

Gartenclub –

ein generationenübergreifendes Projekt





Inhalt

Ausgangslage

Ziele

- Gartentherapie
- Intergenerative Aspekte

Konzept

- Gartentherapie
- Intergenerativ
- Bauliche Umsetzung und das Pflanzenkonzept
- Finanzierung

Praxis

- Rückblick auf das erste halbe Jahr
- Herausforderungen

Wirkung

Empfehlung

Fazit und Ausblick

Buchtipps

Impressum

Ausgangslage

Im Jahr 2008 wurde aus dem selten genutzten und etwas verwilderten Garten hinter dem Haus das Projekt des Flaniergartens umgesetzt. Die Flächen strukturierte man durch Wege, Handläufer und Sitzbänke wurden montiert und eine Pergola eingerichtet. Dieser wurde und wird an schönen Tagen häufig genutzt: sei dies für kleinere Veranstaltung oder für die Aktivierungstherapie, aber auch eigenständig von

den Bewohner/innen als Begegnungsort. Trotz des Umbaus und der vorgenommenen Strukturierung standen noch immer viele Flächen leer und die Nutzung des Gartens war gering. Dieser Zustand war doch bedauerlich, da es sich um eine sehr schöne Anlage handelt und viel mehr daraus gemacht werden könnte.

Auf der Suche nach einem adäquaten Thema für die Diplomarbeit (Führungsausbildung) der Leitung Betreuung und Pflege, Frau Annett Forker, entwickelte sich die Idee eines Gartenclubs. In der sinnvollen und therapeutischen Nutzung von Aussenräumen für Senioren oder Demenzkranke wurde in den letzten zehn Jahren viel geforscht und erste Erfahrungen und Empfehlungen wurden publiziert. Beim Studieren der Fachliteratur und den ersten gesammelten Erfahrungen in Altenheimen schien der Flaniergarten ein geeigneter Ort zu

Das moderne Altersheim Herzogenmühle liegt im multikulturellen Schwamendingen und gehört zu den 27 Altersheimen der Stadt Zürich. Es verfügt über 65 Einzelzimmer, 4 Ehepaarzimmer und 5 Studios. Die meisten der Zimmer haben einen Balkon und die Zimmer sind sehr hell und komfortabel. Die Eigenständigkeit, Selbstbestimmung und Unabhängigkeit der Bewohner/innen ist ein wichtiges Anliegen und soll ihnen die Möglichkeit geben, sich zu Hause zu fühlen. So verfügen alle über persönliche Schlüssel, Briefkästen, bringen ihre eigenen Möbel mit und wer mag, kann selber waschen, reinigen oder das Frühstück oder Abendessen selber zubereiten. Anliegen und Bedürfnisse können dem Heimrat mitgeteilt werden, welcher diese mit der Heimleitung diskutiert. Das öffentliche Restaurant und die öffentlichen Veranstaltungen sind ein wichtiger Treffpunkt im Quartier geworden.

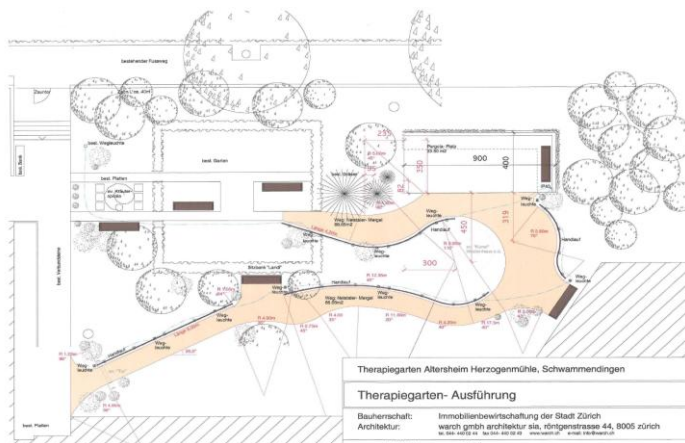


sein, diese Idee umzusetzen und die Idee der Gartentherapie und eines Gartenclubs war geboren.

Vor dem Flaniergarten



Grundriss Flaniergarten



Mit Flaniergarten



Flaniergarten mit Hochbeet (Gartenclub)





Ziele

Die Ziele des Gartenclubs, im Altersheim Herzogenmühle, unterscheiden sich von anderen Gartenprojekten in Altersheimen der Stadt Zürich, da es nebst der Gartentherapie und seinen positiven Auswirkungen auf die Bewohner/innen auch einen intergenerativen Charakter hat, der aus therapeutischer und sozialwissenschaftlicher Sicht genau so interessant erscheint.

Gartentherapie

Per Definition ist Gartentherapie „ein geplanter und zielorientierter Prozess, bei dem weitergebildete Fachkräfte pflanzen- und gartenorientierte Aktivitäten und Erlebnisse nutzen, um das soziale, psychische und körperliche Wohlbefinden und die Lebensqualität von Menschen zu erhalten und zu fördern“ (Praxisbuch Gartentherapie von Andreas Niepel und Thomas Pfister, Schulz-Kirchner Verlag: 2010, Seite 17.). Wie sehen nun die Ziele aus, die sich der Gartenclub des Altersheims Herzogenmühle konkret für die Gartentherapie vorgenommen hat:

Sinngiebende Aktivität: Gartenarbeit kennen viele Bewohner/innen noch von ihrem eigenen Garten. Der Garten diene zum einen als Erholungsort und zum anderen, gerade in vergangener Zeit, als Notwendigkeit zur Selbstversorgung. Etwas zu erarbeiten, zu hegen und zu pflegen und schlussendlich zu ernten und weiterzuverarbeiten schafft und gibt Sinn.

Anregung der Sinne: Die Gartentherapie bietet die Möglichkeit, alle Sinne anzuregen. Gerade das Taktile sowie der Geruchs- und Geschmackssinn werden aktiv eingesetzt. So braucht es zum jäten, schneiden der Pflanzen oder giessen physische Kraft. Die vielen Kräuter regen den Geruchssinn an, welcher wiederum am stärksten mit unseren Erinnerungen verknüpft ist. Die geernteten Produkte werden selber weiter verarbeitet und der Garten-

club bietet die Möglichkeit diese Erzeugnisse auch zu genießen.



Förderung von Ressourcen: Aus den beiden ersten Zielen geht hervor, dass damit die vorhandenen Ressourcen genutzt werden, mit dem Ziel diese zu erhalten und Defizite zu kompensieren. Auch die geistigen Ressourcen, vor allem das Gedächtnis, werden gefördert. Durch den Austausch von Kenntnissen über Pflanzen wurde altes Wissen abgerufen und Neues kommt dazu.





Soziale Kontakte: Der Gartenclub schafft es auf unkomplizierte und einfache Art die Kommunikation und den sozialen Kontakt unter den Bewohner/innen herzustellen und / oder zu vertiefen. Vorurteile gegenüber anderen Bewohner/innen können abgebaut werden und ein Gemeinschaftsgefühl entsteht. Der Alterseinsamkeit oder gar Depression kann damit ein Stück vorgebeugt werden. Durch den Kontakt zu den Kindern und der gemeinsamen Aktivität entstehen neue Begegnungen und Gespräche und ist für beide eine Lebensbereicherung.

Schaffen von Strukturen: Der wöchentlich durchgeführte Gartenclub schafft inhaltliche wie zeitliche Struktur. Gerade im hohen Alter hilft eine Struktur den Alltag sinnvoll zu gestalten.

Intergenerative Aspekte

Generationenprojekte sind im Trend und werden von verschiedenen Organisationen und Institutionen gefördert, auch vom Altersheim Herzogenmühle. Man hat erkannt, dass für beide, Jung und Alt, ein grosser Gewinn darin liegt. Die positiven Resultate anderer Projekte, wie beispielsweise „Pa-

tengrosseltern“ oder „Generationen im Klassenzimmer“ der Pro Senectute oder das generationenübergreifende Theaterprojekt 2010/2011 in unserer Institution unter der fachkundigen Anleitung von Maya Burri-Wenger, Kindergärtnerin und Quartierspräsidentin Zürich-Schwamendingen, sprechen für sich und waren sicherlich ein Grund dafür, diesen Aspekt auch in die Gartentherapie / den Gartenclub zu integrieren.

Dass wir damit das Thema der Zeit getroffen haben, zeigt auch den Fokus der Europäischen Union für das 2012. Die EU widmet sich nächstes Jahr dem Thema des aktiven Alterns und der Solidarität zwischen den Generationen (European Year for Active Ageing and Solidarity between the generations 2012).

Mit welchem Ziel wurde nun der Gartenclub generationenübergreifend geplant:

Verbindender Charakter: Das gemeinsame Arbeiten im Garten und das gemeinsame Herstellen von Produkten aus den geernteten Erzeugnissen verbindet. Man ist stolz darauf, gemeinsam etwas erarbeitet zu haben.





Voneinander Lernen: Es wird zusammen geredet, gelacht und jeder profitiert und lernt vom andern auf unterschiedliche Art und Weise. Die Seniorinnen werden von der Unbeschwertheit der Kinder angesteckt und die Kinder schöpfen aus dem reichen Erfahrungsschatz der Seniorinnen. Gerade im Bereich der Flora und Fauna weiss die ältere Generation sehr viel und die Kinder können davon reichlich profitieren.

Verständnis für das Alter: Aus der Sicht der Altersarbeit soll intergeneratives Arbeiten zudem einen positiven Input auf die Entwicklung des Kindes haben und damit das Verständnis über das „Alt sein“ früh fördern.

Konzept

Gartentherapie

Wie die Definition schon sagt, ist Gartentherapie ein klar definierter und zielorientierter Prozess. Dafür muss eine Strategie, ein Konzept festgelegt werden. Wie wird dieses im Altersheim Herzogenmühle umgesetzt?

Für jeden Mittwoch Nachmittag wird ein Programm festgelegt, welches mit bestimmten Zielen verbunden ist. (z.B. Sirup herstellen, Heilkräuterkunde, etc.)

Am Ende jedes Gartenclubs wird der Nachmittag ausgewertet. Es wird besprochen, was in der nächsten Woche gemacht werden soll. Dies dient zum einen dazu den Gartenclub zu optimieren und die Zielerreichung zu überprüfen. Andererseits trägt die Auswertung dazu bei den Gartenclub der folgenden Woche vorzubereiten.

Die Zeitdauer von zwei Stunden scheint aus der heutigen Sicht ideal zu sein. Gerade für die älteren Teilnehmer/innen kann eine längere Aktivität zu einer Belastung führen.

Die Gruppengrösse inkl. Kinder ist auf maximal zehn Personen festgelegt. Im Normalfall sind dies vier Kinder und fünf bis sechs Erwachsene pro Nachmittag. Insgesamt beteiligen sich jedoch neun Seniorin-

nen am Gartenclub, wobei aber nie alle dabei sein können.

Um ein optimales Arbeiten zu gewährleisten, Bedarf es auch einen eigenen Raum für den Gartenclub. Zum einen dient dieser als Vorbereitungs- und Lagerraum, zum anderen findet dort jedoch auch der Gartenclub statt. Gerade wenn die Witterungsverhältnisse schlecht sind, wird der Gartenclub nach drinnen verlegt und ein Alternativprogramm wird angeboten.

Zur Betreuung der Seniorinnen und der Kinder stehen vier Personen zur Verfügung, was einem Betreuungsschlüssel von 1 zu 3 entspricht. Als externe Fachperson stand Thomas Pfister, Gartentherapeut zur Verfügung sowie jeweils eine Erzieherin für die Betreuung der Kinder. Intern übernahm die Verantwortliche des Gartenclubs sowie eine Freiwillige Mitarbeiterin diese Aufgabe.

Intergenerativ

Der intergenerative Charakter stellte eine Herausforderung für die Planung und Umsetzung dar, wie Thomas Pfister, Gartentherapeut feststellt. Gerade die Vorbereitung sei intensiver gewesen, da jeweils ein spezielles Programm, auch mit spielerischen Elementen eingebaut werden musste. Die Kinder führen vor allem Tätigkeiten wie giessen und pflücken aus und als Rahmen wurden beispielsweise Ratespiele integriert. So mussten sie an einem Nachmittag die getrockneten Kräuter den frischen Kräutern zuordnen. Insgesamt waren sieben Kinder im Alter von vier Jahren am Gartenclub beteiligt. Da die Gruppengrösse auf vier Kinder beschränkt war, wechselten sich diese jeweils ab, so dass jedes Kind alle zwei Wochen dabei sein konnte.

Der Kinderhort stellt jeweils eine Erzieherin zur Verfügung. Diese ist und bleibt auch im Gartenclub verantwortlich (Aufsichtspflicht) für die Kinder. Diese Verantwortung wird nicht vom Altersheim Herzogenmühle übernommen. Es können jeweils 4 Kinder am Gartenclub teilnehmen. Sind es mehr,



wird die Gruppe zu gross und es kann nicht mehr zielorientiert gearbeitet werden oder die Gruppe muss in zwei Gruppen unterteilt werden.

Bauliche Umsetzung und das Pflanzenkonzept

Durch die Inbetriebnahme des Flaniergartens stand ein grosser Teil der Infrastruktur bereits zur Verfügung. **Wegnetze** für Rollatoren und Rollstühle, **Handläufer** sowie ein **sonnengeschützter Sitzplatz** wurden bereits im 2008 umgesetzt. Es stellte sich jedoch heraus, dass der Sonnenschutz unzureichend war. Deshalb wurden zwei grosse bewegliche Sonnenschirme angeschafft. Nun ging es an die Überlegung, wo die Hochbeete installiert werden sollen, wie viele, sich Gedanken über Höhe, Breite, Tiefe zu machen und aus welchem Material sie sein sollen sowie die Bearbeitung des noch naturbelassenen Bodens stand zur Debatte. Parallel dazu entstand ein Pflanzenkonzept.



Hochbeete

Der Entscheid, Hochbeete zu verwenden, fiel sehr schnell. Diese weisen doch sehr viele Vorteile auf, gerade auch in Bezug auf die Beteiligten des Gartenclubs und wurden in anderen Institutionen bereits eingesetzt und getestet. Der grösste Vorteil liegt darin, dass für ältere Menschen ein mühsames Arbeiten am Boden entfällt. Bezüglich Modelle finden sich verschiedene Ausführungen, die gängigsten sind jedoch Kasten- und Tischhochbeete. Als Materialien werden vor allem Holz, Aluminium oder Naturstein verwendet.

Im Altersheim Herzogenmühle entschieden wir uns für Hochbeete mit einer **Höhe von 60 cm**, da diese für die Senioren/innen aber auch für die Kinder optimal erschienen und sich nach einem halben Jahr Erfahrung auch bestätigte. Vom Typ her entschieden wir uns für ein Hochbeet aus **Naturstein**. Der ausgewählte Tessiner Granitmauerstein ist zwar relativ teuer, jedoch langlebiger und robuster gegen Witterungseinflüsse. Auch passt der Tessiner Granitmauerstein optisch vorzüglich in den Flaniergarten. Durch den breiten Naturstein können sich die Senioren/innen auf den Rand des Hochbeetes setzen, welcher

somit als optimale Sitzgelegenheit dient. Gegenüber dem Tischhochbeet hat die Ausführung in Kastenform auch den Vorteil, dass mit dem Rollstuhl direkt herangefahren werden kann und nichts im Weg steht. Andererseits können Tischhochbeete mit dem Rollstuhl direkt unterfahren werden, was vorteilhaft ist. Dafür sei, wie Thomas Pfister feststellt, die kleine Substrattiefe von ca. 25 cm bei Tischhochbeeten zum Teil etwas problematisch.



Pflanzenkonzept

Wichtig erscheint dabei zu sein, dass bereits am Anfang des Projekts genaue Vorstellungen darüber bestehen, was in den Hochbeeten angepflanzt werden soll. Einerseits ist dies für die Art und Anzahl der Hochbeete erforderlich, andererseits auch für die Weiterverarbeitung (wenn dies gewünscht) sowie für die Pflanzenpflege notwendig. Also Fragen wie, was kann mit den Pflanzen gemacht werden, eignen sie sich zur Weiterverarbeitung und die Hege und Pflege durch die Senioren und die Kinder, sollten zentrale Überlegungen sein und nicht zuletzt - erreichen wir damit unsere Zielsetzung?

Erstellen einer Pflanzenliste: Um den einleitenden Überlegungen gerecht zu werden, braucht es eine Pflanzenliste. Diese ist unter folgenden Aspekten zu erstellen:

Sollen die Pflanzen nützlich sein?

Sollen sie nach ästhetischen Aspekten ausgesucht werden (z. B. Farbigekeit, Formen, Grösse)?

Sollen sie vor allem gut riechen und somit vor allem Kräuter angepflanzt werden?

Das Altersheim Herzogenmühle entschied sich basierend auf der Idee von Thomas Pfister und ausgehend vom geschlossenen **Kreislauf des Säens, Erntens und Verarbeitens**, für nützliche Pflanzen, wie Kräuter- und Heilpflanzen, die zu unterschiedlichen Produkten weiterverarbeitet werden können. Gerade für ältere Menschen ist es wichtig, dass sie einen Nutzen darin sehen und die Pflanzen weiterver-

beitet oder verwendet werden können. Somit wurden Pflanzen und Kräuter angepflanzt, welche sich für die Herstellung von **Tees, Sirup, Kräutersalz, Suppengrün und Handcrèmes** eignen.

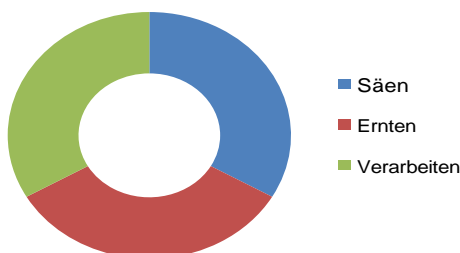
Erstellen eines Bepflanzungs- und Pflegeplans: Beim Erstellen der Pflanzenliste werden automatisch Fragen der Pflege relevant. Wir legten dabei grossen Wert darauf, dass alles von den Bewohner/innen und Kindern ausgeführt werden kann. Der Kreislauf des Säens, Erntens und Verarbeitens soll auch hier geschlossen sein. Der Bepflanzungs- und Pflegeplan wurde vom Gartentherapeuten und der Verantwortlichen des Gartenclubs erstellt. Dafür ist Wissen, Erfahrung und eine gewisse Affinität notwendig.

Bei der Erstellung der Pflanzenliste und vor allem zur Weiterverarbeitung dieser, erscheinen noch zwei weitere Punkte relevant:

Zukaufen: Für viele der Erzeugnisse muss noch Material dazugekauft werden. Beispielsweise Gemüse für das Suppengemüse, Streuer für das Kräutersalz, Sirupflaschen, Zusatzstoffe für die Handcrème, usw. Einerseits bedeutet dies, dass hier nochmals Kosten entstehen und andererseits, dass eine gute Organisation und Planung der Verantwortlichen gefragt ist.

Ressourcen: Viele der Produkte müssen zugekauft werden oder für die Teilnehmer/innen des Gartenclubs vorbereitet werden. Die dafür benötigten zeitlichen Ressourcen müssen eingerechnet werden. Nebst der Verantwortlichen für den Gartenclub konnten wir dafür eine freiwillige Mitarbeiterin gewinnen. Sie ist dabei eine sehr grosse Unterstützung.

Kreislauf



Informationstafeln: Sämtliche Kräuter und Pflanzen sind beschriftet. Somit haben auch die eher unkundigen Teilnehmer/innen des Gartenclubs eine Chance diese richtig zuerkennen, aber auch für Andere ist dies immer wieder spannend.



Finanzierung

Die baulichen Investitionen, welche für die Umsetzung des Gartenprojektes notwendig waren sowie die Begleitung und Unterstützung der ersten sechs Monate durch den Gartentherapeuten, Thomas Pfister liefen auf Kosten hinaus, welche durch das Altersheim alleine nicht getragen werden konnten. Die Arbeit von Thomas Pfister finanzierte dann auch Altersheime der Stadt Zürich.

Die Aufgabe bestand nun darin Finanzierungsquellen in Form von Stiftungen zu finden, welche das Projekt unterstützen. Die Age Stiftung konnte als Hauptsponsor gewonnen werden.

In den Tabellen sind nur die Hauptposten aufgeführt. Dazu kommt immer viel Verbrauchsmaterial und „Kleinkram“ dazu wie Schürzen, Material für die herzustellenden Produkte, etc.

Sachaufwand:

Kleinmauersteine (Hochbeete)	Ca. 4700.--
Hochbeete	Ca. 10'000.--
Planierung (Bodenplatten)	Ca. 3500.--
Erde / Humus	Ca. 700.--
Pflanzen	Ca. 500.--
Werkzeuge	Ca. 500.--
Biotop	Ca. 13'500

In der Herzogenmühle haben wir zusätzlich noch ein Biotop mit Teichpumpe erstellen lassen. Die Kosten belaufen sich hierbei auf zirka 13'500.—. Anfangs wurde ein Brunnen favorisiert. Wegen den hohen Transportkosten, schafften wir jedoch ein Biotop an. Das Wasser hat eine beruhigende Wirkung auf die Bewohner/innen und einen positiven Einfluss auf Flora und Fauna. Das Biotop ist heute ein Anziehungspunkt der Bewohner/innen des Altersheims.

Personalaufwand:

Wer	Was	Stunden
Gartentherapeut (dipl. Psychologe und Gartentherapeut)	Gesamtaufwand April-Oktober (mit Vorbereitung)	3h/ Woche
Verantwortliche Gartenclub (dipl. Pflegefachfrau mit Zusatzausbildung in der Gartentherapie)	Aufwand pro Woche (mit Vor- und Nachbereitung)	3h/ Woche
Hauswart	Bodenplatten legen, Maurerarbeiten	7h



Praxis

Rückblick auf das erste halbe Jahr

Erfahrungsbericht von Martha Hug, Verantwortliche Gartenclub

Matha Hug, Diplomierte Pflegefachfrau und interne Verantwortliche für den Gartenclub blickt gerne auf das erste halbe Jahr zurück: „Was von den einen vorerst zaghaft angegangen wurde, entwickelte sich zum wöchentlichen Vergnügen, welches sie ungern missten, zum Beispiel während der Ferienzeit. Thomas Pfister versteht es vorbildlich, einzelne Persönlichkeiten im Zusammenwirken zu integrieren, einander zu akzeptieren und somit eine sinnvolle Gemeinschaft zu schaffen. Von Überforderung ist kaum die Rede. Vielmehr werden die Teilnehmer/innen herausgefordert, ihre Hemmungen zu verlieren und sich etwas zuzutrauen im Handeln und beim Kommunizieren. Gespannt warten sie auf die Gestaltung der Lektion, welche innerhalb einem geplanten Rahmen abläuft und für jedes Mitglied gewinnbringend ist. Es wird auf das Ziel hin gearbeitet, das den Teilnehmern die gepflanzten 21 Heilpflanzen bekannt werden. Auf verschiedene Arten wie Quiz, Bilder, Pflanzen in frischem oder getrocknetem Zustand, hergestellte Produkte, werden Aussehen, Wirkung, Duft und Verarbeitung diskutiert und verinnerlicht. Das Zusammensein wird jeweils aufgelockert durch Geschichten, Erlebnisse und einem passenden Zvieri in froher Stimmung.“

Herausforderungen

Wie jedes neue Projekt, muss sich auch der Gartenclub mit Herausforderungen auseinandersetzen.

Kontinuität: Wie jeder Verein lebt auch der Gartenclub von seinen aktiven Teilnehmer/innen und deren Verbindlichkeit. Kontinuität schafft Stabilität und Vertrauen unter den Heimbewohner/innen sowie den Kindern und die Auswirkungen auf das Zusammenleben und das Gemeinschafts-

gefühl sind durchaus positiv zu werten. In diesem halben Jahr Gartenclub hatten wir doch einige Wechsel, gerade im Kinderhort durch den Übertritt in den Kindergarten, Wechsel bei den Erzieherinnen aber auch, wenn auch selten, bei den Bewohner/innen. Dies erfordert immer wieder ein Anpassen an eine neue Situation und an neue Personen. Seitens der Verantwortlichen erfordert es eine ständige Flexibilität und Dynamik.

Körperliche Verfassung: Der wechselnde Gesundheitszustand der Bewohner/innen ist Alltag. So kann es dann doch auch vorkommen, dass an einem Nachmittag einige nicht dabei sein können. Auch hier sind die Verantwortlichen mit einer spontanen Programmänderung oder vermehrter praktischer Hilfe ihrerseits gefordert. Zum Alltag eines Altersheimes gehört auch der Austritt eines Bewohners in Folge eines Todes. Durch die Nähe der einzelnen Teilneh-



mer/innen löst dies Trauer und Betroffenheit in der Gruppe aus. Auch den Kindern muss dies erklärt werden. Diese Situation kann schon einmal bedeuten, dass die Stimmung an einem Gartenclub – Nachmittag bedrückt ist und man nicht so motiviert ist. Andererseits ist dies aber auch beste Trauerbewältigung: Man teilt die Trauer über den Verlust eines Teilnehmers zusammen, spricht darüber und baut sich gegenseitig wieder auf.



.....

Nachmittagsprogramm: Die Planung des Gartenclubs unterscheidet sich von anderen bestehenden Gartenclubs, da es sich um eine heterogene Gruppe handelt. Die Herausforderung ein Programm für Kinder vor dem Kindergartenalter (ca. 4 Jährig) und Senioren zusammenzustellen, war und bleibt gross, denn es erfordert viel Kreativität und Personalressourcen. Das Team musste also ein Programm zusammenstellen, in welchem alle zum Zug kommen.

Angst: Ich und Gartenarbeit? Kann ich das noch? Ist das nicht zu streng? Was muss ich da können? Viele Bewohner/innen hatten bedenken und viele Fragen zum Gartenclub, gerade was die körperliche Verfasstheit betrifft aber auch betreffend der möglichen Anforderungen, welche an sie gestellt werden könnten. Hier gilt es die Ängste im Vorfeld abzubauen.

Wirkung

Ansteckend: Der Gartenclub hat eine ansteckende Wirkung auf die Bewohner/innen, welche nicht Teil des Clubs sind. Der Garten wird mehr genutzt, man ist neugierig, möchte schauen was angepflanzt wurde und fragt bei den Teilnehmern nach, was damit gemacht wird.

Interesse und Neugierde: Zum einen löste der Gartenclub Interesse und Neugierde bei den Bewohner/innen des Altersheimes aus. Andererseits stiess das Projekt bei Angehörigen, Quartierbewohnern und nicht zuletzt auch der Medien auf Interesse. Die Idee, gerade auch mit dem Einbezug von Vorschulkindern, wurde sehr gelobt und als sinngebend gesehen. Das Echo ist durchwegs positiv.

Gruppenzugehörigkeit: Die Dynamik und Gruppenzugehörigkeit unter den Teilnehmer/innen wurde gesteigert. Zusammen etwas erarbeiten und zusammen das Erarbeitete zu geniessen, förderte das Zugehörigkeitsgefühl in der Gruppe.

Motivation und Stolz: Nicht nur das Zugehörigkeitsgefühl steigerte sich, auch die Motivation, die Freude und das Gefühl, auf sich stolz sein zu dürfen. Die Teilnehmer/innen waren stets voller Elan und freuten sich auf den Mittwoch Nachmittag. Es löste ein Gefühl des Stolzes aus: auf das, was man mit den vorhandenen Ressourcen

noch alles erreichen kann und nicht zuletzt sind die Teilnehmer/innen stolz darauf, dass sie ihre Produkte am Bazar präsentieren und verkaufen konnten.



Empfehlung

Vorinformation: Thomas Pfister, Gartentherapeut sowie das interne zuständige Team für den Gartenclub führten bereits ein halbes Jahr vor dem Start eine Informationsveranstaltung durch. Einerseits mit dem Ziel die Idee und das Konzept vorzustellen, andererseits aber auch den vielen Ängsten und Fragen entgegenzuwirken.

Ressourcen: Ein Gartenclub, wie er im Altersheim Herzogenmühle durchgeführt wird, benötigt eine Menge an Ressourcen. Zum einen müssen finanzielle Mittel sowie der Personalaufwand budgetiert werden, welche die Mittwoch Nachmittage abdecken. Andererseits gilt es auch die fachspezifischen Ressourcen von Mitarbeitern, Freiwilligen Mitarbeitern oder auch Zivildienstleistenden zu nutzen. So konnten wir eine Freiwillige Mitarbeiter gewinnen, wel-

cher jeweils am Mittwoch nachmittag mit-
hilft, aber auch in der Vor- und Nachbear-
beitung dabei ist und dort viele Arbeiten
und Botengänge übernimmt. Es gibt doch
auch feinmotorische Arbeiten, welche we-
der von den Kindern noch von den Senio-
ren übernommen werden können. Diese
werden oft von der Freiwilligen Mitarbei-
terin oder von den Zivildienstleistenden
übernommen. Grundsätzlich kann gesagt
werden, dass alle Ressourcen intern für die
Unterstützung genutzt werden sollen.



Konstanz und Kontinuität: Um eine Kon-
stanz und Kontinuität des Gartenclubs zu
gewährleisten, braucht es Mitarbei-
ter/innen und Erzieher/innen, welche sich
selber gerne im Garten und in der Natur
aufhalten, sich gerne mit Flora und Garten
auseinandersetzen und Spass an „hand-
werklichen“ Tätigkeiten und Gartenarbeit
haben. Die Erfahrung hat gezeigt, dass
nicht einfach „irgendein/e“ Mitarbeiter/in
und Erzieher/in eingesetzt werden kann,
weil es gerade planmässig passt. Sie müs-
sen davon begeistert sein. Auch konnte im
ersten halben Jahres festgestellt werden,
dass es sinnvoll ist, dass immer die glei-
chen Mitarbeiter/innen dabei sind und sie
an diesem Nachmittag „nur“ für den Gar-
tenclub eingeteilt sind und zur Verfügung
stehen. Dies macht es nicht nur für die
Verantwortlichen einfacher, sondern auch
für die eingesetzten Mitarbeiter/innen: sie
wissen mit der Zeit, wie etwas funktioniert

und vor allem, sie bauen mit den Teilneh-
mern eine Vertrauensbasis auf.

Sonnenschutz: Auch wenn sich dies et-
was banal anhört, liegt es bei den Verant-
wortlichen darauf zu achten, dass die Teil-
nehmer/innen, Senioren wie Kinder, genug
mit Sonnenschutz ausgestattet sind. Es ist
darauf zu achten, dass alle mit Sonnenc-
rème und Kopfbedeckung bedacht sind.
Straht die Sonne direkt auf die Hochbeete,
macht es Sinn dort Sonnenschirme für den
Gartenclub aufzustellen.

Allergien: Im Vorfeld gilt es bei den Senio-
ren und den Kindern abzuklären, ob und
welche Allergien bestehen. Gerade bei
Allergien gegen Bienen- und Wespenstiche
müssen die Verantwortlichen darüber Be-
scheid wissen um schnell und korrekt rea-
gieren zu können.

Fazit und Ausblick

Der Gartenclub wird vom Altersheim, wie
auch von den Teilnehmenden auf ganzer
Linie als Erfolg gewertet. Nebst der Be-
schäftigung sowie der Förderung und Er-
haltung der noch vorhandenen kognitiven
und (fein-)motorischen Ressourcen, stellte
sich das entstandene Zusammengehörig-
keitsgefühls als grosser Gewinn heraus.
Die Teilnehmer/innen sehen sich als Teil
der „Gartenfamilie“. In der Zwischenzeit
verstarben zwei Teilnehmerinnen. Dieser
Verlust konnte gemeinsam getragen wer-
den und bereits konnten zwei Bewoh-
ner/innen für den Gartenclub gewonnen
werden.

Die Mundpropaganda im Haus ist sehr
gross. Dies führt dazu, dass zur Zeit sei-
tens des Hauses nicht aktiv nach Teilneh-
mer/innen gesucht werden muss. Der Gar-
tenclub wird als etwas sehr attraktives ge-
sehen, da er einerseits keine schwere Ar-
beit beinhaltet und andererseits alle, auch
Personen mit körperlicher Beeinträchti-
gung, daran teilnehmen können.

Seit Beginn haben wir einiges den Bedürfnissen der Teilnehmer/innen angepasst und im 2012 wird der Gartenclub noch weiterentwickelt.

Anfangs pflanzen wir den Gartenclub von Mai bis Oktober durchzuführen. Auf Wunsch der Teilnehmenden wird dieser nun auch in der kalten Jahreszeit jeweils einmal pro Monat angeboten. In den Wintermonaten sieht das Programm natürlich etwas anders aus und es findet drinnen statt. So haben die Teilnehmenden im Dezember und Januar zusammen Vogelhäuschen gebastelt, mit Kernen bestückt und im Garten aufgehängt.

Herr Pfister übernimmt auch im 2012 die Betreuung des Gartenclubs. Er nutzt dabei gleich die Gelegenheit Praktikanten in der Ausbildung in Gartentherapie bei uns auszubilden.

Während den Frühlings- und Sommermonaten wird auch die Kinderkrippe wieder mit dabei sein. Zusätzlich suchen wir eine weitere Kinderkrippe, welche auch nach den Sommerferien, also während den Herbstmonaten, vielleicht sogar Wintermonaten, Teil des Gartenclubs sein wird.



Buchtipps

Lehrbuch Gartentherapie Grundlagen - Praxis - Forschung

Renata Schneider-Ulmann

Erschienen bei Huber Hans, Mai 2010

Praxisbuch Gartentherapie

Umfasst Programme aus den Bereichen Gärtnerisches Handwerk, Pflanzenverwendung und Floristik sowie Arbeitsbücher und weitere Materialien

Andreas Niepel, Thomas Pfister

Erschienen bei Schulz-Kirchner Verlag GmbH, Juni 2010

Impressum

Redaktion:

Katharina Pinggera, Altersheim Herzogenmühle mit Unterstützung von Martha Hug, Annett Forker und Thomas Pfister

Fotos:

Warch GmbH, Altersheim Herzogenmühle, Martha Hug, Thomas Pfister