

## Lebensfreude im „Daheim-Garten“

Im Rahmen meiner Ausbildung zur gerontopsychiatrischen Fachkraft schrieb ich eine Projektarbeit, deren Ziel die Umgestaltung des Gartens unseres Pflegeheimes war. Damit wollten wir eine angepasste Milieuthérapie für gerontopsychiatrisch erkrankte Heimbewohner schaffen, deren Zahl auch in unserem Haus immer größer wird. Dieses Konzept konnte zügig umgesetzt werden, sodass bereits in der Gartensaison 2008 Einzel- und Gruppentherapien durchgeführt werden konnten. Die gebotenen Möglichkeiten wurden mit Begeisterung von unseren Bewohnern angenommen.

Die Gartentherapie ist eine Möglichkeit, durch bedürfnisorientierte Aktivitäten mit Pflanzen und das Erleben der Natur Körper und Seele der Bewohner gezielt zu stärken. Sie steigert die Aufmerksamkeit, die Freude an Vertrautem, vermindert Unruhe, Angst und depressive Gefühle. Auch verbessern sich der Appetit und die Orientierungsfähigkeit.

Für die Bewohnerinnen und Bewohner des Heimes wurde eine „Insel“ geschaffen, auf der sie sich daheim fühlen, ihre sozialen Kontakte verbessern und etwas für ihre Beweglichkeit tun können.

Durch das bewusste Erleben der Natur bei der Gartenarbeit – von der Saat bis zur Ernte – und den gemeinsamen Genuss der Früchte werden alte Erfahrungen wiederbelebt, Erinnerungen geweckt und Lebensfreude und -zufriedenheit werden sichtbar. Die Vorfreude unserer Bewohner auf den Beginn der neuen Gartensaison ist riesengroß. ■

*Ruth Wetzel, Altentherapeutin und gerontopsychiatrische Fachkraft*

Weitere Informationen:  
E-Mail: [ruthwetzel@gmx.de](mailto:ruthwetzel@gmx.de)  
[www.ruthwetzel.de](http://www.ruthwetzel.de)

