

23. JUNI - AUSGABE NR. 3

HEALING gardener®



Co-funded by
the European Union

www.healinggardener.eu

INHALT



SEITE 3

**HAUPTARTIKEL: EINBLICKE
IN DIE HEILGARTEN-
METHODIK DER JARDINES
TERAPÉUTICOS PALMLÖF**

SEITE 6

**DIE FORTSCHRITTE BEI DER
ARBEIT AN LOKALEN
HEILGÄRTEN**

SEITE 9

**DAS GÄRTNER-QUIZ FÜR
ANFÄNGER**



**Co-funded by
the European Union**

EINBLICKE IN DIE METHODIK DES HEILGARTENS BEI JARDINES TERAPÉUTICOS PALMLÖF

Jardines Terapéuticos Palmlöf (JTP) widmet sich seit 2018 der Umsetzung der Heilgarten-Methodik. Unser Ansatz ist inspiriert von einer Verschmelzung von Beschäftigungstherapie, sozialem und therapeutischem Gartenbau und Gartenmodellen, die Theorien und wissenschaftlich fundierte Praktiken einbeziehen. Durch den Anbau und die Pflege von Pflanzen, zusammen mit naturbasiertem Handwerk und sozialen Interaktionen, wollen wir eine heilende Umgebung schaffen, die sowohl die geistige als auch die körperliche Gesundheit fördert und das allgemeine Wohlbefinden unterstützt.

In den Jardines Terapéuticos Palmlöf führen wir jedes Jahr und jeden Monat therapeutische Gartenarbeiten durch. Unser Planungsprozess orientiert sich an den wechselnden Jahreszeiten, spezifischen Gartenbau- und Gartenarbeiten, traditionellen Festen, die mit der Landwirtschaft oder der Natur in Verbindung stehen, sowie an den örtlichen Wetterverhältnissen. Diese sorgfältige Planung stellt sicher, dass wir das ganze Jahr über sinnvolle Beschäftigungen anbieten und gleichzeitig Möglichkeiten zur Förderung verschiedener Aspekte von Gesundheit und Wohlbefinden schaffen. Indem wir unsere Aktivitäten auf diese Faktoren abstimmen, schaffen wir eine vielfältige und bereichernde Erfahrung für unsere Teilnehmer.

Im therapeutischen Gärtnern setzen wir die sozialen/erholsamen und therapeutischen Anwendungsbereiche um. Alle Interventionen werden in einem Gruppensetting durchgeführt, wobei die spezifischen therapeutischen Bedürfnisse der Teilnehmer berücksichtigt werden. Je nach Bedarf werden einige Personen dem sozialen Schwerpunkt zugeordnet, während andere mit spezifischeren ergotherapeutischen Anforderungen in den therapeutischen Bereich fallen.

Für Teilnehmer mit therapeutischem Bedarf werden individuelle Bewertungen durchgeführt, um ihre spezifischen therapeutischen Ziele zu bestimmen. Diese Beurteilungen werden von Fachleuten des Gesundheitswesens durchgeführt, z. B. von Ergotherapeuten im JTP. Die Interventionen für diese Personen sind eher personenzentriert und konzentrieren sich auf ihre individuellen Bedürfnisse und Ziele.

Andererseits werden die Teilnehmer des sozialen Schwerpunkts, insbesondere unserer Kategorie "aktives Altern", einer allgemeineren Beurteilung unterzogen. In diesem Fall werden allgemeine Gruppenziele definiert, die unter anderem die Förderung des allgemeinen Wohlbefindens, der Sozialisierung und der Lebensqualität umfassen können.





Indem wir sowohl soziale/freizeitbezogene als auch therapeutische Interventionen anbieten, stellen wir sicher, dass die Teilnehmer eine auf ihre individuellen Bedürfnisse und Ziele zugeschnittene Unterstützung erhalten, die ihre allgemeine Gesundheit und ihr Wohlbefinden in einem Gruppenrahmen fördert.

Die Anpassung und Abstufung von Aktivitäten/Beschäftigungen durch die Beschäftigungstherapie und ihre wichtigsten Bestandteile sind in der Tat ein wesentlicher Aspekt der Methodik von Jardines Terapéuticas Palmiöf (JTP). Die Fähigkeit zur Anpassung und Abstufung von Aktivitäten spielt eine grundlegende Rolle bei unseren Interventionen und der Verfolgung von Therapiezielen.

Die Anpassung beinhaltet die Veränderung von Objekten oder Umgebungen, um die Fähigkeit des Klienten, bestimmte Aufgaben auszuführen, herauszufordern oder zu verbessern. Sie kann sowohl vom Therapeuten als auch vom Klienten durchgeführt werden. Im therapeutischen Garten des JTP sind die Anpassungen bereits in die Umgebung integriert worden. Die Gestaltung des Gartens ist zugänglich und auf die Bedürfnisse verschiedener Nutzergruppen mit unterschiedlichen Behinderungen und Fähigkeiten zugeschnitten. So wurden beispielsweise Hochbeete angelegt, die ein Hocken oder Bücken überflüssig machen, so dass die Menschen ohne körperliche Beschwerden an den Pflanzarbeiten teilnehmen können. Diese Anpassungen ermöglichen es den Menschen, sich auf eine Weise an der Gartenarbeit zu beteiligen, die ihren Fähigkeiten entspricht und ihre aktive Beteiligung fördert.

Durch die Einbeziehung solcher Anpassungen in den therapeutischen Garten stellen wir sicher, dass Personen mit unterschiedlichen Bedürfnissen und Fähigkeiten in vollem Umfang an den therapeutischen Maßnahmen teilnehmen und von ihnen profitieren können, was ihre Gesamterfahrung und ihren Fortschritt in Richtung der therapeutischen Ziele verbessert.

Beim Grading hingegen wird der Schwierigkeitsgrad oder die Herausforderung einer Aktivität systematisch angepasst, indem Faktoren wie Größe, Anstrengung oder benötigte Energie, Aufmerksamkeitsanforderungen, erforderliches Urteilsvermögen oder Unterscheidungsvermögen und vieles mehr verändert werden.





Durch den Einsatz von Abstufungstechniken wollen wir die Dienstleistungsnutzer bei der erfolgreichen Durchführung der Aktivität unterstützen, damit sie engagiert und motiviert bleiben, weiter mitzumachen. Umgekehrt kann die Einstufung auch dazu dienen, die Komplexität oder die Herausforderung einer Aktivität zu erhöhen und den Nutzer dazu zu bringen, auf das Erreichen der gewünschten Ziele hinzuarbeiten.

Ein anschauliches Beispiel für die Abstufung im Rahmen unserer therapeutischen Gartenpraxis im JTP wäre das Anbringen von Holzbalken auf den Pflanzbeeten. Diese Anpassung dient zwei Zwecken: Sie verhindert, dass die Pflanzen zertrampelt werden, und erhöht gleichzeitig die für das Balancieren erforderliche Anstrengung, wodurch das vestibuläre System trainiert wird.



A Darüber hinaus fördert sie die Entwicklung von Fähigkeiten zum Überqueren der Mittellinie, wenn sich die Personen zum Pflanzen bücken müssen, was ihre motorische Koordination und kognitiven Prozesse weiter verbessert.

Durch die Integration von Anpassungen und Abstufungstechniken in unsere Aktivitäten können wir sicherstellen, dass der Einzelne eine individuelle Unterstützung erhält, die es ihm ermöglicht, auf einem angemessenen Niveau teilzunehmen und gleichzeitig seine therapeutischen Ziele anzusprechen und das Wachstum und die Entwicklung in verschiedenen Aspekten seines Wohlbefindens zu fördern.

Durch die Anwendung der Healing Garden-Methode bietet Jardines Terapéuticos Palmlöf (JTP) allen Nutzern die Möglichkeit, sich aktiv an gärtnerischen, sensorischen und naturbezogenen Aktivitäten zu beteiligen. Unser Ansatz ist darauf ausgerichtet, die Stärken jedes Einzelnen zu maximieren, unabhängig von seinen spezifischen Bedürfnissen oder Fähigkeiten.

Ariana Smith Rodríguez
MSc in Occupational Therapy
Therapeutic Services Coordinator at JTP

DEN FORTSCHRITT DER ARBEITEN AN DEN LOKALEN HEILGÄRTEN

Die Entwicklung lokaler Heilgärten in den Partnerländern hat erhebliche Fortschritte gemacht, wobei der Schwerpunkt auf der Schaffung ruhiger und therapeutischer Umgebungen liegt, die Heilung und Wohlbefinden in der Gemeinschaft fördern. Im Folgenden finden Sie einen Überblick über die Aktivitäten, die die einzelnen Partnerorganisationen in den letzten Monaten durchgeführt haben.

INTRAS (VALLADOLID, SPANIEN)

Der Bau des Heilgartens in Valladolid hat in den letzten Monaten bemerkenswerte Fortschritte gemacht. Unser Team von engagierten Gärtnern hat mehrere zeitaufwändige Aufgaben erfolgreich abgeschlossen, darunter die Einebnung des Geländes, die Errichtung einer Stützmauer aus Gabionensteinen und die sorgfältige Vermessung und Abgrenzung des Gartengrundrisses. In der Zwischenzeit haben wir den Weg mit glattem Beton gepflastert, der derzeit trocknet. Außerdem hegen und pflegen unsere Gärtner fleißig die von der Universität Valladolid großzügig gespendeten Pflanzen. Unter den gespendeten Arten befinden sich *Laurus nobilis*, *Punica granatum*, *Photinia serrulata*, *Arbutus unedo* und *Viburnum tinus*, um nur einige zu nennen.



DIAKONIE KLINIK (MOSBACH, DEUTSCHLAND)

Das Projekt Therapiegarten liegt uns besonders am Herzen, da es von zahlreichen Partnern der Johannes-Diakonie in Mosbach unterstützt wird. Die Zusammenarbeit der engagierten Teams der Diakonie Klinik und der Gartenbauabteilung des Berufsbildungswerks Mosbach-Heidelberg treibt das Projekt voran. An der Diakonie Klinik Mosbach hat die Johannes Diakonie Mosbach vor kurzem einen Therapiegarten angelegt und entwickelt ihn weiter, um den Patienten ein pflegendes und heilendes Umfeld zu bieten.

Mit der Anlage von Pflanzbeeten und der Bepflanzung mit verschiedenen Pflanzen sind bereits große Fortschritte erzielt worden. Unsere Vision für den Garten sieht vor, eine Murelbahn, eine Pergola und eine kleine Rasenfläche mit bequemen Liegestühlen anzulegen. Außerdem wollen wir die Gemüsebeete erweitern, damit sich die Patienten aktiv an der Gartenarbeit beteiligen können. Außerdem ist ein Sinnesgarten mit einer Reihe von duftenden Pflanzen geplant.

Wir freuen uns sehr über die weitere Entwicklung des Gartens und sind gespannt auf seine Fortschritte. Die Pläne werden in ausführlichen Gesprächen weiterentwickelt und regelmäßig an die saisonalen Anforderungen angepasst.

Darüber hinaus haben sich drei Mitarbeiter aus der Gartenabteilung und der Diakonie Klinik aktiv an den 17. Internationalen Grünberger Gartentherapietagen vom 12. bis 14. Mai 2023 beteiligt. Die Veranstaltung stand im Zeichen der Gesundheitsprävention und diente dem internationalen Austausch.



STIFTUNG THEOTOKOS (ATHEN, GRIECHENLAND)

Während des Winters arbeitete das Team der Healing Gardener an der Gestaltung der Bereiche des Heilungsgartens. Die Auszubildenden, die an dem Programm teilnahmen, lernten etwas über verschiedene Böden, Materialien zum Anlegen von Wegen, Bäumen, Sträuchern und Blumen. Mit Begeisterung beteiligten sie sich an der Internetrecherche, um die am besten geeigneten Materialien für die verschiedenen Bereiche des Gartens zu finden und um die Möbel und die Bepflanzung auszuwählen.



Die Auszubildenden unserer Gartenbauwerkstatt arbeiteten mit der Holzwerkstatt zusammen, um die Pergola, die Tische und die Hochbeete zu entwerfen. Aufgrund der langen Regenzeit haben sich die Arbeiten verzögert, aber wir warten alle sehnsüchtig darauf, mit der Bepflanzung der von uns ausgewählten Bäume, Sträucher und Blumen zu beginnen.



DAS ANFÄNGER-GÄRTNER-QUIZ

Machen Sie unser Garten-Quiz, um herauszufinden, wie viel Sie bereits über Gartenarbeit Wissen

1. Was ist der Hauptzweck von Kompost bei der Gartenarbeit?
 - a. Anreicherung des Bodens mit Nährstoffen
 - b. Bekämpfung von Schädlingen und Krankheiten
 - c. Verbesserung des Wasserabflusses
2. Welche der folgenden Pflanzen ist ein Beispiel für eine mehrjährige Pflanze?
 - a. Tomate
 - b. Sonnenblume
 - c. Rose
3. Wann ist die beste Tageszeit zum Gießen von Pflanzen?
 - a. Morgens
 - b. Nachmittags
 - c. Abend
4. Welche Gemüsepflanze benötigt ein Spalier oder eine Stütze?
 - a. Karotte
 - b. Kopfsalat
 - c. Erbse
5. Wozu dient das Mulchen bei der Gartenarbeit?
 - a. Kontrolle des Unkrautwachstums
 - b. Schatten für die Pflanzen zu spenden
 - c. Erhöhung der Luftzirkulation
6. Welcher Faktor ist für die erfolgreiche Keimung von Samen entscheidend?
 - a. Sonnenlicht
 - b. Düngemittel
 - c. Kalte Temperaturen
7. Worauf bezieht sich der Begriff "pH-Wert" im Gartenbau?
 - a. Säuregehalt oder Alkalität des Bodens
 - b. Höhe der Pflanzen
 - c. Wassergehalt des Bodens
8. Welches der folgenden Gemüsesorten gehört zur warmen Jahreszeit?
 - a. Brokkoli
 - b. Gurke
 - c. Spinat
9. Was bedeutet der Begriff "Deadheading" im Gartenbau?
 - a. Das Entfernen von abgestorbenen Blättern von Pflanzen
 - b. Beschneiden überwachsender Zweige
 - c. Verblühte Blüten entfernen
10. Welcher Kontinent ist als Heimatland der Kartoffel bekannt?
 - a. Europa
 - b. Asien
 - c. Südamerika

Antworten: 1A 2C 3A 4C 5A 6A 7A 8B 9C 10C

Wenn Sie 6 oder mehr Fragen richtig beantwortet haben, sind Sie auf dem besten Weg, Gärtner zu werden.

Wenn Sie weniger als 6 Punkte erreicht haben, müssen Sie mehr über Pflanzen und Gartengeräte lernen

ABONNIERE DENN NEWSLETTER FÜR HEILGÄRTNER

Senden Sie einfach eine
E-Mail an: dsme@intras.es