

Gartentherapie
für eine gesunde
Gesellschaft



**Wir zeigen,
wie es geht!**



Therapiegarten
im Thomas-Müntzer-
Haus in Köln

Die Potenziale der Gartentherapie

Unsere Gesundheit ist nicht etwas, was uns geschenkt oder in die Wiege gelegt wird. Immer wieder merken wir, dass wir uns diese aktiv erarbeiten müssen. Was liegt näher, als dies mit der Natur zu verbinden, denn der Garten ist ein Ort der Geborgenheit, des Erinnerns und der Freude an der Schönheit von Pflanzen. Es ist aber auch ein Ort der Praxis, wo Kräuter und Gewürze gepflanzt und geerntet werden können. Die Beschäftigung mit Gartenpflanzen wirkt sich positiv auf die physische und psychische Gesundheit aus. Hier setzt das ganzheitliche Konzept der Gartentherapie an. Gerade kranke und pflegebedürftige Menschen haben oft nur einen erschwerten Zugang zu Pflanzen und zur Natur, obwohl der Kontakt besonders wichtig für Gesundheitsvorsorge, Lebensqualität und Genesung ist. Nur wenige Minuten im Garten sind erforderlich, um ein Gefühl der Entspannung und des Wohlbefindens zu erzeugen.

Jedes Stückchen Grün und Natur hat das Potenzial, therapeutisch und sozial genutzt zu werden und so zur Gesundheit beizutragen. Diese positiven Wirkungsmöglichkeiten auszuschöpfen und zu fördern, hat sich die Internationale Gesellschaft Gartentherapie (kurz IGGT) zum Ziel gesetzt. Die IGGT ist ein europaweiter Zusammenschluss von Akteuren der Gartentherapie und versteht sich als Netzwerk und Kommunikationsplattform in Kooperation mit vielen Partnern für den fachlichen Austausch und die fachliche Qualifikation.

Fünf von ihnen verfügen über Curricula für die professionelle Gartentherapie und bilden selbst aus. Nach Angaben der Gesellschaft für Gartenbau und Therapie (GGuT) wird Gartentherapie z. B. in etwa 400 Projekten in Deutschland aktuell betrieben. Unser Ziel ist es, die Gartentherapie mit ihren vielseitigen Möglichkeiten darzustellen, die Gesundheit zu fördern und medizinisch-pflegerische Maßnahmen auf nachhaltige Art zu stabilisieren. In dieser Broschüre finden Sie einige Beispiele für eine Umsetzung von Gartentherapie.

Diese lässt sich u. a. erfolgreich in diesen Bereichen nutzen:

- in der medizinischen und beruflichen Rehabilitation
- in der Psychosomatik, Psychiatrie, Neurologie und Sozialpsychiatrie
- in Senioreneinrichtungen, Heimen und in freier Praxis
- bei der Integration von Flüchtlingen und körperlich eingeschränkten Menschen und
- in vielen weiteren Bereichen

Bei Interesse setzen Sie sich gern mit uns oder unseren Partnerorganisationen in Verbindung und tauschen Sie im persönlichen Gespräch Vorstellungen und Bedürfnisse aus, um die für Sie und Ihre Einrichtung passende Form der Gartentherapie zu finden.

Unsere Partner:

 **CaritasSeniordienste**
Rhein-Kreis Neuss GmbH


Deutsche Gartenbau-Gesellschaft 1822 e.V.


EAG FPI
Europäische Akademie für integrative Gesundheit / Fritz-Park, Berlin


ergotherapie
austria


GÄRTEN
HELFEN
LEBEN


GGuT
Gesellschaft für
Gartenbau und Therapie


HOCHSCHULE FÜR
Agrar- und Umweltpädagogik


LVR
Qualität für Menschen


NATUR GARTEN
15 Jahre Natur
im Garten
Gartenbau, was das sein soll!


Österreichische
Gartenbau
Gesellschaft
Wir fördern die österreichische Gartenkultur


sglta
Schweizerische Gesellschaft
Gartentherapie und Gartenpädagogik


STADTVERWALTUNG
KAISERSLAUTERN
ÖKOLOGIE
PROGRAMM


Zentralverband
Gartenbau e.V. (ZVG)


zhaw
Life Sciences und
Facility Management
ILNRI Institut für Umwelt und
Natürliche Ressourcen



Andreas Niepel, Jahrgang 1963, Gärtner und Gartentherapeut, Teamleiter Gartentherapie an der VAMED Klinik Hattingen, Mitgesellschafter bei GÄRTEN HELFEN LEBEN und Buchautor

Gartentherapie in der HELIOS Klinik Hattingen

5 Fragen an Andreas Niepel, Präsident der IGGT

Welches Ziel verfolgt die IGGT?

Wir wollen die Aktivitäten aus dem medizinisch-therapeutischen und gärtnerischen Bereich effektiv zu langfristigen und nachhaltig angelegten, gesellschaftlich anerkannten Instrumenten weiterentwickeln. Die Gartentherapie hat ihre Wirksamkeit in zahlreichen Projekten bereits unter Beweis gestellt. Dennoch ist sie vielen Akteuren aus dem Gesundheitswesen unbekannt.

Benötigt eine interessierte Einrichtung zwingend einen großen Garten?

Bereits auf kleiner Fläche lässt sich eine Menge bewegen. So bieten zum Beispiel mobile Hochbeete eine gute Möglichkeit, gartentherapeutische Projekte zu realisieren.

Sind solche Projekte nicht sehr kostenintensiv?

Natürlich steht am Anfang eines Projektes ein gewisser Finanzierungsbedarf. Auch die langfristige Pflege ist nicht ohne Kosten. Wenn Sie aber die nachgewiesenen therapeutischen Erfolge bei Menschen in der Reha oder die Steigerung des Wohlbefindens bei demenziell Erkrankten dagegenhalten, zeigt sich schnell, dass ein gartentherapeutisches Projekt eine wirtschaftlich besonders gute Investition ist.

Bedeutet es für das Personal nicht zusätzlichen Aufwand?

Es ist wichtig, von Anfang an eine gartentherapeutische Expertin bzw. einen Experten ins Boot zu holen. Mit der professionellen Unterstützung bei der Konzeptentwicklung und Schulung des Personals lassen sich Projekte effizient durchführen. Das rechnet sich sowohl in Bezug auf den Aufwand als auch in finanzieller Hinsicht. Die Realisierung einer Gartentherapie wird so schnell zum Wettbewerbsvorteil der Einrichtung, denn auch das Pflegepersonal profitiert ja von dem direkten Kontakt zur Natur, die als Ort der Regeneration und des Wohlbefindens für alle fungiert.

Wohin wird sich die Gartentherapie entwickeln?

Natürlich ist ein Blick in die Zukunft nur schwer möglich, aber ich bin mir sicher, dass die Gartentherapie als wirtschaftlich und therapeutisch überzeugendes Konzept erst ganz am Anfang steht. Die positiven Erfahrungen sprechen hier eine klare Sprache. Das hat sich gerade auch in der Corona-Pandemie gezeigt, als viele Menschen die Beschäftigung mit der Natur wieder für sich entdeckt haben.

Lesen Sie hier unsere Handlungsempfehlung für die sichere Durchführung von Gartentherapie.





Gute Erfahrungen in einem Pflegeheim

Bei dem gartentherapeutischen Projekt im Johanneshaus in Öschelbronn wurden von Anfang an auch die Mitarbeiter*innen des Hauses bei Planung und Durchführung des Projektes eingebunden. 13 Mitarbeiter*innen sind Teil einer Aktionsgruppe, die in externen Schulungen mit dem notwendigen Know-how vertraut gemacht wurde. Als weitere Besonderheit des Projektes werden mobile Hochbeete genutzt, sodass die Bewohner*innen ganzjährig aktiv werden können und auch eingeschränkte Bewohner*innen Kontakt zur Natur haben. In der Praxis hat sich außerdem gezeigt, dass die gemeinsame Zeit, die Pflegenden und Bewohner*innen im Garten verbringen, für beide Seiten Erholung und Regeneration bedeutet.

Gerade demenziell erkrankte Menschen können ihre Ressourcen und Erinnerungen durch Gartenarbeit aktivieren. Konzipiert, geplant und begleitet wird das Projekt von Gartentherapeutin Dr. Ute Budliger vom Institut für Gartentherapie.

Vorteile der Gartentherapie:

- Nachtschlaf der Bewohner*innen verbessert sich.
- Die Bewohner*innen verbringen mehr Zeit im Außenbereich.
- Erinnerungen können abgerufen werden.
- Soziale Kontakte werden gefördert.

Mehr erfahren Sie unter:

www.johanneshaus-oeschelbronn.de

„Wenn wir über Pflege sprechen, bei der der Mensch im Mittelpunkt steht, dann sollte er auch Kontakt mit der Natur haben.“

Michael Blank, Geschäftsführer des Johanneshauses in Öschelbronn



Gartentherapie

bewährt sich in Rehaklinik Hattingen

Die VAMED Klinik Hattingen ist ein Rehabilitationszentrum für Neurologie, Neurochirurgie und Neuropädiatrie und bietet das gesamte Reha-Spektrum – von der Frührehabilitation bis zur weiterführenden Rehabilitation für Kinder, Jugendliche und Erwachsene. Von Anfang an existiert an der Klinik neben einem großen Park als vielfältiges Übungsgelände sowie zur selbstbestimmten Nutzung durch die Patienten auch die Gartentherapie als eigene Disziplin.

Diese ist stark interdisziplinär eingebunden in das Gesamtkonzept der Klinik. Es steht ebenso ein eigener Bereich mit großem Gewächshaus und weiteren Außenflächen zur Verfügung. Schwerpunkte der gartentherapeutischen Arbeit sind die heilpädagogische Arbeit mit Kindern, die handlungsorientierten Gruppenangebote in Zusammenarbeit mit der Ergotherapie sowie die gesundheitsfördernden Angebote auf der geschützten Station für Menschen mit neurokognitiven Störungen.



Vorteile der Gartentherapie:

- Alltagsorientierte und altvertraute Vielfalt an Handlungs- und Bewegungsmustern.
- Großes Spektrum an Wahrnehmungsangeboten.
- Erhalt von Naturkontakt auch unter besonderen Bedingungen.

Mehr erfahren Sie unter:

www.vamed-gesundheit.de/reha/hattingen

**Freude an der Natur ermöglichen.
Auch im Innenbereich.**

Dr. Budliger
INSTITUT FÜR
GARTENTHERAPIE



- ✓ Beete für Therapie und Gestaltung
- ✓ Blumengestecke zum Selbermachen
- ✓ Beratung & Gestaltung von Therapiegärten
- ✓ Inhouse Schulungsmassnahmen und Workshops



Dr. Budliger GmbH | Institut für Gartentherapie | Casinostr. 10 | CH - 4052 Basel | +41 61 311 41 26 | www.budliger-gartentherapie.ch

In Zusammenarbeit mit Sager Gartengalerie **Sager** GARTEN GALERIE

www.floweryourmind.com



„Der regelmäßige Aufenthalt im Grünen zeigt erstaunliche Ergebnisse – z. B. auf das Stresshormon Cortisol. Gartentherapie ist eine Möglichkeit, diese Erkenntnisse therapeutisch zu nutzen. Es gibt keinen besseren Ort als die Natur, um Resonanz zu erleben.“

*Prof. Dr. med. Katja Cattapan,
Stv. Ärztliche Direktorin*

Natur hautnah erleben – im Sanatorium Kilchberg

Die Gartentherapie wird auch im Sanatorium in Kilchberg seit mehreren Jahren erfolgreich genutzt. Die maximal 7 Teilnehmer*innen leiden hauptsächlich an Depressionen, Schizophrenie und Persönlichkeitsstörungen. Die Gartentherapie ist freiwillig und nicht leistungszentriert. Es geht in erster Linie darum, die Achtsamkeit zu fördern und die Sinne zu aktivieren. Es werden je nach Jahreszeit unterschiedliche Aufgaben an die Gruppe gestellt, wie z. B. das Beobachten und Beschreiben von Pflanzen sowie praktische Erd- und Bodenarbeiten. Darüber hinaus werden Kenntnisse in Botanik und Umweltpädagogik vermittelt. Der Therapiegarten wurde als „Hausgarten“ mit verschiedenen Zonen für alle Patient*innen angelegt und lädt zum Verweilen ein.

Vorteile der Gartentherapie:

- Achtsamkeit wird gefördert.
- Teilnehmer*innen leben im Hier und Jetzt.
- Sinne werden angesprochen.
- Eigenverantwortung wird gestärkt.
- Wissen (z. B. Botanik) wird vermittelt.
- Ort zum Verweilen für alle entsteht.

Mehr erfahren Sie unter:

www.sanatorium-kilchberg.ch

Zürcher Hochschule
für Angewandte Wissenschaften

zhaw

Life Sciences und
Facility Management

IUNR Institut für Umwelt und
Natürliche Ressourcen

Umweltbildung & Gesundheit

**Stärken Sie sich jetzt mit unseren
hochkarätigen, praxisnahen
Zertifikatslehrgängen (CAS)**

Zürcher Fachhochschule

CAS
Gartentherapie

CAS
Wald, Landschaft &
Gesundheit

CAS
Therapiegärten
Gestaltung & Management

www.zhaw.ch/iunr/weiterbildung



GGuT-Vorstand und Beirat
v. l.: Dr. Thomas Jacoby,
Marina Cerea, Sigrid Funck,
Konrad Neuberger,
Detlef Kamp (nicht
abgebildet: Maria Putz,
Sabine v. Süsskind)

Gesellschaft für Gartenbau und Therapie GGuT e.V.

Die Gesellschaft für Gartenbau und Therapie (GGuT) ist eine Organisation zur Förderung der Gartentherapie. Sie führt bereits seit Ende der 1980er Jahre Treffen und Tagungen in Mitgliedsbetrieben durch und zeigt so praxisbezogen, wie verschiedene Organisationen Gartentherapie umsetzen. Hieß das Konzept damals noch „Gartenbau und Therapie“ in Anlehnung an die amerikanische Bezeichnung, ist seit Mitte der 1990er Jahre der Begriff Gartentherapie gebräuchlich. Der persönliche Austausch vor Ort kennzeichnet ihre Arbeit. Interessent*innen und Mitglieder finden in der GGuT einen Querschnitt durch die gartentherapeutischen Anwendungen und können sich dort mit Mitgliedern ihrer Ausrichtung und ihrer Region vernetzen. An den meisten gartentherapeutischen Stammtischen sind GGuT-Mitglieder maßgeblich beteiligt.

Die GGuT bietet seit über 30 Jahren eine zuverlässige Vernetzung im deutschsprachigen Raum, Erfahrung in der Organisation und Durchführung von Veranstaltungen kleiner und mittlerer Größe sowie Kontakte zu Fachleuten, die über umfassende Kenntnisse in der gartentherapeutischen Arbeit mit verschiedenen Personengruppen verfügen. In den meisten Aus- und Weiterbildungsangeboten sind GGuT-Mitglieder als Referent*innen vertreten. Die GGuT hat mehr als 100 Treffen für Mitglieder und Gartentherapie-Interessierte durchgeführt. Sie gehört zu den Gründungsmitgliedern der IGGT. Diese wurde 2009 gegründet, um Bestrebungen zur Anerkennung der Gartentherapie zu koordinieren. Die GGuT ist im Vorstand der IGGT vertreten.

Mehr erfahren Sie unter:
www.ggut.org

Ausbildung in Gartentherapie

Ein Samenkorn zu pflanzen ist eine scheinbar einfache und nachhaltige Tätigkeit – und kann doch eine große Herausforderung für die Feinmotorik darstellen.

Bei Gartentherapie handelt es sich um eine PatientInnen-nahe und zielgerichtete Arbeit mit der Natur unter Einbeziehung von gärtnerischen Aktivitäten, die sowohl das physische und psychische Wohlbefinden stärken. Damit ist ein wesentlicher Baustein zur Förderung und Erhaltung von Gesundheit, basierend auf der Bewegung in und die Arbeit mit der Natur gegeben.

Nutzen Sie Ihr Potenzial und lernen Sie die soziale und therapeutische Wirkung des Gartens und der Natur kennen. Die Donau-Universität Krems bietet in der Kooperation mit der Hochschule für Agrar- und Umweltpädagogik Wien eine qualitativ hochwertige berufsbegleitende Weiterbildung zur Gartentherapeutin oder zum Gartentherapeuten an.

Abschluss: Akademische Expertin/Akademischer Experte
Beginn: November 2021
4 Semester berufsbegleitend

Donau-Universität Krems
+43 (0)2732 893-2691, tcm@donau-uni.ac.at
www.donau-uni.ac.at/gartentherapie





Internationale Gesellschaft
GartenTherapie



Wir unterstützen Sie gern!

Die IGGT hilft Ihnen gern bei der Suche nach einem kompetenten Gartentherapeuten weiter. Auf unserer Homepage finden Sie eine Liste mit passenden Fachleuten aus Ihrer Region oder nehmen Sie einfach direkt Kontakt zu uns auf!

Internationale Gesellschaft GartenTherapie e.V.

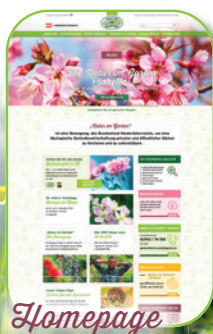
Gießener Str. 47
D-35305 Grünberg

E-Mail: info@iggt.eu
Telefon: +49 6401 9101-0
Telefax: +41 6401 9101-851
Website: www.iggt.org



„Natur im Garten“ Telefon: +43 (0) 2742 / 74 333

HABEN SIE FRAGEN ZU FACHTHEMEN? Nutzen Sie die Angebote von „Natur im Garten“!



Homepage



Lehrgänge
Seminare



Webinare



„Natur im Garten“
Telefon

Gemeinsam für ein gesundes Morgen.

www.naturimgarten.at