

# Mehr Lebensqualität

**Das Forschungsprojekt «Therapeutische Gärten für Alterszentren – Ansätze zur Gestaltung und Nutzung von geriatrischen Aussenräumen» wurde Ende Februar 2005 nach zwei Jahren Projektzeit abgeschlossen. Die Erkenntnisse, die in dieser Zeit gemacht wurden, sind in einem ausführlichen Abschlussbericht zusammengefasst und werden hier kurz dargestellt.\***

Text + Bilder:  
**Regina Hoffmann**, Hochschule Wädenswil

Das Projekt ist eine Zusammenarbeit der Hochschulen für Soziale Arbeit Zürich (HSSAZ), Rapperswil, Abteilung Landschaftsarchitektur (HSR), und Wädenswil, Abteilung Umwelt und Natürliche Ressourcen (HSW, UNR), und dem Alterszentrum Gibeleich in Opfikon. Zielsetzung des Projektes war es, die Aufenthaltsdauer von Betagten im Garten des Alterszentrums zu erhöhen und damit die Lebensqualität der Bewohner/innen durch eigenaktive, therapeutische und pflegerische Nutzung des Gartens zu erhalten oder sogar zu verbessern.

Von Januar bis April 2004 wurde der Alterszentrumsgarten Gibeleich nach den Wünschen und Bedürfnissen der Bewohner/innen sowie der Mitarbeitenden und nach vielen diskussionsreichen Sitzungen umgestaltet. Die Kernbereiche des «neuen» Gartens bilden:

- ein Flaniergarten mit verschiedenen Sitznischen
- ein Nutzgarten mit Heilkräutern und Beeren
- ein «Freiluft-Therapiezimmer» mit Holzhochbeet.

## Bewertung des «neuen» Gartens

Aufgrund von Interviews und Beobachtungen durch die Hochschule für Soziale Arbeit Zürich vor und nach der Umgestaltung des Gartens können genaue Angaben über den «Mehrwert» der neuen Anlage gemacht werden. Die Bewohner/innen wie auch die Mitarbeitenden des Alterszentrums bewerteten den umgestalteten Garten mehrheitlich als äusserst positiv. Das gesamte Gartenareal hat in der Wahrnehmung eine deutliche Aufwertung erfahren.

## ● Vegetation

Die Vielfalt, Natürlichkeit und Schönheit der Blumen werden begrusst; besonders

geschätzt werden die vielen Pflanzen, die man von früher her kennt. Einzelne kritische Stimmen bemängeln das Fehlen von kräftig blühenden, stabilen Blumen wie z.B. Dahlien und grosse Rosensträucher. Letztere sind zwar gesetzt worden, jedoch im ersten Jahr noch nicht ausreichend entwickelt, um wirklich wahrgenommen zu werden.

## ● Bauliche Elemente

Das neue Wegenetz mit dem rollstuhlgängigen Belag wird von allen Befragten als grosser Gewinn bezeichnet, da ihnen nun alle Gartenareale zugänglich sind. Einzig der Rasenweg im Nutzgarten ist mit Rollstuhl wie auch mit Rollator schwierig zu bewältigen. Dieser wurde nun neu eingesät, es konnten zum Zeitpunkt der Interviews jedoch noch keine Beurteilungen abgegeben werden.

Der Flaniergarten kann als eigentliches «Highlight» des neuen Gartens bezeichnet werden. Dort wird wirklich flaniert, man trifft sich am Abend, Gespräche werden geführt, es wird beobachtet, man ist dabei. Noch nicht optimal gelöst ist ein

kleiner Bereich, der vor allem in der Mittagszeit zu wenig Schatten hat und dadurch zu wenig genutzt werden kann.

Der Nutzgarten mit Heilkräutern und Beeren wird gerade für demente Bewohner/innen als sehr wertvoll erachtet. Denn Geschmacks- und Geruchssinn lassen auch demente Personen noch an früher erinnern. Gewünscht wird jedoch in diesem Gartenbereich ein noch breiteres Sortiment an Schnittblumen, da diese die Möglichkeit für viele weitere therapeutische Aktivitäten bieten.

Das so genannte Freiluft-Therapiezimmer kann noch nicht in allen Teilen befriedigen, da es zu wenig beschattet ist und die neu gepflanzte Hecke noch zu wenig Schutz bietet, als dass dieses von Seiten der Aktivierung genutzt werden kann. Ein Sonnensegel und zusätzlich gepflanzte Sträucher sollen für die kommende Saison diese Mängel beheben. Hingegen wird das Hochbeet bezüglich Ausstattung, Grösse und Erdvolumen, aber auch bezüglich der Zugänglichkeit und aufgrund der psychosozialen Auswirkungen als sehr positiv bewertet. Die



**Übersichtsplan  
des Alterszentrums  
Gibeleich  
(Planung HSR).**

Betagten zeigen Interesse daran, es verleitet sie, innezuhalten, zu riechen, zu zapfen.

## Aktivierungstherapie im Garten

Die Aktivierungstherapie bietet den Betagten in Heimen trotz altersbedingten Einschränkungen die Möglichkeit, sich aktiv an ihrer Lebensgestaltung zu beteiligen. Bisher beschränkte sich das aktivierungstherapeutische Arbeiten nur auf den Innenbereich. Der neu umgestaltete Garten des Alterszentrums Gibeleich ermöglicht aktivierungstherapeutische Einheiten spezifisch mit Pflanzen, und diese können nun auch im Garten durchgeführt werden.

Innerhalb dieses Projektes wurden in Zusammenarbeit mit einer Dozentin der Schule für Aktivierungstherapie Burgdorf (ats) und unter Einbezug der Aktivie-

ken ist hier jedoch, dass die Pflegemaßnahmen am Hochbeet nur punktuell an Bewohner/innen abgegeben werden können und diese ansonsten in den Händen der Aktivierungsfachfrauen lag. Auch waren die Gehölze und Stauden im ersten Jahr noch nicht in einer Üppigkeit vorhanden, sodass man bei den Thematischen Rundgängen sowie bei der Verarbeitung von Heilpflanzen noch nicht aus dem Vollen schöpfen konnte.

Für die drei Therapieeinheiten wurde im Rahmen des Projektes ein Leitfaden («Leitfaden für das aktivierungstherapeutische Arbeiten mit Pflanzen in Alterszentren») erstellt. Dieser wird bis zum Sommer 2005 in der Schriftenreihe UNR der HSW veröffentlicht. Zum gleichen Thema wird ab Frühjahr 2006 in Zusammenarbeit mit der Schule für Aktivierungstherapie Burg-

demente Bewohner/innen erkannten manche Blumen. Der Duft von Blüten und Kräutern wurde in die Arbeit einbezogen. Gemeinsame Spaziergänge wurden durchgeführt, wobei Erinnerungen an eigene Gärten geweckt und Rezepte mit Wild- und Kulturpflanzen ausgetauscht wurden.

## Gartenunterhalt

Der Pflegeaufwand für die umgestaltete Anlage wurde nach den «Richtpreisen VSG 2003» neu berechnet. Der berechnete Aufwand hat sich nach der Umgestaltung gegenüber dem Aufwand vorher um knapp 40 Prozent erhöht.

Damit die Pflege für die neue Anlage gewährleistet ist, wurden die Zuständigkeiten klarer geregelt und eine Broschüre «Gartenunterhalt-Pflegehinweise» erstellt.



**Pflanzenvielfalt aus Bekanntem und Neuem.**



**Das neue Hochbeet ist ein beliebter Treffpunkt.**

rungsfachfrauen des Alterszentrums Gibeleich drei aktivierungstherapeutische Einheiten für den Aussenbereich geplant und während der Vegetationsperiode 2004 im Alterszentrum Gibeleich getestet. Diese drei Einheiten sind:

- Arbeiten am Hochbeet
- thematische (pflanzen-spezifische) Rundgänge
- Verarbeitung von Heilpflanzen.

Eine Schulung zu allen Therapieeinheiten wurde für die Mitarbeitenden des Alterszentrums vorgängig durchgeführt. Insgesamt kann von Seiten der Betagten, wie auch der Aktivierungsfachfrauen nach dem ersten Testlauf eine positive Bilanz über die drei Therapieeinheiten gezogen werden. Die Bewohner/innen zeigten sich interessiert, teilweise auch kritisch, was jedoch immer zu Diskussionen anregte. Es bildeten sich z.B. neue Beziehungskonstellationen mit dem Hochbeet als gemeinsames Gesprächsthema. Zu bemer-

ken ist hier jedoch, dass die Pflegemaßnahmen am Hochbeet nur punktuell an Bewohner/innen abgegeben werden können und diese ansonsten in den Händen der Aktivierungsfachfrauen lag. Auch waren die Gehölze und Stauden im ersten Jahr noch nicht in einer Üppigkeit vorhanden, sodass man bei den Thematischen Rundgängen sowie bei der Verarbeitung von Heilpflanzen noch nicht aus dem Vollen schöpfen konnte.

## Aktivierende Pflege draussen

Aktivierende Pflege spielt für die Lebensqualität eine entscheidende Rolle. Da sich der Aktionsradius der Betagten altersbedingt enorm einschränkt, kann das Gartenareal eines Heimes enorme Reize bieten.

Nach der Umgestaltung wurde der vorher in der Pflege kaum genutzte Garten viel häufiger und intensiver in die tägliche Arbeit einbezogen. Alle Bereiche – motorisch, kognitiv, sensorisch, sozial und emotional – der Betagten werden im Garten angesprochen. Die Bewohner/innen nutzten die gesamte Anlage zum täglichen Flanieren und Spazieren. Auch erfolgte das Gehtraining leichter im Garten. Blumen für die eigene Vase wurden gepflückt. Man entdeckte altbekannte Pflanzen, jedoch auch Neues, über das man mit anderen fachsimpeln konnte. Selbst leicht

Darin werden sämtliche anfallenden Arbeiten in einem zeitlichen Überblick aufgelistet und spezielle Pflegeeingriffe, z.B. bei Beeren und Stauden, separat und ausführlich erläutert.

## Fazit

Der umgestaltete Garten motiviert die Betagten, nach draussen zu gehen und nach einer anstrengenden Zeit wieder aufzutanken und frische Kraft zu schöpfen. Der Garten bietet vielfältigen Gesprächsstoff für Bewohner/innen untereinander, mit Mitarbeitenden und Angehörigen. Grundsätzlich wird der Garten im Vergleich zu früher häufiger genutzt; für die Betagten sowie für die Mitarbeitenden stellt er eine Bereicherung für die Lebensqualität im täglichen Arbeitsablauf dar. ■

\* Ein erster Artikel mit Erläuterungen zu Hintergründen, Zielsetzung des Projektes, Projektinhalt und zeitlichem Ablauf erschien bereits in g'plus 24/2004.