wohnzeitung, Nr. 3, September 2004

Pilotprojekt eines therapeutischen Gartens im Alterszentrum Gibeleich in Opfikon

Ein Garten, in dem auch Betagte aufblühen

■ Robert Hansen

Bis anhin war die Beschäftigungstherapie in schweizer Gärten weit gehend unbekannt. Im Rahmen eines Pilotprojektes ist im «Gibeleich» ein Garten entstanden, der speziell auf die Bedürfnisse eines Alterszentrums ausgerichtet ist. Die Grünflächen haben das ganze Jahr über etwas zu bieten und werden zu einem beliebten Treffpunkt für Alt und Jung.

Pflegeleichte Pflanzen wie die Traubenhyazinthe erhöhen den Aufwand im Garten nur unwesentlich. Fotos: roh

Neben den Erdbeerpflanzen wächst Holunder. «Einige Senioren haben mich schon gefragt, ob wir nicht einmal Holunderbowle daraus machen könnten», sagt Aktivierungstherapeutin Beatrice Kunz und schmunzelt. Zu Getränken verarbeitet werden sicher die Zitronenmelisseblätter. «Die Küche profitiert von Tee und Kräutern und mit einer Apothekerin verarbeiten wir einige Heilkräuter wie Kamille oder Medizinrhabarber zu Salben und Tinkturen.» Ringelblumen, Mohn und Kornblumen erfreuen das Auge.
Und die vom Weg gut erreichbare Himbeerhecke trägt bald Früchte. Viele Bewohnerinnen wünschten sich auch Brombeeren und Johannisbeeren. Andere Gäste zieht eine Wildhecke an: in ihr nisten sich Vögel und Insekten ein. Dass der Garten im Alterszentrum Gibeleich einen solchen Artenreichtum aufweist, ist kein Zufall. Aus den Grünflächen ist mit viel Liebe zum Detail und Fachwissen ein prachtvoller Garten entstanden – ein Therapiegarten. Das Pilotprojekt mit Vorbildcharakter ist nach mehrjähriger Vorarbeit jetzt eingeweiht worden. Die Beteiligten sind mit dem Resultat sehr zufrieden: «Therapeutische Gärten existieren in Kontinentaleuropa praktisch nicht», sagt Projektleiterin Renata Schneiter von der Hochschule Wädenswil. «Die Aktivierung im Garten ist neu in der Schweiz. Aktivierungstherapie war bisher auf den Innenbereich beschränkt. Das ganze soll Signalwirkung haben und eine Breitenwirkung entfalten.» Und Beatrice Kunz freut sich auf die Arbeit im Garten: «Nun haben wir Freiluft-therapiezimmer.»

Spezielle Bedürfnisse

«Ein Grossteil der Anlagen in Altenheimen unterscheidet sich nicht von anderen öffentlichen Anlagen. Die

Betagten halten sich selten im Aussenbereich auf. Im Garten fehlt die Privatsphäre und es gibt zu wenig Schatten», erklärt Renata Schneiter. Das war früher auch im Gibeleich so. Zwar wurde 1998 ein neuer Garten eingerichtet, jedoch ohne die Bedürfnisse der Bewohnerinnen und Bewohner einzubeziehen. Das war vor diesem Umbau ganz anders: Drei Fachhochschulen machten sich an die Planung (siehe Beitrag auf Seite 5). «Wir haben keine unnötig pflegeintensiven Pflanzen eingesetzt. Dieser Garten ist nicht viel aufwändiger, aber farbiger. Zudem hat er Nischen, Rückzugsmöglichkeiten und beschattete Plätze.
Er ist mit 1500 bis 2000 Quadratmetern relativ klein, hat aber ein gutes Potenzial für einen Heilkräutergarten, Nutzpflanzen, einen Erlebnisgarten und einen Therapiegarten», sagt Renata Schneiter.
Beatrice Kunz hat bereits während der Gestaltungsphase gute Erfahrungen gemacht: «Die Betagten waren sehr interessiert und beobachteten die Arbeiten genau. Eine Frau hat ihr Zimmer kaum mehr verlassen. Jetzt ist sie praktisch jeden Tag mit ihrem Rollstuhl unterwegs und macht auch Gehtraining. Die Leute bewegen sich wieder, das hat auch einen Einfluss auf die sozialen Netze. Es kommen vermehrt Besucher, der Garten wird zu einer Art Drehscheibe», erzählt sie. «Jeder reagiert auf etwas anderes, seien dies Farben, Formen oder Düfte. Die Leute sind wacher und aufmerksamer. Sie schauen, was im Garten wächst. Viele kennen die Namen der Pflanzen, manche gar den lateinischen. Die Menschen sind plötzlich nicht mehr nur Empfänger von Hilfe, sondern sie geben etwas zurück, indem sie über die Pflanzen sprechen und ihr Wissen weitergeben.» Das sei sehr wertvoll für alle – zudem habe sie sich schon oft belehren lassen. «Ich weiss heute viel mehr über Pflanzen als früher.»
Ähnliche Erfahrungen hat auch Renata Schneiter gemacht: «Das Maiglöckchen ist eine Erinnerungspflanze. Über diese Blume gibt es viele Gedichte und Lieder – wie auch der Bärlauch Jugenderinnerungen weckt.»

Was kommt hier aus dem Boden? Renata Schneiter, Damian Meienhofer und Beatrice Kunz während eines Gartenrundganges im Frühling.

Neue Impulse für das Team

Angetan von diesem Projekt ist auch Heimleiter Damian Meienhofer: «Betagtengerecht geht viel weiter als behindertengerecht. Vor 10 bis 15 Jahren glaubte man noch, dass Betagte ein eigenes Gärtchen pflegen wollen. Das wird heute hinterfragt. Die Betagten sind körperlich meist nicht mehr in der Lage, einen Garten zu bewirtschaften. Die passive Nutzung steht eindeutig im Vordergrund. Die Leute wollen keine Verantwortung mehr übernehmen.»
Ziele sind, die Lebensqualität zu erhöhen und alle Ebenen der Menschen anzusprechen, zu erhalten und gar zu verbessern. Der nahe Aussenraum ist zudem der einzige Ort, der selbstständig erlebt werden kann. An einem Gemüsehochbeet (darüber wird eine Semesterarbeit geschrieben) können die Betagten sogar aktiv werden und müssen sich nicht mühsam bücken, um zu pflanzen – und zu ernten. Jetzt wird untersucht, wie häufig der Garten besucht wird und welche Erfahrungen damit verbunden sind.
«Die Anforderungen an die Leute, die den Garten pflegen, sind gestiegen. Wir unterstützen sie, organisierten Weiterbildungen und erstellen einen Pflegeplan», sagt Renata Schneiter. «Wir waren auch an einem Weiterbildungstag in Wädenswil. Das war für uns alle sehr eindrücklich. Diese Leute haben einen Bezug zu Pflanzen wie wir zu den Betagten», erzählt Damian Meienhofer beeindruckt. «Anfängliche Ängste, wie sich Akademiker und Hilfspfleger finden, wurden zerstreut. Sie sprechen alle die selbe Sprache.» Umgekehrt konnte auch ein Team der Hochschule einige Tage im Alterszentrum verbringen und bei der täglichen Arbeit des Pflegepersonals mithelfen. «Auch ich habe viel gelernt und diese Erfahrungen sind für mich wertvoll. Mein Kontakt zu Betagten wurde intensiviert, Berührungsängste wurden abgebaut. Die alten Menschen haben mir sehr viel gegeben. Ich habe erfahren, wie schön die Arbeit mit ihnen ist», sagt Renata Schneiter. Ihr Fazit ist deshalb vorbehaltlos positiv: «Dieses Projekt ist uns ans Herzen gewachsen.» ■

Drei Hochschulen arbeiten interdisziplinär an einem Projekt

Die Entstehung des Therapiegartens

■ Robert Hansen

Erstmals wird in der Schweiz das Thema «therapeutische Gärten» wissenschaftlich angegangen.

In den Zürcher Altersheimen Breitlen, Gibeleich und Sandbühl wurde in den Jahren 2001/02, eine Vorprojektstudie lanciert. «Eine Umweltpsychologin ermittelte, welche Beziehung die Betagten früher zum Garten hatten und welche Wünsche sie heute an einen Garten stellen», erzählt Projektleiterin Renata Schneiter, Dozentin an der Hochschule Wädenswil. 20 von 21 Befragten attestierten einen nahen Bezug zur Natur. Bis auf eine Ausnahme wuchsen alle in ländlicher Umgebung auf. Die Familien kultivierten einen Küchengarten, der insbesondere während des zweiten Weltkrieges Nahrungsquelle war. Als Erwachsene hatten wiederum alle bis auf eine Person einen eigenen Garten. Die Arbeit darin war für viele ein willkommener Ausgleich und mit grosser Freude verbunden. Beim Eintritt in das Altersheim gaben jedoch alle bis auf eine Befragte die Gartenarbeit auf. Eine Identifikation mit dem Garten der Institutionen fand nicht statt. In den Gesprächen wurde jedoch von den meisten der Wunsch geäussert, mit Hilfe des Personals sich vermehrt im Garten aufhalten zu können.

Auch das Pflegepersonal wurde befragt. Dabei kam zum Ausdruck, dass die Gärten zu offen sind, die Betagten somit ausgesetzt wären und sich die Aussenbereiche nicht eignen würden für Therapieformen. Die Aktivierungstherapeutinnen bekundeten allerdings klar den Wunsch, auch die Gartenflächen für ihre Arbeit nutzen zu können.

«Die Studie hat gezeigt, dass therapeutische Gärten ein grosses Bedürfnis darstellen und die Betagten den Garten auch nutzen wollen», lautet das Fazit von Renata Schneiter. Bestandesaufnahme, Grundlagenarbeit und Planung begannen vergangenes Jahr. Erstmals arbeiten nun drei Fachhochschulen für ein Projekt interdisziplinär zusammen. Die Hochschule für soziale Arbeit Zürich beschäftigt sich mit dem Sollzustand, der Begleitung und der Evaluation. Die Landschaftsarchitekten der Hochschule für Technik in Rapperswil sind für die Umgebungsarbeiten verantwortlich. Die Hochschule Wädenswil nimmt sich der Bepflanzung, dem Pflanzplan und dem Gartenmanagement an. Der Leitfaden für die Aktivierung wird zudem zusammen mit der Schule für Aktivierungstherapie in Burgdorf erarbeitet.

450 000 Franken Investitionskosten

Ende Februar wurde mit der baulichen Umsetzung auf dem Gelände begonnen. Aus dem 1970 gegründeten Gibeleichfonds (durch Legate und Spenden finanziert, durch die Fürsorgedirektion der Stadt Opfikon verwaltet) wurden 120 000 Franken für Umsetzung, Planung und Entwicklung gesprochen. Die Age-Stiftung und der Bund bezahlen die restlichen Projektkosten, die sich auf insgesamt 430 000 bis 450 000 Franken belaufen.

Die Blumenpracht lockt ins Freie. Foto: roh

Am 3. Juli wurde der Therapiegarten feierlich eingeweiht. Das Projekt dauert bis Ende 2005. «Es ist uns ein grosses Anliegen, dass es dann nicht einfach zu Ende ist, sondern die Kontakte weiter bestehen», sagt Trudi Beck, Dozentin an der Hochschule für soziale Arbeit in Zürich. «Der Gestaltung der Aussenräume wird oft zu wenig Beachtung geschenkt. Das Potenzial wird in der Regel nicht ausgeschöpft. Insbesondere bei Kinderheimen wäre die Gestaltung der Aussenräume wichtig», sagt Trudi Beck. 2005 wird das Gibeleich-Projekt ausgewertet und ein Leitfaden erarbeitet. ■