

Diesen Artikel finden Sie unter: <http://www.noz.de/artikel/1176454>

Veröffentlicht am: 19.03.2018 um 11:22 Uhr

Schnuppern, pflücken, schnippeln

Altenheime setzen auf Heimgärten: Gartentherapie für Senioren

von Joachim Göres



Hamburg/Hannover. Beete und Blumen animieren alte Menschen zu mehr Bewegung und erhöhen ihre Zufriedenheit. Altenheime setzen dafür zunel

Imke Struck geht mit Bewohnern des Hamburger Matthias-Claudius-Heimes in den Garten der diakonischen Senioreneinrichtung. Einige Frauen steuern die Tomr an und pflücken rote Tomaten. Andere werden von den bunten Farben der Blumen angelockt und schnuppern an ihnen.

An einem Tisch sitzen Senioren und schnippeln Grünzeug aus dem Garten klein, für Tee und Kräuterbutter – danach wird gekostet. „Unser Garten hat als oberste Bewohner bewegen sich nach draußen, genießen die schöne Umgebung und freuen sich, mithelfen zu können. Viele Fähigkeiten können reaktiviert werden“, sag

Heimgarten in Hamburg

Der mehr als 1000 Quadratmeter große Heimgarten mit vielen Blumen- und Gemüsebeeten sowie einer Anlage zum Gleichgewichtstraining ist auf die Bedürfnis zugeschnitten. Dazu gehören Tastkästen, Naschbeete, ein Kneippbereich für Füße und Arme sowie ein Hochbeet, an dem die Bewohner unter Anleitung selber s 2013 war hier nur eine große Grünfläche mit wenigen Pflanzen und Wegen zum Spazierengehen. „Nach der Umgestaltung wird der Garten viel mehr genutzt. Da was sich im größeren Appetit und Durst der Bewohner äußert“, sagt Heimleiterin Veronika Lattrich und fügt hinzu: „Auch das Gespräch wird angeregt. Dabei gibt Meinungen z.B. über Unkraut. Solche Diskussionen sind gut.“

Gartentherapie

Ute Budliger hat für ihre Zertifikatsarbeit an einer Zürcher Hochschule wissenschaftliche Studien zum Thema Gartentherapie ausgewertet und mit Verantwortlic zwischen Basel und Zürich gesprochen. Die Studien bestätigten den Nutzen eines Heimgartens – er kann unter anderem zu weniger Stress, Aggressionen und Sc und Aufmerksamkeit erhöhen. „Dennoch fehlt in der Praxis oft das Bewusstsein für die Möglichkeiten und das Wissen über die sinnvolle Anlage eines Heimgarte Gärtnerin und Gartenbauingenieurin.

Die Krankenschwester Susanne Büssenschütt hat lange im Pflegemanagement der Caritas in Bremen gearbeitet. Inzwischen entwickelt sie wie Budliger Konzept Heimgärten und bietet gartentherapeutische Fortbildungen an. Einer ihrer Grundsätze lautet: „Alles, was bekannt ist, ist positiv.“ Dazu gehören zum Beispiel Kar können Erinnerungen an den einstigen Schrebergarten geweckt werden.“

Mobilisierung der Senioren

Ein weiterer Aspekt ist die Mobilisierung. Äpfel und Birnen in Reichweite animieren zum Pflücken und mobilisieren die Schulter. Beim Abzupfen von Rosmarin wi der auch für das Zuknöpfen von Hemden wichtig ist.

Von Weitem sichtbare große Sonnenblumen am Ende eines Weges sind ein starker Anreiz, diesen Weg tatsächlich zu gehen. Auch Vogelnährgehölze können in d Gezwitscher der Vögel zu erfreuen oder bunte Schmetterlinge zu beobachten. Wichtig ist laut Büssenschütt eine ansprechende Gartengestaltung im Winter: „Ge Bewohner rausgehen.“

Überraschungseffekt

Bei denjenigen, die nicht mehr mobil sind, zählt sie auf den Überraschungseffekt – ein bunt bepflanzter Rollator, mit dem man Bewohner im Zimmer besucht, kē zaubern.Im städtischen Heinemannhof in Hannover leben 105 Menschen mit Erkrankungen wie Demenz mit gerichtlicher Zustimmung in einem geschlossenen das Haus verlassen. „Viele haben einen hohen Bedarf an Bewegung, deswegen haben wir in unserem rund 4000 Quadratmeter großen Garten neue Sinnesanrei

Holger Geis. Dazu gehören duftende Pflanzen, eine Obstbaumallee, Kräuterbeete, eine Voliere sowie ein Auto, das gerne von männlichen Bewohnern poliert wird. „Rosen halten sich hier nicht lange, denn sie sind bei Bewohnern als Geschenk beliebt“, erklärt Geis lachend. Den zusätzlichen Personalaufwand für die Bewohnerschaft rechtfertigt er mit: „Die Bewohner sind durch den Garten einfach zufriedener.“

Copyright by Neue Osnabrücker Zeitung GmbH & Co. KG, Breiter Gang 10-16 49074 Osnabrück

Alle Rechte vorbehalten.

Vervielfältigung nur mit schriftlicher Genehmigung.