

Ulrike Kreuer

# **Gartengestaltung für Menschen mit Demenz**

Ein Praxisbuch für den Alltag

Haupt Verlag

## Inhaltsverzeichnis

Vorwort.....	7
Einleitung .....	9

### Gestaltungsgrundsätze für Gärten für Menschen mit Demenz

Aktivität und Teilhabe .....	10
Strukturierter Tagesablauf und natürlicher Rhythmus .....	10
Barrierefrei und sicher .....	11

### Erste Projektwoche

Der alte Herr, der auf der Straße steht .....	13
Wie man den Ausgang in den Garten findet .....	27
Frau Baumann tanzt Walzer .....	27
Frau Kunze, die Klavierlehrerin .....	29
Von der Idee zum fertigen Garten .....	35
Gelbe Vielfalt an den Wänden .....	43
Tür an Tür mit Frau Winter .....	47
Zwischen Blechkuchen und Rollatoren .....	51
Frau Vogel und die Laubenpieper .....	53
Wie den Angehörigen der Garten schmeckt .....	55
Frau Schneiders und die Gartenpflege .....	57
Herr Seidel und der Duft der Rosen .....	61
Verirrt auf den Etagen .....	63
Monika, die mütterliche Präsenz, und Tim, der junge Pfleger .....	65
Alle an die Arbeit, mal mehr und mal weniger .....	67
Herr Arnold lässt die Muskeln spielen .....	69
Frau Baumann flanieret auf Gartenwegen .....	71
Herr Blume, unser Friedhofsgärtner .....	71
Frau Bauer in den Runkelrüben .....	73
Frau Winter unterm Sternenhimmel .....	77
Frau Sommer schaut uns schweigend zu .....	79
Frau Nowak liebt die Sonnenbräune .....	81

### Zweite Projektwoche

Ein Zeltplatz im Garten .....	85
Herr Schubert und der Spediteur .....	85
Frau Bauer und ihr Ordnungssinn .....	87
Ein Duffrasen für St. Elisabeth .....	89

Die selbsternannten Vorarbeiter .....	91
Das Leben nach dem Abendessen .....	93
Vom Gewitter überrascht .....	95
Frau Krüger im Gewittersturm .....	97
Wie die Farben von Pflanzen Frau Baumann zum Singen bringen .....	101
Frau Zehnpfennig, die Camperin mit Leib und Seele .....	105
Herr Pfeiffer führt die Oberaufsicht .....	109
Herr Schubert war der Milchfuhrmann .....	111
Gartenlust geht alle an .....	111
Der Neue von der Kaiserstraße .....	113

### Dritte Projektwoche

Frau Vogel lässt das Gießen sein .....	115
Apfelbäume pflanzen für besondere Menschen .....	115
Herr Schaller präsentiert den Spaten .....	121
Herr Pfeiffer leitet Baumaßnahmen .....	123
Herr Pietsche und der Dauerlauf .....	125
Dem Wasser auf der Spur .....	127
Frau Yilmaz fegt das Laub der Bäume .....	129
Die Herren aus der zweiten Reihe .....	131
Frau Zwetkow schaufelt Rindenmulch .....	133
Frau Bölter flechtet Weidenzäune .....	135
Herr Blume und ein Feierabendbierchen .....	139
Stangenbohnen, die alten Bekannten .....	139
Mit den Händen in der Erde .....	147
Sitzbänke müssen sein .....	147
Gefeiert wird immer .....	148
Die Lust am Leben bleibt .....	149

### Hintergrundwissen

Erinnerung wecken und Identität stärken .....	156
Selbständigkeit fördern und Orientierung geben .....	160
Beziehungen gestalten und Kontakte knüpfen .....	167
Aktivität erhalten und Fähigkeiten leben .....	172
Gesundheit fördern und Wohlbefinden erfahren .....	176
Offizielle Liste giftiger Pflanzen .....	182
Adressen und Bezugsquellen .....	185
Literaturverzeichnis .....	190
Bildnachweis .....	190

## Praxistipps

Geruchstraining . . . . .	12	Salbe aus Ringelblumen . . . . .	74
Abmessungen von barrierefreien Wegen . .	14	Auswahl nachtduftender Pflanzen für alle, die nachts unterwegs sind. . . . .	76
Wegebaumaterial für barrierefreie Wege .	14	Blumenwiese oder Blumenrasen . . . . .	78
Gestalten mit Duftpflanzen – Grundlagen .	16	Liegestühle im Garten. . . . .	82
Duftende Blüten im Jahreslauf . . . . .	16	Das Quartier kommt zu uns . . . . .	84
Wirkung von Pflanzendüften . . . . .	18	Vom Topf ins Beet – Förderung der körperlichen Mobilität . . . . .	86
Tiere im Garten . . . . .	20	Duffrasen und andere duftende Gartenelemente . . . . .	88
Geräusche des Gartens . . . . .	22	Der HapTisch . . . . .	92
Gestaltung der Übergänge nach draußen	24	Stauden, Blumen, Knospen zupfen und rupfen . . . . .	94
Sitzplätze im Garten . . . . .	25	Wetterstation . . . . .	94
Ein Pfefferminzbeet neben der Küche . . . .	26	Wirkung von Farben . . . . .	96
Tanztee oder der Tanz unter den Linden . .	28	Farbleckse . . . . .	104
Zimmerpflanzen . . . . .	30	Mit Natursteinen gestalten . . . . .	106
Perspektivische Wahrnehmung . . . . .	32	Milieugestaltung . . . . .	108
Baumtagebuch – identitätsstiftende Baumchronik . . . . .	34	Die vier Jahreszeiten und der phänologische Kalender. . . . .	110
«Kuschelpflanzen» oder Stauden «begreifen». . . . .	36	Selbstwirksamkeit erfahren. . . . .	114
Pflanzen für die Pergola . . . . .	38	Naschen am Wegesrand . . . . .	116
Der Gartenzaun . . . . .	40	Die Werkgruppe . . . . .	118
Frühling im Garten . . . . .	42	Garten für bettlägerige Menschen . . . . .	120
Eyeatcher, Landmarken und geborgte Landschaft . . . . .	44	Einfache Tätigkeiten wirken aktivierend . .	122
Kontaktaufnahme – neurologischer Augen-Hand-Reflex. . . . .	46	Den Wegeverlauf planen . . . . .	124
Gemüsegarten oder Schrebergarten . . . .	48	Durch den Garten führen . . . . .	126
Schnittblumen aus dem Bauerngarten . . . .	50	Wasser im Garten . . . . .	128
Gestaltung eines Gartenmittelpunkts . . . .	52	Docking-Stationen . . . . .	130
Gartenräume . . . . .	54	Die zweite Reihe . . . . .	130
Werkzeugkauf . . . . .	54	Rindenmulch . . . . .	134
Unterhaltungspflege . . . . .	56	Gartentandem – das Ausputzen von Geranien . . . . .	136
Grünpflegekonzept – Strukturfindung . . . .	58	Sichtschutz oder Beeteinfassung aus Weidenruten . . . . .	138
Sichtachsen und optische Beziehung . . . .	66	Kartoffelanbau . . . . .	140
Gründung einer Gartengruppe. . . . .	68	Hochbeete, Tischbeete und unterfahrbare Hochbeete. . . . .	144
Geschlechtsspezifische Identifikation oder typische Männer- und Frauenarbeit. . . .	70		
Gestaltung von Gartenwegen und ihr Einfluss auf das Gehverhalten . . . . .	72		

## Vorwort

Ein Garten ist ein Schutzraum. Schon die Bezeichnung «Garten» verspricht Schutz. Sie ist aus dem indogermanischen *ghortos* hergeleitet, was so viel heißt wie «umfasster Raum». Das alte persische Wort *pairidaeza* versteht als Paradies einen «schönen eingezäunten Garten». In der Bibel wird der Garten Eden als abgegrenzt von der wilden Natur, als eigenständiger heiliger Bezirk beschrieben. Ein Garten schafft eine Grenze zum «wildem Außen».

Ein Garten gibt uns Orientierung. Mit altbekannten Blumen und Kräutern wirft er Anker aus, die wir wiedererkennen, die uns die Richtung weisen. Beispielsweise können wir uns im Jahresverlauf nach dem Blütezeitpunkt vieler Sträucher und Blumen richten: «Blühen die Pfingstrosen, ist der Sommer nicht mehr weit.» In einem Garten gehen wir niemals verloren. Alte Gartenformen lassen Lebenserinnerungen aufleben. Der Bauerngarten beispielsweise ist ein jahrhundertealtes Kulturgut und erzählt seine Geschichte, so wie jeder hier heimische Baum. Wie viele Menschen haben früher wohl schon unter einer Linde getanzt?

Ein Garten spielt mit den Sinnen. Die Vielfalt der Düfte ruft Erinnerungen wach. Wer hat nicht einen bestimmten Duft in der Nase, der ihn an die Kindheit erinnert? Pflanzen tragen dieses sinnliche Erleben. Sie sind Vermittler zwischen Mensch und Natur. Das Erinnerungsvermögen ist besonders eng mit Duftpflanzen verbunden. Düfte werden gemeinsam mit Erinnerungen gespeichert und diese an Gefühle gekoppelt. So ruft beispielsweise der Duft von Tannengrün oder Zimt genau die Gefühle hervor, die mit Erinnerungen an die Weihnachtszeit verbunden sind.

Ein Garten lädt zur Berührung ein. Die Haut als größtes Sinnesorgan genießt dort eine wahre Flut an Kontakten, sei es mit der Erde oder der Borke einer 100-jährigen Eiche. Alles im Garten will angefasst, ergriffen und ertastet werden. Millionen Tastkörperchen senden dem Gehirn dann unentwegt Informationen. Fühlt sich etwas hart oder weich an, feucht oder trocken? Ein Garten fordert uns auf, ihn zu «be-greifen».

Ein Garten stiftet Beziehungen. Menschen leben in Beziehung und Begegnung mit der Natur, der Grundlage allen Lebens. Im Garten trifft der Mensch auf ein vernetztes System von Menschen, Tieren und Pflanzen, von Klima, Wasser und Boden. Innerhalb dieses Systems verbindet der Garten den Menschen mit dem natürlichen Kreislauf von Werden und Vergehen.

Einen Garten zu beackern, macht stark. Gartenarbeit ist erlebte und erlernte Kompetenz, Heimat unmittelbarer und längerfristiger Erfolge. All diese Erfahrungen kommen nicht nur der einzelnen Person zugute, sondern auch der Gruppe, in der sie Interaktionen fördern.

Ein Garten ist ein wahres Übungsfeld für das Leben.



**Ulrike Kreuer** ist Gartenbauingenieurin und Gartentherapeutin, gelernte Gärtnerin für Obstbau, Ausbilderin im Garten und Landschaftsbau sowie Gartenplanerin und Projektentwicklerin. Seit 2003 ist sie spezialisiert auf die Planung und Entwicklung von therapeutisch wirksamen Gärten für Seniorinnen und Senioren und Inhaberin des Unternehmens «Der dritte Frühling – Gärten für Menschen mit Demenz».

Neben der projektbezogenen Arbeit ist sie Referentin für gartentherapeutische Weiterbildungen und sie leitet Workshops und Schulungen für Mitarbeitende und Führungskräfte in Altenhilfeeinrichtungen.

Umschlagabbildungen: vorne: © Ulrike Kreuer (oben), © Dieter Gaissmayer (unten); hinten: © Heinz Casper

Der Haupt Verlag wird vom Bundesamt für Kultur mit einem Strukturbeitrag für die Jahre 2016–2020 unterstützt.

1. Auflage: 2020

Diese Publikation ist in der Deutschen Nationalbibliografie verzeichnet. Mehr Informationen dazu finden Sie unter <http://dnb.dnb.de>

ISBN 978-3-258-08188-5

Alle Rechte vorbehalten.

Copyright © 2020 Haupt Bern

Jede Art der Vervielfältigung ohne Genehmigung des Verlages ist unzulässig.

Gedruckt in Deutschland

Gestaltung und Satz: Die Werkstatt Medien-Produktion GmbH, D-Göttingen  
Umschlaggestaltung: pooldesign, CH-Zürich

Lektorat: Claudia Huber, D-Erfurt

Fotografien: Ulrike Kreuer, wenn nicht anders angegeben.

Illustrationen: Gabriele Jung, D-Much

Wünschen Sie regelmäßig Informationen über unsere neuen Titel im Bereich Garten und Natur? Möchten Sie uns zu einem Buch ein Feedback geben? Haben Sie Anregungen für unser Programm? Dann besuchen Sie uns im Internet auf **[www.haupt.ch](http://www.haupt.ch)**. Dort finden Sie aktuelle Informationen zu unseren Neuerscheinungen und können unseren Newsletter abonnieren.