfred Vollmer, Tel.: +49 221 2010-207,

Fax: +49 221 2010-334, E-Mail: Alfred.Vollmer@caritasnet.de

Auch das KDA bietet Fortbildungen, Inhouse-Schulungen, Beratungen zum Thema Gartengestaltung und Gartenclub an. Kontakt: Brigitte Riemer, Tel.: +49 221 931847-13, E-Mail: brigitte.riemer@kda.de



Das Seniorenheim Haus Maria Regina in Wadersloh-Diestedde legt großen Wert auf sinnliche Erfahrungen. Dazu passt auch der Erlebnisgarten, der mit Hilfe von 30 Jugendlichen in einer 72-Stunden-Aktion errichtet wurde und in dem heute Bewohner und ehrenamtliche Helfer aktiv sind. Duftpflanzen, Hochbeete, Nistkästen, ein Insektenhotel – es gibt viel zu tun für die Garten-AG.

LITERATUR

Chalfont, Garuth (2010): **Naturgestützte Therapie. Tier- und pflanzengestützte Therapie für Menschen mit Demenz planen, gestalten und ausführen.** Bern: Huber

Kuratorium Deutsche Altershilfe (Hrsg.) (2007): **Tiere öffnen Welten.** Leitlinien zum fachgerechten Einsatz von Hunden, Katzen und Kaninchen in der Altenhilfe. Köln

Michell-Auli, Peter; Sowinski, Christine; Niepel, Andreas (2011): **Von der Fensterbank ins grüne Quartier. Das Recht auf Naturerleben.** In: ProAlter, Heft 3, Ausgabe Mai/Juni, S. 30–33

Niepel, Andreas; Pfister, Thomas (2010): **Praxisbuch Gartentherapie.** Idstein: Schulz-Kirchner

Niepel, Andreas; Sowinski, Christine; Czerwinski, Martina (2010): **Praxistipp: Was blüht denn da? Umgang mit giftigen Pflanzen.** In: ProAlter, Heft 2, Ausgabe Juni, S. 70–71

Pfister, Thomas (2007): **Gartenclub Grünau.** Projektarbeit im Rahmen der Weiterbildung „Gärten helfen Leben“ der Caritas Köln 2006–2008. Download unter: www.thomaspfister.ch

Pollock, Annie (2004): **Gärten für Menschen mit Demenz.** Reihe „Türen öffnen zum Menschen mit Demenz“, Band 2. Kuratorium Deutsche Altershilfe (Hrsg.), Köln

Sowinski, Christine; Germund, Petra (2010): **Praxistipp: Unsere Wetterstation – Alle reden vom Wetter, wir auch.** In: ProAlter, Heft 4, Ausgabe Sept./Okt., S. 72–73

Die oben genannten ProAlter-Ausgaben und Bücher können Sie auch beim KDA bestellen, unter www.kda.de oder versand@kda.de.

Gartenclubs in Einrichtungen

Evangelisches Christophoruswerk e. V. Albert-Schweitzer-Haus und Peter-Kuhn-Haus Bonhoefferstraße 18, 47138 Duisburg Kontakt: Jochen.Schmidt@cwdu.de

Seniorenheim Haus Maria Regina Lange Straße 16 59329 Wadersloh-Diestedde Kontakt: i.knecht@smmp.de Weitere Infos: www.maria-regina-diestedde.de

HELIOS Klinik Holthausen Am Hagen 20, 45527 Hattingen Kontakt: andreas.niepel@garten-therapie.de Weitere Infos: www.garten-therapie.de

Gartenclubs in der Schweiz

Im Auftrag der Altersheime Stadt Zürich leitet der Gartentherapeut Thomas Pfister Gartenclubs in den Altersheimen Buttenau, Herzogenmühle, Langgrüt und Oberstrass. Weitere Gartenclubs gibt es in den Altersheimen Bürgerasyl-Pfrundhaus, Grünau und Laubegg. Weitere Infos bei Gartentherapie Pfister GmbH unter www.thomaspfister.ch

Englische und nordamerikanische Gartenclubs

In England und den USA ist es schon zur Tradition geworden, sogenannte „garden clubs“ zu gründen. Hier schließen sich Gartenfreunde zusammen, um Erfahrungen auszutauschen, Neues zu lernen und auch Reisen zu berühmten Gärten durchzuführen. Hier einige Beispiele:

- www.worplesdongardenclub.co.uk
- www.gardenclub.org.uk
- www.malmesburygardenclub.org.uk
- www.mountfitchetgardenclub.co.uk
- www.thegardencentrengroup.co.uk/gardening-club
- www.gardenclub.org
- www.ourmidland.com