



© Ulrike Kreuer

Graben und Hacken machen rote Backen

Partizipation in der Planung und Gestaltung von Gärten für Menschen mit Demenz hat zum Ziel, die Freiflächen so zu gestalten, dass sich die Menschen mit ihren Gefühlen verankern können. Denn es geht nicht etwa um die Größe eines Gartens, sondern um die Nähe zu unseren Herzen.

Ich bin Gärtnerin. Ich sitze im Stuhlkreis eines Altenheims. Nicht weil ich alt bin, sondern weil ich zusammen mit den Alten einen Garten anlege. Hier im Seniorenheim gibt es jeden Tag einen Stuhlkreis. Was es bisher nicht gab, ist ein Garten für die Bewohner*innen. Für den bin ich nun zuständig. Gartengestaltung für Menschen mit Demenz ist seit vielen Jahren mein Spezialgebiet. Das gemeinsame Sitzen im Stuhlkreis ist nicht bloß ein Zeitvertreib, sondern ein Teilaspekt meiner Methode „der

Partizipation in Planung und Gestaltung von Gärten für Menschen mit Demenz“. Konkret bedeutet das, die Einbeziehung der zukünftigen Gartennutzenden in alle den Garten betreffenden Ereignisse und Entscheidungsprozesse. Die Gruppe der Nutzer*innen ist groß, da wären die Bewohner*innen, ihre Angehörigen, Mitarbeitende aus Pflege und Betreuung, Ehrenamtliche und Interessierte. Partizipation bedeutet auch die Mitwirkung als aktive Einbeziehung aller Beteiligten in die Gartenarbeit. Dabei kann auch bloßes Zuschauen und Reaktionen wie Zustimmung oder Kritik als Mitwirkung verstanden werden.

Darüber hinaus ist Partizipation ein institutionell anerkanntes Prinzip der Gesundheitsförderung. Das bedeutet, dass eine partizipatorische Methode zur Gestaltung von Gärten für Menschen mit Demenz als eine Maßnahme und Strategie verstanden werden kann, die Gesundheitsressourcen stärkt und fördert. Der Fokus liegt hierbei auf Faktoren, die die Gesundheit erhalten und die sich auf Handlungsstrategien stützen, die befähigen und ermöglichen. Das heißt, Ziel muss es sein, Gärten so zu gestalten, dass Mitbestimmung und Mitgestaltung gefördert und gefordert sind und dies bereits im Prozess der Planung. Der Garten wird so zu einer Lebenswelt,

die anbietet, an alte Fähigkeiten anzuknüpfen, Gemeinschaft zu erleben, Selbstvertrauen zu stärken, Selbstbestimmung und Selbstwirksamkeit zu erfahren, Veränderungen zu integrieren und gesundheitsfördernde Verhaltensweisen zu optimieren, wie beispielsweise Bewegung oder gesunde Ernährung.

Diese Methode bietet Zeit und Raum, die unterschiedlichen Bedürfnisse und Wünsche der am Projekt Beteiligten kennenzulernen und zu erleben, einen „Blick hinter die Kulissen“ einer Altenhilfeeinrichtung zu werfen, oder einen Einblick in Alltagsstrukturen und Tagesabläufe zu bekommen. Die so gewonnenen Erfahrungen sind die Grundlage für Beziehungen, denn Partizipation braucht Beziehung.

Ein Projektbeispiel

Es ist Mai und draußen regnet es in Strömen. Wir sitzen gemütlich mit den Senior*innen und Mitarbeitenden im Kreis und singen aus voller Kehle: „Der Mai ist gekommen...“ So kann der Beginn eines gemeinsamen Gartenprojekts aussehen. Mein Blick wandert den Stuhlkreis entlang. Da ist eine alte Dame, die mit zittrigen Fingern ihre Handtasche im Rollator verstaut.



© Ulrike Kreuer

Neben ihr sitzt eine Frau, die mich an meine Großmutter erinnert. Mit einem weichen Busen, an dem sich unzählige Kinder trösten ließen und deren Finger vom Kartoffelschälen aufgeweicht zu sein scheinen. Nur ein einziger Herr sitzt im Kreis. Er lächelt aus wässrigen Augen meine Emma an, die treue Hündin an meiner Seite, und streichelt ihr sanft übers Fell. Hier in diesem Sitzkreis habe ich vor etwa einem Jahr auch damit begonnen, in die Atmosphäre des Altenheims einzutauchen. Mich interessierte, wie die Menschen leben und was sie tun. Ob sie nach draußen gehen können. Was sie sehen, wenn sie aus den Fenstern schauen. Sind es üppige Bäume oder Häuserschluchten? Was riechen sie in den Fluren des Altenheims? Duftet es nach Heimat oder nach Fremde? Welche Geräusche sind zu hören? Das Lachen von Kindern auf der Straße, oder der Wind der durch die Blätter weht?

Nun liegt diese lange Phase der Planung hinter uns. In einem Zeitraum von nahezu einem Jahr haben wir diskutiert, visioniert und geplant. Die Bewohner*innen, Mitarbeitenden, Angehörigen, Heimleitung und Ehrenamtlichen haben gemeinsam die Gestaltung, Nutzung und Pflege des Gartens von allen Seiten beleuchtet. Während dieser Planungsphase wurde die Vision des Gartens in den Alltag eingebettet und noch bevor der erste Spatenstich getan war, hatte die Idee des Gartens Gestalt angenommen: So könnte der Garten bereits

als Modell in Miniaturformat entstehen, oder könnten duftende Gartenblumen die Räume und Flure schmücken. Möglichkeiten, den Garten frühzeitig zum Leben zu erwecken, gibt es viele.

Während dieser Phase wuchs das Interesse am Garten stetig. Gleichzeitig entstanden aber auch Fragen, auf die eine Antwort gefunden werden musste: Wo und wie können Mitarbeiter*innen Verantwortung für den Garten übernehmen ohne zusätzliche Belastung? Wer ist engagiert und begeistert bei der Sache und wer kann noch angestiftet werden? Wann und wie bekommen Mitarbeiter*innen in der Nutzung des Gartens Unterstützung und Anleitung? Wie sieht die weitere Grünpflege aus? All diese Fragen versuchten wir im gemeinsamen Gartenprojekt bereits bei der Planung zu beantworten.

Am Abend hört der Regen langsam auf und wir bringen das Gepäck auf unsere Zimmer. Ab jetzt wohnen wir im Seniorenheim. Wir frühstücken mit den Bewohner*innen und essen gemeinsam zu Mittag, wir singen, beten und lachen zusammen, schlafen Tür an Tür und leben den Alltag gemeinsam, bis der Garten fertig ist: Für meinen Azubi, meinen Zimmermann, meine Gärtnerin und mich, ein Zimmer mit Pflegebett, Pflegebad und einem großen Fenster, das sich nicht öffnen lässt.

Zum Frühstück sitzen wir mit der „Großmutter“ an einem Tisch. Scheibe um Scheibe stapelt sie das weiche, weiße

Brot auf ihren Teller. Jede Schnittstelle fein säuberlich mit Margarine bestrichen und Jagdwurst belegt. Sie hat in ihrem Leben tausende von Pausenbroten geschmiert und Frühstücksbeutel gepackt. Mit einem zufriedenen Lächeln steckt sie die kleinen Pakete in ihre Stofftasche und startet in den Tag.

Zu Beginn eines Gartentags findet eine kurze Besprechung statt, denn Aufgaben wollen verteilt und Fragen geklärt werden: Welche Gartenarbeiten stehen an, wann findet Anleitung statt, wer begleitet wen nach draußen, wie viele Personen können mitarbeiten, wer kann noch motiviert werden - vielleicht jemand aus der Nachbarschaft oder weitere Bewohner*innen aus dem Obergeschoß?

Mit Gartenarbeit ist ein breites Spektrum an Tätigkeiten gemeint. Selbstverständlich ist damit aktive Beteiligung der Senior*innen und Mitarbeiter*innen entsprechend der körperlichen und geistigen Voraussetzungen zu verstehen. Das Spektrum einer möglichen Beteiligung reicht vom Zuschauen über Geschichten erzählen bis zum selbständigen Graben und Hacken.

Die Projektstage sind in Aktiv-Einheiten von jeweils zwei Stunden unterteilt, denn nur wenige Bewohner*innen können volle zwei Stunden mit dabei sein. Nicht das zügige Voranschreiten der Gartenarbeit steht während dieser Aktiv-Einheiten im Mittelpunkt, sondern die Teilhabe aller.

Da ist zum Beispiel der alte Herr, der das Grünzeug auf die Schubkarre laden möchte. Das Werkzeug, eine Mistgabel,



beide © Ulrike Kreuer

scheint ihm wohlbekannt. Nur, um sie alleine zu handhaben, fehlt ihm die Kraft. Mein Mitarbeiter hilft ihm, die Gabel zu benutzen. Ohne Worte finden sie eine Lösung, zweimal schaufeln sie gemeinsam Unkraut in die leere Karre und den Rest füllt der junge Bursche ein, derweil der Herr die Arbeiten „beaufsichtigt“.

Die so entstehenden Gärten haben oftmals die lebendige Anmutung von „selbstgemacht“, was sie ja auch sind. Es sind keine parkähnlichen immergrünen Hartlaubformationen mit Hochbeeten aus steingefüllten Drahtkörben. Sondern sie erinnern mit all ihrem Duft und der bunten Vielfalt an den eigenen Garten zu Hause. Der Garten ist die Metapher für das Leben: die Freude an der Arbeit, die Muße und auch die Missgeschicke gehören dazu wie im Leben auch.

Nach Möglichkeit führen wir die Arbeiten von Hand aus, denn körperliche Gartenarbeit ist vielen alten Menschen noch gut bekannt. Einmal arbeitete ich angestrengt mit meinem Spaten und lockerte die Erde für ein neues Beet, da setzte sich eine alte Dame neben mich und sagte mit einem Lächeln im Gesicht: „Mädchen, so habe

ich das früher auch immer gemacht.“

Es sind aber nicht nur die gemeinsamen Arbeiten, die ein Glücksgefühl hinterlassen und auf wundersame Weise ein Stück Selbständigkeit und Lebendigkeit zurückbringen. Auch mit all seiner Pflanzenpracht und altbekannten Blumen und Kräutern wirft der Garten Anker aus, die den Senior*innen Orientierung geben können. Während der gemeinsamen Gartenzeit lade ich Mitarbeitende und Angehörige dazu ein, selber diese Erfahrungen zu machen. Denn wer selber gespürt hat, wie und wo man sich im Garten geborgen fühlt, der wird auch einem anderen Menschen, der Schutz und Sicherheit sucht, diesen Ort anbieten können.

Aber zurück zu unserem Gartenprojekt: Am Nachmittag werden die Pflanzen geliefert, Kräuter, Blumen, Sträucher, Apfelbäume, alles bunt und duftend. Bevor wir mit dem Pflanzen beginnen, packe ich die Schubkarre voller Kräuter und klappere jedes Zimmer ab. Ich besuche all jene, die nicht in den Garten kommen können, um die Pflanzen zu sehen, zu riechen, zu fühlen oder zu schmecken und schaue bei denen vorbei,

die liegend in ihren Zimmern leben.

Wenn es Abend wird und die Sonne noch lange nicht unter geht, liegen viele Bewohner*innen bereits in ihren Betten. Sie wurden nach dem Abendessen für die Nacht „fertig“ gemacht. Der Trubel des Tages hat sich gelegt. Die Mitarbeitenden haben wohlverdienten Feierabend, Angehörige und Besucher*innen verlassen das Haus, in der Küche und Wäscherei steht die Arbeit für ein paar Stunden still, der Aufzug scheppert nur noch selten auf und ab und die Nachtschwester hat ihren Dienst begonnen. Ich sitze auf der Bank am zukünftigen Gemüsegarten, neben mir sitzt die alte Dame auf ihrem Rollator. Sie kraut meinen Hund und sagt: „Endlich gibt es ein Leben nach dem Abendessen.“

Anmerkung

¹ http://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0006/129534/Ottawa_Charter_G.pdf



© Ulrike Kreuer

Ulrike Kreuer

ist Gärtnerin, Gartenbauingenieurin und Gartentherapeutin. Seit 2003 plant und gestaltet sie Gärten für und mit Senior*innen und Menschen mit Demenz. Sie veröffentlicht regelmäßig Texte in Fachzeitschriften und hat 2005 eine Auszeichnung für Dienstleistungen für das Alter im Rahmen des Innovationspreises NRW erhalten. Im März 2020 ist ihr Buch „Gartengestaltung für Menschen mit Demenz - Ein Praxisbuch für den Alltag“ im Haupt Verlag erschienen (ISBN: 978-3-258-08188-5).



Ulrike Kreuer © R. Freude