

# Methodische Weiterentwicklung der Gartentherapie

Anne Hahnenstein, Stefanie Hermann, Jutta Schofer, Angelika Ulrich, Ruth Wetzel, Bärbel Zirkel



Gartentherapie auf einer Landesgartenschau präsentieren? Wie soll das gehen? Wir sind eine rein informelle Gruppe, woher sollen wir ein Budget nehmen? Die Gartenschau in Kirchheim bei München dauert fünf Monate, wer kann das leisten? Diese und mehr Fragen standen im Raum beim 2023er Treffen des Gartentherapiestammtisches München. Bärbel Zirkel und Joachim Henle vom „Grünen Zirkel München“ halten fest an der Idee und sehen eine tolle Chance darin, unter dem Logo „Grün hilft heilen“ die Gartentherapie bekannter zu machen – zumal der Bayerische Landesverband für Gartenbau und Landespflege die komplette Infrastruktur eines hochprofessionellen Standes mit Freifläche teilweise für engagierte Gruppen zur Verfügung stellt. Insgesamt sechs Gartentherapeut\*innen nutzten die Chance, im Rahmen von monatlichen Aktionstagen die vielfältigen Möglichkeiten der Gartentherapie zu präsentieren.

Freuen Sie sich nun auf interessante Erfahrungsberichte!

Anne Hahnenstein



## 1. Gartentherapie in der Geriatrie

Der „Grüne Zirkel“, eine Gruppe von Gartentherapeut\*innen aus Bayern und Baden-Württemberg unter dem Logo „Grün hilft heilen“, präsentiert sich mit je einem Aktionstag in den Monaten Mai bis Oktober auf

der bayerischen Landesgartenschau 2024 in Kirchheim bei München zum Thema Gartentherapie.

Mein Aktionstag im Monat Juli war der Gartentherapie in der Geriatrie gewidmet und hatte zum Ziel, den Interessierten die gartentherapeutischen Ansätze in diesem Bereich nahezubringen.

### 1.1 Wie definiert sich Geriatrie?

Der Begriff Geriatrie stammt aus dem Altgriechischen und bedeutet die Lehre von den Krankheiten des alternden Menschen. Sie befasst sich mit den sozialen, psychologischen, klinischen, präventiven und therapeutischen Belangen Älterer.

Im Fokus stehen Erkrankungen, deren vermehrtes Auftreten mit dem Alter assoziiert sind, wie beispielsweise die Folgen von Arteriosklerose, Schlaganfall oder arterieller Verschlusskrankheit, aber auch Arthrosen, der Parkinsonschen Krankheit oder Demenz.

Ziel der Geriatrie ist es, die Lebensqualität älterer und vor allem hochaltriger Menschen zu erhalten und zu verbessern.

### 1.2 Welche Therapieansätze verfolgt die Gartentherapie in der Geriatrie?

Die Arbeit im Garten ist den meisten Menschen der älteren Generation geläufig und als sinnvoll im Gedächtnis hinterlegt. Hier setzt die Gartentherapie an, die das Ziel hat, den Zustand dieser Klientel durch aktive Beschäftigung im Garten bzw. mit der Natur zu erhalten und sukzessive zu verbessern, um ihr im Rahmen des Möglichen zum Erhalt bzw. zur Wiedererlangung ihrer Fähigkeiten und zur Verbesserung ihrer Lebensqualität zu verhelfen.

Vor allem bei Krankheiten wie Schlaganfall oder Morbus Parkinson, bei denen die Förderung von Mobilität und Feinmotorik im Vordergrund steht, oder Demenz, wo vor allem der kognitive Abbau verlangsamt und Teilhabe ermöglicht werden soll, ist die Aktivierung der Sinne ein wichtiger Baustein in der Therapie.



Zu Beginn meines Aktionstages zeigte ich im Rahmen eines Vortrages die Ziele und Interventionen der Gartentherapie bei geriatrischer Klientel auf. Anschließend konnten sich die Teilnehmer\*innen von der Wirksamkeit der Aktivierung der Sinne überzeugen.

Es galt, verschiedene bekannte Kräuter wie Salbei, Lavendel, Minze, Thymian und Rosmarin durch intensives Betrachten, Befühlen, Riechen und Schmecken zu erkennen und zu benennen und sich an die Verwendung der Kräuter in Küche und Heilkunde zu erinnern. Gespannt lauschten die Teilnehmer\*innen den „Kräutergeschichten“, in denen ich Herkunft, Geschichten, Mythen, Sagen und Legenden zusammengetragen hatte, die sich um diese bekannten Kräuter ranken.

Dabei wurden alle fünf Sinne *Sehen, Fühlen, Riechen, Schmecken* und *Hören* aktiviert und die Teilnehmer\*innen waren erstaunt, mit welch einfachen und kostengünstigen Mitteln eine solche Therapieeinheit zu bewerkstelligen ist.

Am Nachmittag folgte ein Workshop mit einer praktischen Übung. Nachdem für mich als Gartentherapeutin Nachhaltigkeit und Ökologie beim Gärtnern eine große Rolle spielen, hatte ich den Bau von Ohrwurmhotels geplant.

Aus der Auflösung einer Gärtnerei hatte ich eine größere Menge alter Tontöpfe erhalten, die eigentlich entsorgt werden sollten. Ich säuberte diese gründlich

und nahm die noch brauchbaren zu meinem Aktionstag mit (vgl. Abb. unten links).

Diese wurden sodann von den Teilnehmenden mit ungiftigen, wasserbasierten Acrylfarbenstiften bemalt. Diese Farben trocknen sehr schnell und sind dann weitgehend wasserfest. Der Fantasie beim Bemalen waren keine Grenzen gesetzt. Die Töpfe wurden individuell mit bunten Mustern, Tieren und Blumen verziert. Anschließend ging es daran, den Topf mit Heu zu füllen und mit einer Schnur zum Aufhängen zu versehen. Danach gab es noch Tipps zum richtigen Aufhängen sowie der Lebensweise der künftigen Bewohner des Ohrwurmhotels, damit sie sich darin wohlfühlen und im Garten Jagd auf Blattläuse machen können.

Mit dieser Übung werden die Kognition, das Sehen, das Fühlen, die Feinmotorik und die Mobilität gefördert, weil Farben und Motive ausgewählt, mittels der Stifte auf die Töpfe gebracht, der Topf mit der richtigen Menge Heu gefüllt, mit einer Schnur zum Aufhängen versehen und schließlich aufgehängt werden muss. Sie ist einfach durchzuführen und macht den Teilnehmenden Spaß, weil sie am Ende das fertige Produkt ihrer Arbeit in den Händen halten und mit nach Hause nehmen können.

Der sehr gelungene Tag brachte viele anregende Gespräche und Austausch mit Besucher\*innen, vor allem mit Fachpersonal aus verschiedenen Einrichtungen,





die sehr an den Möglichkeiten der Gartentherapie interessiert waren.

### 1.3 Fazit

Die Gartentherapie kann in der Geriatrie mit einfachen und doch effektiven Übungen zum Erreichen von Therapiezielen bei unterschiedlichen Krankheiten eingesetzt werden und so zur Verbesserung der Lebensqualität der Zielgruppen beitragen.

Angelika Ulrich

#### Literaturempfehlung:

Niepel, A. et al. (2016): Gartentherapie. Deutscher Verband der Ergotherapeuten e.V. Idstein: Schulz-Kirchner Verlag

Bieser, R. (2015): Kräuter Glück – Genussvoll Gärtnern mit Küchen- und Wildkräutern. Stuttgart: Ulmer Verlag.

## 2. Grün hilft heilen ... was mit Demenz noch alles geht ...

### 2.1 Die Kräuterbowle – duftende Kräuter in Kristall

Wer durch Grün jedoch Unterstützung wünscht und erhofft, ist an unserem Stand nicht ersichtlich. Wir tauchen mit jedem Kontakt wieder neu in die Begegnung ein.

Zu uns kommen Menschen verschiedenen Alters und Interesses an den Stand. Neben Radieschenpflanz-Aktion, Kräuter-Flecht-Ringe herstellen, Pflanzen raten und probieren gab es auch meine Bowlenschüssel, die ich auf dem Antiquitätenmarkt erworben hatte.

Eine ältere Dame stand plötzlich knapp vor mir und schaute mich neugierig mit wachen Augen an. „Was gibt es denn hier?“ Wohl die Tochter mit einigem Abstand zurückhaltend hinter ihr.

„Kräuterbowle! In einer schönen alten Kristallbowlenschüssel. – Schauen Sie mal!“

Ich legte meine Hände um die schwere Schüssel, die auf einer mit Blumen bestickten Tischdecke von meiner Oma stand.

„Manchmal denke ich, ich habe auch eine Demenz. Mir sagte man zum Glück, dass es bei mir noch in Ordnung ist.“ Die Tochter trat in mein Blickfeld und meinte, sie hätten es im Krankenhaus abklären lassen. Die Dame schaute wieder zu den Kräutern.



„Vielleicht haben Sie ja einen Garten ...“, sagte ich und lächelte die Dame an. „Ja, ja, die Kräuter – die kenne ich ...“ Ein fragender Blick folgte. „Da ist Minze drin, Zitronenmelisse und ein Blatt Salbei.“ Ich schöpfte uns mit einem alten Schöpflöffel langsam etwas von der Bowle in die Kristallgläser.

Sie fühlte die kühle, geriffelte Oberfläche des Glases. „Das ist aber schwer!“ Pause – Sie nippte am Glas und ihr Gesicht strahlte. „Das ist aber lecker. Was ist denn da drin?“ „Minze, Zitronenmelisse und etwas Salbei.“ „Wie machen Sie das?“ Und ich erklärte es langsam mit entsprechenden Pausen:

- „Die Kräuter waschen und das Wasser abschütteln.
- Legen Sie die Kräuter in eine Bowlenschüssel.
- Geben Sie einen naturtrüben Apfelsaft darüber.
- Die Kräuter mit dem Schöpflöffel immer wieder drücken und rühren“ und demonstrierte es.
- „Setzen Sie die Bowle morgens an.
- Vor dem Servieren übergießen Sie die Kräuter mit spritzigem Mineralwasser oder Prosecco.“

Die Dame hörte aufmerksam zu und lächelte mich voller Begeisterung an. „Sehr lecker! Das kann ich zuhause sehr gut selber machen. Eine gute Idee“ und strahlte uns an.

Nachdem die Bowle getrunken war, entstand eine kurze Pause. Sie schaute mich fragend an: „Sie, was ist denn da eigentlich drin?“



## 2.2 Das Herz wird nicht dement

Grün unterstützt auf vielfältige Weise Menschen mit und ohne Demenz, besonders diejenigen, die einen engen und positiven Bezug zur Natur haben. Die persönliche Biografie schafft viele Anknüpfungspunkte. Das verantwortungsvolle Hegen und Pflegen der Pflanzen, der Stolz auf die Ernte im eigenen Garten oder die Freude am Tun.

Durch Angebote aus dem Bereich der Natur triggern wir Erfahrungen und Emotionen an, was für die Beziehungsgestaltung eine wichtige Rolle spielt.

Je mehr wir angepasst an das persönliche Leistungsniveau unterschiedliche Sinne stimulieren, desto mehr ermöglichen wir Menschen in Aktion zu kommen. Beschäftigung ermöglichen, Einbeziehung, die Identität fördern, Beziehung gestalten, wie Tom Kitwood die Bedürfnisse formuliert. Am Beispiel der Kräuterbowle bedeutet dies: Die bekannten Kräuter ernten, waschen, probieren, trocken schütteln, riechen und später wieder schmecken und genießen. Erwin Böhm formuliert es als die Seele wieder zu bewegen.

Positive Emotionen wecken wie Freude, Glück, Zufriedenheit sind ein zentraler Bestandteil in der Pflege und Betreuung von Menschen mit Demenz. Und Gefühle bleiben bis zuletzt. Die Kognitionen reduzieren sich, aber das Herz wird nicht dement.

Wenn der Mensch mit seinen Bedürfnissen und Wünschen im Mittelpunkt steht, und wir mit einem hohen Maß an Aufmerksamkeit den Bedarf erkennen und entsprechend auf die Bedürfnisse reagieren, kann die Natur Balsam für die Seele sein und viele Glücksmomente im Vergessen darstellen: trotz dem/enz!

### Zutaten für mein Kräuterbowlen-Rezept:

- 1 Blatt Salbei
- 5 Stängel Minze (z. B. Pfefferminze, Hemingway Minze)
- 2 Stängel Zitronenmelisse
- 1l naturtrüber Apfelsaft oder Apfel-Birnen-Saft
- 1l sprudeliges Mineralwasser oder Sekt

Jutta Schofer

### Literatur:

Baer, U. & Schotte-Lange, G. (2019): Das Herz wird nicht dement. Weinheim Basel: Beltz

Böhm, E. (2004): Psychobiografische Pflegemodell nach Böhm Bd.1. Wien: Maudrich.

Kitwood, T. (2022): Demenz – der person-zentrierte Ansatz mit verwirrten Menschen. 9. Auflage. Bern: Huber Verlag.

James, I. A. (2019): Herausforderndes Verhalten bei Menschen mit Demenz. 2. überarb. u. erw. Auflage. Bern: Huber Verlag.

Werner, M, von Braunschweig, R. (2020): Praxis Aromatherapie. 6. akt. u. erw. Auflage. Stuttgart: Haug Verlag.

Bundesministerium für Gesundheit (o.J.): Ratgeber Demenz. Informationen für die häusliche Pflege von Menschen mit Demenz.

## 3. Meine Erfahrung mit der Gartentherapie im Raum

Seit einigen Jahren besuche ich Senioren-Wohngemeinschaften und Pflegeheime und führe dort Gartentherapie durch. Diese Bewohner sind überwiegend in verschiedenen Stadien an Demenz erkrankt oder haben Beeinträchtigungen durch Schlaganfälle oder Parkinson. Hier sollen vorhandene Fähigkeiten und Ressourcen erhalten, gefördert und – wenn möglich – verbessert werden. Die Sinne sollen aktiviert, der Tag in Gemeinschaft verbracht und dabei Lebensfreude und -qualität hergestellt werden.

Nicht jede Einrichtung verfügt über einen Garten oder eine Freifläche mit Hochbeet. Viele der Senior\*innen sind sehr wetterempfindlich, und so liegt es nahe, dass meine Gartenstunden überwiegend im Raum stattfinden. Dabei baue ich die Gartentherapie so auf, dass den Bewohner\*innen eine Orientierung für die jeweilige Jahreszeit und bevorstehende Festtage vermittelt wird. Der Jahresrhythmus ist ein Ordnungssystem, das uns ein Leben lang begleitet und die Natur gibt den Takt an.



Blumengesteck in der Gartengruppe





Zwiebeln und Samen erfordern Sorgfalt und Feinmotorik.

Durch die Beschäftigung mit Blumen, Gemüse und Pflanzenteilen mache ich bewusst, in welchem Monat wir uns gerade befinden. Dazu suche ich mir für jede Stunde ein spezielles Thema aus, wie beispielsweise die Erbse, die Sonnenblume, den Lavendel oder den Apfel. Dies wird ergänzt durch passende Lieder, Gedichte und Bauernregeln, die nicht selten aus der Erinnerung der Teilnehmenden ergänzt werden. Im Frühjahr wird ausgesät und Stecklinge werden vermehrt. Im Sommer wird an bekannten Kräutern und Gewürzen geschnuppert oder den Vögeln zugehört und im Herbst werden die Früchte und Blätter der Bäume und Sträucher zu Trockengestecken und Kränzen verarbeitet.

Dies alles aktiviert die Sinne wie Tasten, Riechen, Schmecken, Hören in fröhlicher Gemeinschaft und die Feinmotorik wird erprobt. Hierbei freut es mich immer wieder, wie sich die Kommunikation, das soziale Miteinander und die Erinnerung beleben.

Wenn dann, wie kürzlich, Sträuße aus Sommerblumen angefertigt werden und eine Teilnehmerin laut ausruft: „Da blühen wir ja richtig auf“, so weiß ich: Diese Stunde war ein voller Erfolg für alle.

Bisher bestand keine Möglichkeit, die Gartentherapie in der Öffentlichkeit zu präsentieren, wie es jetzt erstmalig auf der Landesgartenschau in Kirchheim bei München durchgeführt wurde und an der ich mich mit einem Informationstag gerne beteiligt habe.

Bärbel Zirkel

#### Literaturempfehlung:

Kreuer, U. (2022): Das Gartenjahr für Menschen mit Demenz. München: Ernst-Reinhardt-Verlag.

## 4. Fußerfahrungspfad oder Sinnespfad – ein Element im Sinnes- oder Therapiegarten

Was früher als selbstverständlich galt, ist es heute gar nicht mehr. In meiner Kindheit spielte ich täglich im Wald, wir stolperten durch Unterholz, durch abwechselnd helle und dunkle Bereiche, von Vogelstimmen begleitet. Unter unseren Füßen wechselten sich Moos, Sand und Steine ab, manchmal übersahen wir kleine Rinnsale und landeten darin. Die Rhythmen der Natur hatten wir automatisch verinnerlicht. Wir waren in der Natur zuhause, der Wald war unser Spielplatz. Ein überraschender Regenguss machte uns nichts aus, er war pures Abenteuer. Wir wussten, wo die leckersten Walderdbeeren wuchsen und dass sie zeitlich vor den Himbeeren reif wurden. Das Aroma hat sich übrigens tief in meinem Langzeitgedächtnis festgesetzt.

Durch die zunehmende Urbanisierung der Lebensräume können Kinder immer weniger unberührte Lebensräume kennenlernen. Der amerikanische Forscher Richard Louv hat 2005 den Begriff „nature deficit disorder“ geprägt oder „Natur-Defizit-Syndrom“. Gerade Kinder brauchen die Natur als Entwicklungsraum. Neben der Bewegung an der frischen Luft sammeln sie Erfahrungen mit Wasser und Sand sowie mit der Tier- und Pflanzenwelt. Sie nehmen ihre Umwelt mit all ihren Sinnen wahr und lernen so schon früh, die Natur wertzuschätzen. Nur was man kennt, kann man auch schützen, ein Mehrwert für alle Generationen, vor allem für die künftige. Im Garten können Kinder Durchhaltevermögen üben, Frustrationstoleranz trainieren und stolz Erfolge feiern! Die Sinne werden geschult, Motorik, Kreativität und das soziale Verhalten werden gefördert sowie das Selbstvertrauen gestärkt. ADHS-Kinder und hochsensible Kinder erhalten durch Aufenthalte in der Natur nachweislich Entlastung von unserer reizüberfluteten Umwelt.

Dieses Phänomen, dass der Mensch die natürlichen Erscheinungen, Rhythmen und Orientierungen der Natur nicht mehr erlebt, betrifft nicht nur Kinder und Jugendliche. Auch Erwachsene seien immer mehr vom Natur-Defizit-Syndrom betroffen.

Stellen wir uns eine Frau mit 75 Jahren vor, die allein in ihrem Haus mit Garten gelebt hat und nun krankheitsbedingt in ein Pflegeheim einziehen muss. Den großen



Garten vermisst sie ab der ersten Minute. Immer hatte sie etwas zu tun in ihrem Garten, hier ein Pflänzchen rausgezupft, dort ein paar Himbeeren geerntet oder einen Strauß für den Friedhof gepflückt.

Nun kommt die Gartentherapie ins Spiel, die einen starken Bruch in ihrer Biographie verhindert. Mit dem Einzug ins Heim wird sie sofort in der Gartengruppe aufgenommen. Hier wird in Gemeinschaft im Garten gearbeitet, Spaziergänge werden unternommen, aus dem Garten die Ernte verarbeitet und zusammen eine gute Zeit verbracht.



Auf der Landesgartenschau Kirchheim war der Aktionstag mit dem Thema „Therapiegärten“ von der LGS als Familien-Wochenende deklariert, weshalb ich ein Element des Therapiegartens zeigte, das für beide Zielgruppen interessant sein würde. Der ausgewählte Sinnespfad als Element des Therapiegartens wurde sofort von einem Kind ausprobiert, ganz ohne Anleitung, er ist selbsterklärend. Oftmals denkt man beim Tastsinn zuerst an die Hände. Aber ebenso tasten wir über die Haut, spüren Temperaturunterschiede, Wind, Regen und sogar Klang. Beim Barfußpfad tasten wir mit den Fußsohlen. Hier enden die Nervenbahnen aller Organe; sie werden belebt und massiert. Nebenbei wird auch die Fußmuskulatur gestärkt. Im Gehen tasten die nackten Füße des Kindes Unebenheiten und Kanten, loses Material kann es mit den Zehen greifen. Für Senior\*innen hingegen ist dieser Weg mit Schuhen eine wichtige Maßnahme zur Sturzprophylaxe. Oftmals wird er parallel zu einem vorhandenen Weg geplant,

der einen Handlauf auf der einen Seite erhält. Auf der anderen Seite geht eine Betreuungsperson und kann ihre Hilfe als Unterstützung anbieten. Gleichgewichtsempfindungen der Füße werden an den Körper weitergegeben und der Rumpf mit den Armen gleicht die Bewegungen aus.

Ein Vertrauensspiel für Erwachsene ist, die Augen zu schließen und sich von einer vertrauten Person führen zu lassen. Noch intensiver konzentrieren wir uns auf die verschiedenen Materialien wie Holz, Blätter, Steine, Heu, Sand, Moos etc. Wann sind Sie das letzte Mal barfuß gegangen?

Stefanie Hermann

#### Literaturempfehlung:

Kükelhaus, H. (2008): Entfaltung der Sinne. Neuauflage. Wiesbaden: Verlag Schloss Freudenberg.

Kükelhaus, H. (2000): Fassen Fühlen Bilden – Organerfahrungen im Umgang mit Phänomenen. Gemeinnützige Forschungs- und Bildungsgesellschaft. 7. Auflage. Eigenverlag.

Stelkens, E. (2007): Auf den Spuren des Erfahrungsfeldes. Organismus und Technik e. V., Essen.

## 5. Fazit und Ausblick

Sie haben nun die Erfahrungsberichte mit viel Neugier und Interesse gelesen. Das habe ich auch! Nun stelle ich mir aus meiner Fachlichkeit folgende Fragen:

- Hilft Grün heilen?
- Wem hilft es?
- Wie hilft es?
- Warum ist Gartentherapie so wichtig für den hilfsbedürftigen Menschen jeden Alters?

Bevor Sie weiterlesen, nehmen Sie sich einen Moment Zeit und stellen Sie sich die Fragen selber. Wenn Sie Lust haben, machen Sie sich in einer Tabelle Notizen. Sie werden überrascht sein, zu welchem Ergebnis Sie kommen.

„Grün hilft heilen“ – es ist nicht nur unser Logo! Die Natur mit ihren vielfältigen Angeboten wirkt individuell positiv auf jede Person.

„Personsein bedeutet: Stand und Status, der dem einzelnen Menschen im Kontext von Beziehung und sozialem Sein von anderen verliehen wird. Er impliziert Anerkennung, Respekt und Vertrauen.“ (Brooker 2008.21)



5.6.2024 auf der Laga Kirchheim



Auf die gestellte Frage „Wem hilft es, wie hilft es?“ möchte ich wie folgt antworten: Durch die Beziehungsgestaltung mit der Natur, die Arbeit im Garten, in Entspannungssituationen uvm. erlebt die Person vielfältige Kontakte, Vertrauen, Anerkennung und Respekt. Und dieses tut jedem Menschen individuell gut.

Bei Hilfsbedürftigkeit ist die Unterstützung von Gartentherapeut\*innen durch vielfältige methodische Angebote notwendig, um das Bedürfnis des Naturerlebens positiv in sich aufnehmen zu können. Diese Situationen haben Sie vielfältig in den Erfahrungsberichten lesen und erkennen dürfen.

*„Durch Gartentherapie werden Klienten und Patienten und Menschen mit Beeinträchtigungen mit Hilfe gärtnerischer Tätigkeiten befähigt, mit sich selbst wie auch mit ihrer Umwelt in Kontakt zu treten, ihre Fähigkeiten zu praktizieren und ihre Defizite abzubauen. Durch die unmittelbare körperliche Auseinandersetzung in der Gartenarbeit werden Wachstum, Entwicklung und Veränderung sichtbar und erfahrbar. Neue Erfahrungsprozesse können in Gang gesetzt werden. Verbale, aber mehr noch die nonverbale Kommunikation spielt eine wichtige Rolle. Gartentherapie ist ein Prozess, bei dem gärtnerische Tätigkeiten eingesetzt werden, um Körper, Geist und Psyche des Menschen zu fördern und sein Wohlbefinden in seinem direkten Lebensumfeld zu stärken. Sie ist eine effektive Methode für*

*Menschen aller Altersgruppen, unabhängig von ihren körperlichen Fähigkeiten und ihrer sozialen Herkunft.“*  
(Wetzel 2021:88)

Für Menschen mit Demenz kann durch gärtnerische Aktivität der kognitive Bereich gefördert werden. Gartentherapie ist eine wichtige Stimulation in der Erinnerungsarbeit. Natur fördert zeitliche, räumliche und situative Orientierung.

Gartentherapie kann in verschiedenen Umgebungen indoor und outdoor stattfinden. Dazu zählen Krankenhäuser, Pflegeheime, Rehabilitationszentren, psychische Gesundheitseinrichtungen, Inklusionskindergärten und Schulen, Einrichtungen für Menschen mit Behinderungen in unterschiedlichen Altersgruppen sowie Gefängnisse.

► Der Gartentherapiestammtisch „Grüner Zirkel“ hat in seinen Aktionstagen einen wichtigen Grundstein gesetzt, um dieses Berufsbild bekannter zu machen.

Viele positive Rückmeldungen haben wir gehört. „Toll, dass es Sie gibt, weiter so. Wir brauchen Sie!“ Es gibt auch immer mehr Ausbildungsstellen, Weiterbildungsmöglichkeiten und Fortbildungen für diesen therapeutischen Bereich. Bleiben Sie neugierig!

Ruth Wetzel

Foto: © Ruth Wetzel



### Literaturempfehlung:

Wetzel, R. (2024): Was mit Demenz noch alles geht – personenzentrierte Aktivierung Schritt für Schritt. 2. Auflage. München: Ernst Reinhardt-Verlag.

[www.gruen-hilft-heilen.info](http://www.gruen-hilft-heilen.info)

### Gartentherapie – Aus- und Weiterbildung:

Institut für Gärten und Therapie

[www.gaerten-helfen-leben.org](http://www.gaerten-helfen-leben.org)

Institut für Naturheilkunde – Gartentherapie

[www.heilpraktikerschule-erfurt.de/gartentherapie](http://www.heilpraktikerschule-erfurt.de/gartentherapie)

Europäische Akademie EAG/FPI

Weiterbildung Gartentherapie und

Landschaftspflege

[www.eag-fpi.de](http://www.eag-fpi.de)

Akademie für Gartentherapie (AGaThe) am

Wangeliner Garter MV

[www.ausbildung-gartentherapie.de](http://www.ausbildung-gartentherapie.de)

Der Dritte Frühling, Ulrike Kreutzer (Dipl.-Ing. FH)

Gärten für Menschen mit Demenz

[www.drittefruehling.de](http://www.drittefruehling.de)

Garten und Therapie – Susanne Büssenschütt

Gartentherapie: Senioren blühen auf

[www.gartenundtherapie.de](http://www.gartenundtherapie.de)

Neue Wege GuG – Christa Ringkamp

[www.neue-wege-gug.de](http://www.neue-wege-gug.de)

Diakonisches Institut für Soziale Berufe

„Grüne Pflege“ – Anwender (m/w/d) für

naturgestützte Interventionen für Menschen

mit Demenz – Dornstadt (In Kooperation mit der Gesellschaft für Gartenbau und Therapie GGUT)

[www.diakonisches-Institut.de](http://www.diakonisches-Institut.de)

### Die Autorinnen:



#### Anne Hahnenstein

Dipl.-Ing. Gartenbau  
Unterstützerin von  
„Grün hilft heilen“

### Stichwörter:

- Gartentherapie
- Methodik
- Demenz
- Sinnespfad
- Aromen



#### Stefanie Hermann

Dipl.-Ing. Architektin & Garten-  
therapeutin nach IGGT  
Mitglied der Architektenkammer  
Bayern  
Martermühle 1A  
85617 Aßling  
[gartenfueralle@googlemail.com](mailto:gartenfueralle@googlemail.com)  
[www.gartenfueralle.de](http://www.gartenfueralle.de)  
[https://de.wikipedia.org/wiki/  
Erfahrungsfeld\\_zur\\_Entfaltung\\_  
der\\_Sinne](https://de.wikipedia.org/wiki/Erfahrungsfeld_zur_Entfaltung_der_Sinne)



#### Jutta Schofer

Dozentin in der Fort- und  
Weiterbildung,  
Gerontopsychiatrische Fachkraft,  
Fachfrau für Wickel und Auflagen,  
Aromachologin  
Multiplikatorin des Demenz  
Balance-Modells  
Bodelschwingweg 30  
89081 Dornstadt  
[jschofer@diakonisches-institut.de](mailto:jschofer@diakonisches-institut.de)



#### Angelika Ulrich

zert. Gartentherapeutin n. IGGT  
Sandbrunnenweg 6  
86925 Fuchstal  
[kleinegartenwerkstatt@gmail.com](mailto:kleinegartenwerkstatt@gmail.com)  
[www.kleinegartenwerkstatt.de](http://www.kleinegartenwerkstatt.de)



#### Ruth Wetzel

Altentherapeutin, Gerontopsy-  
chiatrische Fachkraft,  
Referentin für Generationen- und  
Altenarbeit, Fachbuchautorin  
88481 Balzheim  
[ruthwetzel@gmx.de](mailto:ruthwetzel@gmx.de)  
[www.ruthwetzel.de](http://www.ruthwetzel.de)  
instagram #wetzelruth



#### Bärbel Zirkel

Floristmeisterin und zertifizierte  
Gartentherapeutin  
Alfred-Schmidt-Straße 22  
81379 München  
[www.gruener-zirkel.de](http://www.gruener-zirkel.de)