

„Das Leben beginnt an dem Tag, an dem wir einen Garten anlegen“ chin. Sprichwort

Dieses häufig zitierte chinesische Sprichwort, das den unschätzbaren Wert des Gartens in wenigen Worten auszudrücken vermag, bekommt im Zusammenhang mit Demenz nochmal eine ganz andere Intensität. Denn in einem Garten können Menschen mit Demenz das erfahren, was in anderen Bereichen ihres Lebens vielleicht nicht mehr möglich ist wie Selbständigkeit, Orientierungsfähigkeit, Lebensfreude, Wohlgefühl, Genuss, Erinnern, fähig sein oder Beziehungen knüpfen.

Dazu brauchen wir keine Gärten neu designen oder sogenannte „Demenzgärten“ entwickeln. Sondern lediglich das ansprechen und beantworten, was tief in uns verankert ist: Die Liebe und Wertschätzung für die Natur. Auch Menschen mit Demenz wollen nach Lagerfeuer riechen und mit nackten Füßen durch die Wiese laufen; sie wollen sich immer noch an Pflanzendüften berauschen oder in der Erde buddeln. Für mich ist es eine große Freude, Gärten für Menschen mit Demenz zu gestalten, die all das ermöglichen. Selbst in Altenheimen oder Pflegeeinrichtungen!

Für meine Arbeit habe ich folgende Gestaltungsgrundsätze entwickelt:

Die Gestaltung von Gärten für Menschen mit Demenz verfolgt im Wesentlichen das Ziel, Aktivität und Teilhabe zu ermöglichen. Gesundheit, insbesondere psychische Gesundheit, steht in engem Zusammenhang mit der Fähigkeit, sich selbst in unterschiedlichen Systemen als selbstbestimmt handelnde Person zu erleben, deren Handeln auch Auswirkungen hat.

Aktivität und Teilhabe

Der Garten soll einen Ort darstellen, in dem Menschen mit Demenz die Möglichkeiten haben zu handeln. Sie sollen Pflanzen und Situationen vorfinden, die zur Aktivität einladen und Erfolge guter Pflege und Handhabung direkt wahrnehmbar machen. Ein Garten ermöglicht nicht nur das Erlebnis wirksamen Handelns und gärtnerischen Tuns, sondern lädt auch dazu ein, an alte Fähigkeiten und Erfahrungen anzuknüpfen, ohne selbst aktiv zu werden. Im Garten können und sollen alle ihre Ideen, Anregungen und Meinungen einbringen und so das alltägliche Geschehen mitgestalten.

Auf der Ebene der Teilhabe soll der Garten ein breites Spektrum an Kommunikations- und Handlungsimpulsen liefern, denn beides sind Voraussetzungen für soziale Kontakte. Es müssen zum Beispiel Absprachen getroffen werden, wie die Gemüsebeete bepflanzt werden oder wer die Blumen gießt. Gemeinsames Tun erfordert und trainiert unter anderem Respekt, Anerkennung, Toleranz und Kritik. Der Garten ist ein altvertrautes Medium und ein Übungsfeld für ein alltägliches Miteinander. Den Garten zu besuchen oder aktiv zu nutzen, soll ein fester Bestandteil der Alltagsgestaltung sein und im Garten Erlebtes und Gelebtes soll wiederum auf die Alltagssituation übertragen werden können.

Strukturierter Tagesablauf und natürlicher Rhythmus

Weiterhin soll der Garten zu jeder Jahreszeit einen strukturierten Tagesablauf fördern und unterstützen. Durch das Erleben des Wechsels der Jahreszeiten sollen alle Beteiligten die Möglichkeit haben, den natürlichen Rhythmus der Natur hautnah zu erfahren, um den eigenen Rhythmus zu stärken und zu unterstützen.

Barrierefrei und sicher

Grundsätze der Gestaltung sind Barrierefreiheit und ein Höchstmaß an Sicherheit. Durch eine entsprechende Wegeführung soll der Garten Raum für Selbstständigkeit bieten und Möglichkeiten schaffen, sich barrierefrei bewegen zu können. Gleichzeitig sollen typische Gestaltungselemente der Region als wichtiger Bestandteil von Identifikation mit Heimat und Zuhause in ihrer Eigenschaft wahrnehmbar bleiben. Innerhalb dieses sicheren Systems soll der Garten Orientierungsfähigkeiten

stärken, zur Berührung einladen und sinnliches Erleben fördern. Er wird eine Fülle an vielfältigen, nie überfordernden Sinnesanregungen bieten, die eine Steigerung der Lebensqualität bedeuten. Der Garten soll zu spontaner Aktivität anstiften und ebenso zu Ruhe und Rückzug einladen.

All meine Erfahrung und Wissen, meine Freude und Leidenschaft für diese Arbeit, durfte ich in Magdeburg mit Euch teilen. Danke!

Viele Grüße

Ulrike Kreuzer Dipl. Ing. Gartenbau/ Gartentherapeutin

www.drittefruehling.de

kreuer@drittefruehling.de

Meine Bücher:

https://www.reinhardt-verlag.de/55258_kreuer_gartenjahr_fuer_menschen_demenz/

<https://www.haupt.ch/buecher/natur-garten/gartengestaltung-fuer-menschen-mit-demenz.html>