

Martina Föhn Christina Dietrich  
Herausgeberinnen

# Garten und Demenz

Gestaltung und Nutzung von Außenanlagen  
für Menschen mit Demenz



Martina Föhn / Christina Dietrich (Herausgeberinnen)  
**Garten und Demenz**



**Martina Föhn / Christina Dietrich (Hrsg.)**

# **Garten und Demenz**

**Gestaltung und Nutzung von Außenanlagen  
für Menschen mit Demenz**

Unter Mitarbeit von

Trudi Beck  
Christina Dietrich  
Sabrina Eberhart  
Martina Föhn  
Susanne Karn  
Claudia Leu  
Renata Schneider-Ulmann

Mit Geleitworten von

Dr. Garuth Chalfont und Prof. Renata Schneider-Ulmann

**Verlag Hans Huber**

**Martina Föhn (Hrsg.).** Martina Föhn ist Hortikulturingenieurin (Dipl. Ing. FH). Sie arbeitet seit 2000 als wissenschaftliche Mitarbeiterin an der Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften (ZHAW) in Wädenswil. Ihre Forschungsbereiche sind die «Pflanzenverwendung» und «Grün und Gesundheit».

**Christina Dietrich (Hrsg.).** Christina Dietrich ist Soziologin und arbeitet seit 2008 als wissenschaftliche Mitarbeiterin in der Abteilung Forschung und Entwicklung im Departement Soziale Arbeit der Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften (ZHAW) in Zürich.

**Lektorat:** Jürgen Georg, Anita Steininger, Dr. Susanne Lauri

**Herstellung:** Daniel Berger

**Umschlaggestaltung:** Claude Borer, Basel

**Satz:** punktgenau gmbh, Bühl

**Druck und buchbinderische Verarbeitung:** AZ Druck und Datentechnik GmbH, Kempten

Printed in Germany

#### *Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek*

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Angaben sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.



Dieses Werk, einschließlich aller seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtes ist ohne schriftliche Zustimmung des Verlages unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Kopien und Vervielfältigungen zu Lehr- und Unterrichtszwecken, Übersetzungen, Mikroverfilmungen sowie die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Die Verfasser haben größte Mühe darauf verwandt, dass die therapeutischen Angaben insbesondere von Medikamenten, ihre Dosierungen und Applikationen dem jeweiligen Wissensstand bei der Fertigstellung des Werkes entsprechen. Da jedoch die Pflege und die Medizin als Wissenschaften ständig im Fluss sind, da menschliche Irrtümer und Druckfehler nie völlig auszuschließen sind, übernimmt der Verlag für derartige Angaben keine Gewähr. Jeder Anwender ist daher dringend aufgefordert, alle Angaben in eigener Verantwortung auf ihre Richtigkeit zu überprüfen.

Die Wiedergabe von Gebrauchsnamen, Handelsnamen oder Warenbezeichnungen in diesem Werk berechtigt auch ohne besondere Kennzeichnung nicht zu der Annahme, dass solche Namen im Sinne der Warenzeichen-Markenschutz-Gesetzgebung als frei zu betrachten wären und daher von jedermann benutzt werden dürfen.

#### *Anregungen und Zuschriften bitte an:*

Verlag Hans Huber

Lektorat: Pflege

z.Hd.: Jürgen Georg

Länggass-Strasse 76

CH-3000 Bern 9

Tel: 0041 (0)31 300 4500

Fax: 0041 (0)31 300 4593

E-Mail: [juergen.georg@hanshuber.com](mailto:juergen.georg@hanshuber.com)

Internet: <http://verlag-hanshuber.com>

1. Auflage 2013

© 2013 by Verlag Hans Huber, Hogrefe AG, Bern

(E-Book-ISBN [PDF] 978-3-456-95168-3)

(E-Book-ISBN [EPUB] 978-3-456-75168-9)

ISBN 978-3-456-85168-6

# Inhaltsverzeichnis

	<b>Geleitwort</b> <i>Garuth Chalfont</i>	9
	<b>Geleitwort</b> <i>Renata Schneider-Ulmann</i>	13
	<b>Danksagung</b>	15
<b>1.</b>	<b>Einleitung</b>	
	<i>Trudi Beck, Susanne Karn</i>	17
1.1	Ziel und Inhalt des Leitfadens	18
1.2	Potenziale eines Gartens für Menschen mit Demenz – Erkenntnisse aus Forschung und Praxis zur Auswirkung auf das Wohlbefinden	18
<b>2.</b>	<b>Von der Philosophie der Institution zum Nutzungskonzept für den Garten</b>	
	<i>Trudi Beck, Susanne Karn</i>	21
2.1	Ziele für die Nutzungs- und Gestaltungsqualität des Gartens	21
2.2	Mögliche Inhalte eines Nutzungskonzeptes	22
<b>3.</b>	<b>Ansprüche an einen Garten aus Sicht der Nutzerinnen</b>	
	<i>Christina Dietrich, Sabrina Eberhart, Susanne Karn</i>	25
3.1	Bestand und Beurteilung der untersuchten Gärten	26
3.1.1	Evangelische Alterssiedlung Masans, Chur	26
3.1.2	Krankenheim Sonnweid, Wetzikon	28
3.1.3	Pflegeresidenz Bethesda, Küsnacht	30
3.1.4	Reußpark – Zentrum für Pflege und Betreuung, Niederwil	33
3.1.5	Tertianum Neutal, Berlingen	36
3.2	Thematische Analyse der Gärten	40
3.2.1	Was wird als gelungen angesehen?	40
3.2.2	Wünsche für Veränderungen	40
3.2.3	Problematische Faktoren für die Gartennutzung	40
3.2.4	Die Atmosphäre im Garten	41
3.2.5	Wichtige Elemente im Garten	41
3.2.6	Funktionalität	42
3.3	Zusammenfassung	43

#### 4. Gartenkonzepte und ihr Nutzen für demenzorientierte Einrichtungen

<i>Susanne Karn, Christina Dietrich</i>		45
4.1	Orientierung erleichtern	45
4.2	Erinnerung im Garten – kulturelle und biografische Bezüge herstellen	46
4.3	Sinnesgärten	48
4.4	Fazit Gartenkonzepte	49

#### 5. Empfehlungen zur Gestaltung von demenzorientierten Gärten

<i>Sabrina Eberhart, Claudia Leu</i>		51
5.1	Gestalterisches Gesamtkonzept	51
5.1.1	Grundsätzliches	51
5.1.2	Lage des Gartens	53
5.1.3	Teilräume	53
5.1.4	Barrierefreiheit	54
5.1.5	Dimensionierung	54
5.1.6	Topografie	55
5.2	Wege und Plätze	56
5.2.1	Wegführung	56
5.2.2	Materialisierung	57
5.2.3	Dimensionierung/Neigung	58
5.2.4	Randabschluss	58
5.2.5	Treppen und Rampen	58
5.2.6	Plätze	60
5.3	Ausstattung	62
5.3.1	Grundsätzliches	62
5.3.2	Möblierung	62
5.3.3	Beleuchtung	63
5.3.4	Handläufe	64
5.3.5	Gestaltungselemente	65
5.3.6	Wasser	66
5.3.7	Hochbeete	66
5.3.8	Lärm-, Wind- und Sonnenschutz	66
5.3.9	Gartentoilette	66
5.4	Grenzen und Ränder	68
5.4.1	Grundsätzliches	68
5.4.2	Einfriedung	68
5.4.3	Gebäude als Grenze	69
5.4.4	Grenzen innerhalb des Gartens	70
5.5	Zugänge	70
5.5.1	Zugänge Gebäude – Außenraum	70
5.5.2	Türen und Tore	70
5.6	Aussichten	72
5.6.1	Aussicht Garten – Umgebung	72
5.6.2	Aussichten innerhalb des Gartens	72
5.6.3	Aussicht Gebäude – Garten	73
5.7	Sicherheit	74
5.7.1	Grundsätzliches	74
5.7.2	Elemente mit Verletzungsgefahr	74
5.7.3	Pflanzen mit Gefahrenpotenzial	74
5.7.4	Wasserflächen	74

5.7.5	Natürliche Gefahren	74
5.7.6	Öffnungszeiten	75
5.8	Tiere	76
5.8.1	Wildtiere	76
5.8.2	Nutz- und Haustiere	76

## 6. Pflanzenauswahl

<i>Martina Föhn, Renata Schneider-Ulmann</i>		79
6.1	Sinnespflanzen	80
6.1.1	Wahrnehmung im Alter	80
6.1.2	Pflanzen für die visuelle Wahrnehmung	81
6.1.3	Pflanzen für die olfaktorische Wahrnehmung	85
6.1.4	Pflanzen für die gustatorische Wahrnehmung	88
6.1.5	Pflanzen für die taktil-haptische Wahrnehmung	89
6.1.6	Pflanzen für die auditive Wahrnehmung	92
6.2	Biografie-Pflanzen oder Reminiszenz-Pflanzen	92
6.3	Pflanzen für die räumliche Orientierung	93
6.4	Pflanzen für die zeitliche Orientierung	95
6.5	Nahrungs-, Heil- und andere Nutzpflanzen für die Gartentherapie	97
6.6	Risiko-Pflanzen	97
6.6.1	Giftpflanzen	97
6.6.2	Phototoxische und hautreizende Pflanzen	98
6.6.3	Weitere sicherheitsgefährdende Pflanzen	99
6.7	Pflanzenauswahl nach gärtnerischen Kriterien	99
6.8	Pflanzenauswahl nach ökonomischen Kriterien	99
6.9	Pflanzenauswahl nach ökologischen Kriterien	100
6.10	Zusammenfassung	102

## 7. Gartentherapie

<i>Martina Föhn</i>		105
7.1	Begriff Gartentherapie	105
7.2	Standardisierte Therapieprogramme	105
7.3	Zielformulierungen	105
7.4	Planen eines Gartentherapieprogramms	107
7.4.1	Anzahl, Dauer und Elemente der Therapieeinheiten	107
7.4.2	Infrastruktur und Materialien	110
7.5	Dokumentation und Evaluation	117
7.6	Zusammenfassung	118

## 8. Gartenunterhalt

<i>Martina Föhn</i>		119
---------------------	--	-----

## 9. Personelle Aspekte in der Betreuung

<i>Trudi Beck</i>		123
-------------------	--	-----

## 10. Checkliste Nutzung und Gestaltung

<i>Sabrina Eberhart, Claudia Leu</i>		125
--------------------------------------	--	-----

<b>Anhang</b>	137
<b>Glossar</b>	155
<b>Informationen zur ZHAW</b>	159
<b>Autorinnenverzeichnis</b>	163
<b>Verzeichnis deutscher Pflanzennamen</b>	167
<b>Verzeichnis botanischer Pflanzennamen</b>	171
<b>Sachwortverzeichnis</b>	175



# Geleitwort

## Der Demenzgarten: Ganz nett oder ganz wichtig?

Das Interesse am Thema Natur und Menschen mit Demenz ist in letzter Zeit sprunghaft gestiegen, weil neue Forschungsergebnisse sowohl über die positiven Auswirkungen von Naturerlebnissen als auch über Interventionen, die diese ermöglichen, vorliegen. Als ich im Jahr 2008 das Buch *Design for Nature in Dementia Care* (deutsch 2010) veröffentlichte, betrat ich Neuland. Heute, sechs Jahre danach, muss es überarbeitet werden – wir haben so viel dazugelernt! Doch wie gelingt es uns, die Natur Menschen mit Demenz so nahe zu bringen, dass sie regelmäßig Natur erleben und tatsächlich Gewinn daraus ziehen?

Das vorliegende Buch ist ein wichtiger Schritt auf diesem Weg. Es fördert unser Bewusstsein für den therapeutischen Wert von Gartenanlagen und Aktivitäten im Freien für Menschen mit Demenz, bündelt die Forschungsergebnisse und das Wissen aus den verschiedenen Disziplinen und zeigt auf, inwiefern Gärten gewinnbringend sind. Anhand typischer Beispiele wird erklärt, wie Gärten in stationären Pflegesettings angelegt und therapeutisch nutzbar gemacht werden können. Die Autorinnen tauchen tief in die Pflanzenkunde ein, befassen sich mit der Frage, wie wir Pflanzen wahrnehmen und nutzen, weisen auf die Vorzüge und Gefahren bestimmter Gewächse hin und beleuchten die Auswahlkriterien aus verschiedenen Blickwinkeln. Dass ein Garten generell therapeutisch wirkt, ist schwer nachzuweisen; man kann aber einen Garten ganz bewusst therapeutisch gestalten. Dieses Buch zeigt, wie es geht. Es widmet sich eingehend der *Nutzung* des Raums und will Ihnen, lieber Leser, liebe Leserin, vor Augen führen,

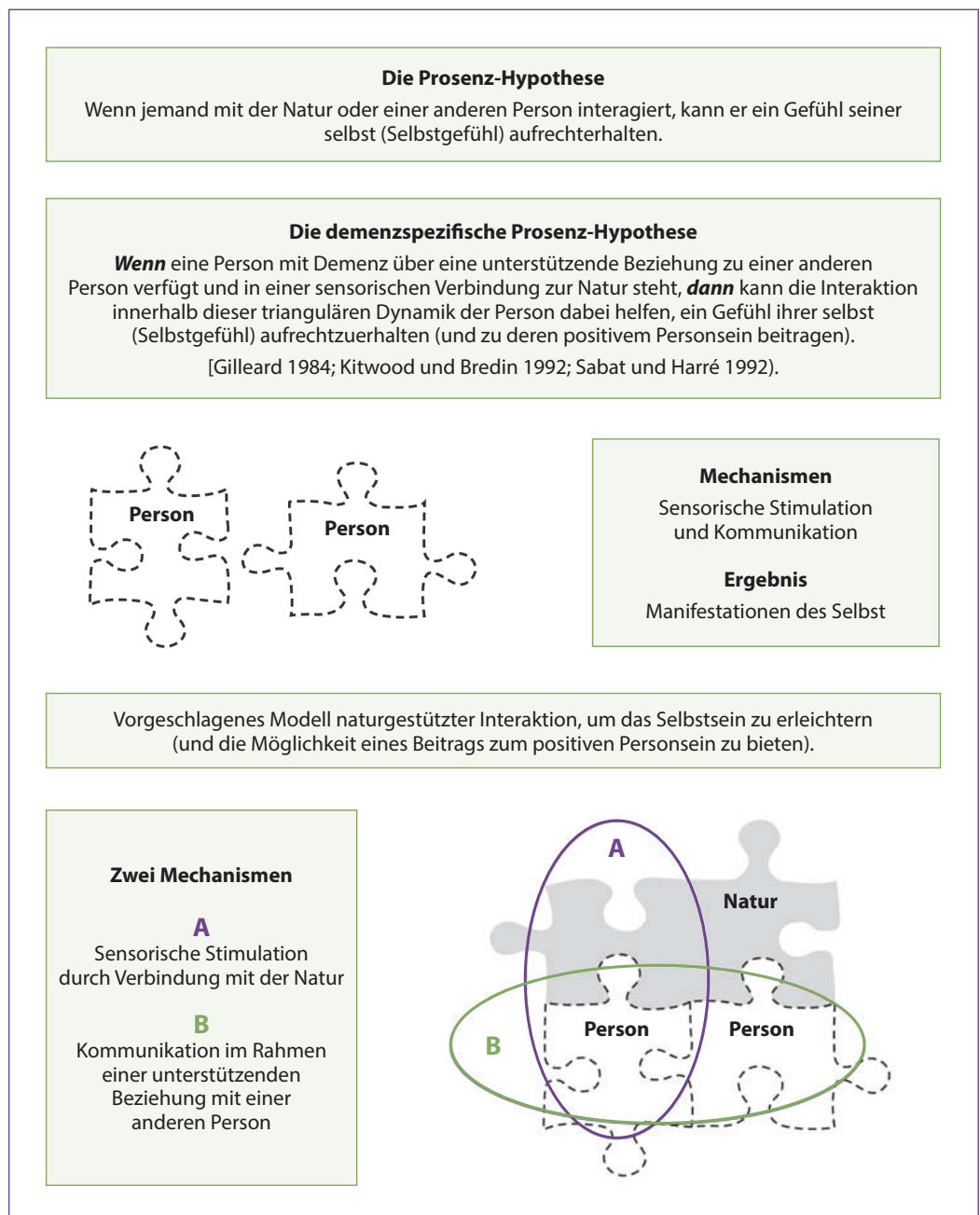
was Menschen mit Demenz glücklich macht. Deshalb müssen wir auch überlegen, was den Raum zum Genuss macht.

**Erstens:** Damit ein Garten therapeutische Wirkung erzielt, muss er ein angenehmer und befriedigender Ort sein. Wenn Patientinnen und Patienten, die Bewohnerschaft und alle, die den Garten nutzen, gerne dort verweilen, wird sich dies auf ihr psychisches Wohlbefinden positiv auswirken, wird der Aufenthalt das Herz erquickern und den Geist beflügeln. Schöne Erlebnisse bedingen und erhalten das Wohlbefinden. Ein therapeutischer Garten muss also auch anregen, unterhalten und erfreuen.

**Zweitens:** Der Garten muss einen Bezug zur Person haben und ihrer Wirklichkeit angepasst sein. Welche *sinnvolle* Rolle wird der Garten in der Welt dieses Menschen spielen? Wer den Sinn des Ganzen nicht begreift, hat nichts vom Garten, wird ihn nicht nutzen und sich lieber mit anderen, wichtigeren Dingen beschäftigen. Deshalb die Bitte: Berücksichtigen Sie die *Wahrnehmung* des Menschen mit Demenz. Anders als bei einem körperbehinderten Menschen müssen wir uns in die Welt des Menschen mit einer geistigen Behinderung hineinversetzen und fragen, wie er seine Umgebung wahrnimmt. Hat dieser Ort irgendeinen Aspekt, der Ablehnung erzeugen könnte? Ihr Gartendesign muss stimmig sein und als sinnvoll wahrgenommen werden können, sonst bringt er den Nutzerinnen und Nutzern keinen Gewinn.

**Drittens:** Das Design der gebauten Umgebung ist nur ein Aspekt der Milieutherapie. Der Begriff Design bezieht sich auch auf Men-

► Das Modell schlägt vor, NATUR als INTER-AKTIONSINSTRUMENT zu betrachten, das die soziale Umgebung zur Verfügung stellt, um das Wohlbefinden der Person mit Demenz zu fördern.  
*Die Prosenz-Hypothese*  
 (Chalfont, 2010)



schen, die uns die Nutzung der Umgebung ermöglichen. Dieses Thema wird in Kapitel 9 behandelt. Bitte denken Sie daran, dass man Pflegetechniken unterrichten und trainieren kann, es aber ungleich schwieriger ist, Mitgefühl, Kreativität und Einsatzfreude zu lehren. Diese Eigenschaften müssen bei Leuten, die beruflich in der Altenpflege tätig sind, unbedingt nachgefragt, gefördert und gewürdigt werden.

Doch was hat all das mit Naturtherapie und ihren Ergebnissen zu tun? Wenn eine Person die natürliche Welt empfindet und wahrnimmt, zugleich aber auch mit einem anderen

Menschen interagiert, entsteht ein viel eindrucksvolleres Erlebnis, als wenn nur ein Teil dieses dynamischen Prozesses stattfindet. Zur Erklärung dieses Zusammenhangs habe ich die Prosenz-Hypothese entwickelt. Einfach mit einem anderen Menschen reden ist eine gute Sache. Einfach die Natur spüren ist eine gute Sache. Aber beides zusammen und gleichzeitig erleben, das ist es ... «Das Ganze ist mehr als die Summe seiner Teile, eins und eins ist drei.»

Aus eigenen Forschungen weiß ich, dass Erinnerungen im Körper tiefere Spuren hinterlassen als im Geist. Gefühle, Emotionen

sind es, die uns Erinnerungen einprägen, sie sind ihr Konservierungsstoff; positive Erlebnisse sind besonders einprägsam. Wenn Sie eine Behandlung anstreben, die das Gedächtnis stützt, verschaffen Sie der Person Gelegenheit, sich zusammen mit anderen Menschen körperlich in der Natur zu betätigen und dort etwas Erfreuliches zu tun – das ist das Allerwichtigste.

Demenz ist, so haben wir es gelernt, eine Erkrankung des Gehirns, an der viele verschiedene Faktoren ursächlich beteiligt sind, etwa ein Trauma oder eine Depression, sowie fehlende körperliche Aktivität und unzureichende kognitive Stimulierung. Demenz ist derzeit nicht heilbar. Was wir aber sicher wissen, ist, dass das Zusammenspiel von physischer und sozialer Umgebung das Herz berührt und den Geist beflügelt, was wiederum der Betreuung und Behandlung zugute kommt.

Emotionales und spirituelles Wohlbefinden tragen uns Menschen auf bislang unerklärte Weise durch körperliche Widrigkeiten. Wenn wir uns die natürliche Energie lebender Pflanzen zunutze machen (sei es, indem wir selbst angebaute Erdbeeren pflücken und verspeisen, die Wiese mähen, auf der wir Ball spielen, oder einen Strauß Blumen pflücken, um ihn ins Zimmer zu stellen), werden wir an unseren Platz in der Natur erinnert, sind wir mit dem Leben verbunden und empfangen Seelennahrung. Wenn wir von einer natürlichen, aus Mitmenschen und Orten bestehenden Umgebung unterstützt werden, wird Heilung möglich, und spirituelles Wohlbefinden folgt nach.

Es liegen zunehmend mehr Beweise vor für die Kraft der Natur und die positiven physiologischen Auswirkungen gärtnerischen Tuns. Dass sich die Gehirnfunktionen und die Gehirndurchblutung älterer Menschen im Zuge

gartentherapeutischer Aktivitäten verbessern, ist bereits belegt (Nishino, 2010). Die Heilwirkung von Gefühlen und Emotionen tatsächlich zu messen mag schwierig sein, trotzdem ist sie die entscheidende Komponente eines jeden naturgestützten Therapieangebots. Wir brauchen noch viel mehr einschlägige Forschungsprojekte, um zu beweisen, dass Gärtnern, Naturtherapie und Pflanzenpflege ernstzunehmende, nicht allzu aufwändige Therapien sind, die offizielle Akzeptanz und Finanzierung verdienen. Gärten spielen bei all diesen Bemühungen die entscheidende Rolle, sie sind es, die für Erfolg bürgen. Ich beglückwünsche die Autoren dieses wertvollen Buchs und wünsche den Leserinnen und Lesern, die sich der Lebensqualität von Menschen mit Demenz verpflichtet fühlen, von Herzen viel Erfolg.

Garuth Chalfont

(Übersetzt von Elisabeth Brock, Juni 2012)

## Literatur

- Chalfont, G. (2011). *Connection to Nature at the Building Edge: Towards a Therapeutic Architecture for Dementia Care Environments*. Saarbrücken: LAP Lambert Academic Publishing.
- Chalfont, G.E. (2008). *Design for Nature in Dementia Care*. Bradford Dementia Group Good Practice Guide. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Chalfont, G.E. (2010). *Naturgestützte Therapie*. Bern: Verlag Hans Huber.
- Nishino, Kenshi (2010). «Recovery from Cognitive Disturbance by Horticulture Activity in Two Years». Presentation at 'In Our Nature', a collaboration between the American Horticultural Therapy Association and the Chicago Botanic Garden, October 14–16, 2010.

