

Integrativer Heil- und Therapiegarten Erfurt

Beigesteuert von Klaus Fischer
26. 11. 2008
Letzte Aktualisierung 17. 08. 2010

„Mensch sein heißt Gärtner sein.
Pass dich dem Schritt der Natur an;
ihr Geheimnis heißt Geduld.“ (Ralph Waldo Emerson)

Inhalt Integrativer Heil- und Therapiegarten - Modellprojekt Zittauer Straße, Erfurt
Wer sind Wir? Was ist Gartentherapie? Wo wird sie durchgeführt? Anforderungen an therapeutische Angebote Was sind die Vorzüge von Gartentherapie? Wie wird ein Therapiegarten eingerichtet? Wer kann an unserem Angebot teilnehmen?
Fototagebuch 2007 November/Dezember 2008 April Mai Juni Juli August September Oktober November Dezember 2009 Januar Februar März April Mai Juni Juli August September Oktober November Dezember 2010 Januar Februar März

Heil- und Therapiegarten - Modellprojekt Zittauer Straße, Erfurt
Wir möchten mit diesem Modellprojekt erste Ansätze schaffen für die Einführung der Gartentherapie in breiteren Anwendungen in Thüringen.
In dem Projekt sollen, ausgehend vom nationalen und internationalen Stand gartentherapeutischer Ansätze, modellhafte Vorschläge und praktische Erprobungen für eine Einführung der Gartentherapie erarbeitet, getestet und evaluiert werden.
Das Projekt wird seit 2 Jahren intensiv analytisch und organisatorisch vorbereitet, und seit April 2008 erfolgt die praktische Umsetzung des Projektes am Standort Zittauer Straße 27 in Erfurt.

Die speziellen therapeutischen Angebote werden von Gartenspezialisten in Kooperation mit Fachkollegen aus sozialen und therapeutischen Einrichtungen erarbeitet und realisiert.
9Wer sind Wir? Der Verein zur Förderung der ökologischen Bildung e.V. als Träger wird in seiner Arbeit eng unterstützt von der ÖkoLab-Gesellschaft für Ökologie und Umweltchemie mbH und dem Thüringer Naturbrief e.V.

Wir, das ist ein Netzwerk von mehreren Partnern und Unterstützern.

Der Erfurter Oberbürgermeister, Andreas Bausewein, hat im Mai 2008 die Schirmherrschaft übernommen und verschiedene Organisationen, Firmen und Vereine unterstützen das Projekt. Wir sind auch weiterhin über jeden Hinweis zu diesem Projekt und jede Form der Unterstützung dankbar.

Eine Nennung der Unterstützer und Sponsoren befindet sich im Anschluß an das Fototagebuch.
9Was ist Gartentherapie? Gärtnerische Arbeit in der Natur ist seit Jahrhunderten neben dem Ziel der Versorgung mit frischen Nahrungsmitteln auch ein Teil therapeutischer Ansätze gewesen. Mitunter geschah das unbemerkt, aber beim gärtnerischen Arbeiten wurde neben motorischen Fähigkeiten auch die Psyche positiv beeinflusst, wurden Ängste abgebaut, wurde innere Zufriedenheit erlangt, weil der unmittelbare Kontakt mit der Natur und frischer Luft entspannend und belebend wirkt.

In den letzten Jahrzehnten wurde nun auch von der „Schulmedizin“ anerkannt, dass Tabletten und Skalpell nicht alle Probleme lösen können, sondern dass der Mensch in seinen vielen speziellen Funktionen angesprochen werden muss, wenn bestimmte Erkrankungen erfolgreich behandelt werden sollen.
„Die Gartentherapie ist eine Kombination zwischen Ergo- und Physiotherapie, die außerdem von den Beziehungen zwischen Mensch und Pflanze profitiert“ (Kettner 2002), „Gartentherapie ist eine aktivierende Therapieform, bei der kranke oder behinderte Menschen von Fachleuten gärtnerisch und therapeutisch begleitet werden, um Schwierigkeiten und Probleme, Wünsche und Ziele durch Gartentätigkeiten zu klären und ein eigenständiges Leben zu ermöglichen“ (Gesellschaft für Gartenbau und Therapie e.V., GGUT, <http://www.ggut.org/>).
9Wo wird sie durchgeführt? Gärtnerisch-therapeutische Angebote setzen ein spezielles Fachwissen um die unterschiedlichen Wirkungen von Pflanzen, Tieren und sonstigen Dinge im Garten und der Natur voraus. Nicht jede Arbeit im Garten erfüllt die Bedingungen, die an therapeutische Ansätze zu stellen sind. Deshalb sind geschützte Einrichtungen solcher Gärten erforderlich, wenngleich auch ohne konkrete praktische Angebote Landschaftsflächen zu solchen Orten der Entspannung gestaltet werden können.

Es geht vordergründig nicht um „Masse“ bei der Produktion von Lebensmitteln, sondern hauptsächlich um Entspannung, Beruhigung, Neuorientierung und Übung sowie Kompetenzerwerb motorischer Funktionen und das aktive und bewusste Verweilen in der Natur, verbunden mit ruhiger Arbeit.
9Anforderungen an therapeutische Angebote Die Arbeit im Therapiegarten soll und kann eine erforderliche medizinische Behandlung nicht ersetzen, wohl aber erfolgreich ergänzen oder begleiten. Besonders Erkrankungen der Psyche eignen sich für die Anwendung gartentherapeutischer Aktivitäten, die neben dem Kontakt zur Natur auch neue Gesichtspunkte des Lebens bieten können. Auch bei der Rehabilitation nach Unfällen und Krankheiten oder in Senioren- und Behinderteneinrichtungen dient die therapeutische Arbeit im Garten dazu, grob- und feinmotorische Fähigkeiten wieder zu erlangen, zu erhalten oder zu verbessern. Mit Gartentherapie können der Muskelaufbau gezielt angegangen sowie Koordination, Gleichgewicht und Kraft gefördert werden.
9Was sind die Vorzüge von Gartentherapie? Gartentherapie ist eine kostengünstige Therapieform, die ohne hohen technischen Aufwand möglich ist. Die positiven Effekte und Wirkungen sind durch verschiedene wissenschaftliche Studien nachgewiesen.

Gartentherapie bietet u.a. folgende Vorzüge:

- sie fördert die Beziehungsfähigkeit
- sie ist auch einsetzbar bei starken sensorischen Defiziten, d.h. bei blinden, tauben oder stummen Menschen
- sie fördert die Wahrnehmung und das Gedächtnis
- sie fördert die Beweglichkeit und stärkt die Muskulatur

- sie reduziert Stress und fördert die aktive Erholung
- sie reduziert Spannungen und negative Gefühle

9Wie wird ein Therapiegarten eingerichtet? Ein Therapiegarten kann und darf kein "fertiger" Garten sein, sondern er soll mehrere inhaltliche Schwerpunkte anbieten: Gelegenheiten zur Entspannung und Erholung, Gelegenheiten, die Sinne zu schärfen oder anzuregen, Gelegenheiten, "andere Dinge" zu tun, als im Alltag, Möglichkeiten, sich abzulenken, "auszusteigen aus der Hektik" usw. Er beinhaltet somit eine Vielzahl von Angeboten, die auch einem ständigen Wandel unterworfen sein können, je nach aktuellem Bedarf. Er sollte geschützt sein, naturnah, aktiv bewirtschaftet, er sollte auch Möglichkeiten bieten zur individuellen kleinteiligen Nutzung als Gemüseanbaufläche (kleine Beete von ca. 2-5 m² Fläche). 9Wer kann an unserem Angebot teilnehmen? Generell können Menschen aller Altersgruppen mit und ohne Beeinträchtigungen an den Angeboten teilnehmen.

- sozial benachteiligte Menschen
- Menschen mit Beeinträchtigungen (körperlich und geistig)
- Menschen mit Erkrankungen nach Unfallfolgen
- Demenzkranke / Alzheimer, Parkinson, Multiple Sklerose (MS) …
- Rehabilitanden z.B. aus Kureinrichtungen / Nachsorge
- Traumatisierte Aussiedler / Übersiedler
- Straffällige / gewaltbereite Menschen
- Verhaltensauffällige Kinder und Erwachsene

9Fototagebuch 92007 November / Dezember
 "Erste Landvermessung"

Markt Platz Erfurt ... weiter zur Fotogalerie 92008 April

Erste Begehung

Urbarmachung ... weiter zur Fotogalerie 9Mai

Erste Kräuter sind im Boden

Wolken über dem Garten ... weiter zur Fotogalerie 9Juni

Doppelte Sicherheit

Erste Äpfel ... weiter zur Fotogalerie 9Juli

Es blüht ...

... hoher Besuch ... weiter zur Fotogalerie 9 August Sommergäste ... weiter zur Fotogalerie 9 September Erntezeit ... weiter zur

Fotogalerie 9Oktober

Blühender Herbst

"Erste Wintergrüße" ... weiter zur Fotogalerie 9November

Der Himmel am 11.11.

Winterschlaf ... weiter zur Fotogalerie 9Dezember

Die Hochbeetfläche wird weiter urbar gemacht

Ist das schon Winterschlaf ? ... weiter zur Fotogalerie

92009 Januar

Richtiger Winter auch im Garten

Warm arbeiten hilft manchmal ... weiter zur Fotogalerie 9Februar

Aus dem Winterschlaf erweckt

Hochbeetformen ... weiter zur Fotogalerie 9März

20.03.2009 12:43 Uhr - Frühlingsanfang

Der Frühling mit Farbtupfern ... weiter zur Fotogalerie 9April

KollegInnen vom Projekt Arbeitsleben unterstützen die Gärtner

Besuch von Frau Lieberknecht u. Herrn Düssel von der Thüringer Ehrenamtsstiftung ... weiter zur Fotogalerie 9Mai

OB Bausewein eröffnet den Garten

In der Weidenplantage von Bad Berka ... weiter zur Fotogalerie 9Juni

Die Zuccinis blühen

Ein Lindenstamm kommt an ... weiter zur Fotogalerie 9Juli

Erntekorb Juli

Projekt "Arbeitsleben" feiert Abschied ... weiter zur Fotogalerie 9

August

Melissa hilft fleißig mit

Nicht nur die Tomaten gedeihen ... weiter zur Fotogalerie 9

September

Regelmäßiger Regen

Rizinus in voller Blüte ... weiter zur Fotogalerie

9

Oktober

Herbstregen

[Oktoberfrüchtchen ... weiter zur Fotogalerie9](#)

[November November Anfang und Ende ... weiter zur Fotogalerie9](#)

[Dezember Erste Wintergrüße ... weiter zur Fotogalerie](#)

[92010 Januar Ein richtiger Winter ... weiter zur Fotogalerie9](#)[Februar Vorfrühling ... weiter zur Fotogalerie9](#)[März Erweiterungsplanung Mauerbienen bevölkern das Insektenhotel ... weiter zur Fotogalerie](#) Unterstützer und Sponsoren
Oberbürgermeister der Stadt Erfurt, Andreas Bausewein
Aktion Mensch & Förderprogramm dieGesellschafter.de
N.L. Chrestensen, Erfurter Samen- und Pflanzenzucht GmbH
Alwin Höhne Holzhandel, Erfurt
ARGE Erfurt
Initiative & Arbeit für Erfurt
Heinrich Böll Stiftung Thüringen e.V.

Text : Alexandra Zicke, Klaus Fischer
Fotos : Klaus Fischer