

Gestaltung von Aussenräumen für Demenzkranke

Empfehlungen für Institutionen
und Baufachleute



Kanton Bern

Gesundheits- und
Fürsorgedirektion

Alters- und Behindertenamt



Stadt Bern

Direktion für Bildung
Soziales und Sport

Alters- und Versicherungsamt

Vorwort

Liebe Leserin, lieber Leser

Gärten haben eine positive Wirkung auf unser Wohlbefinden und die Orientierung im Tages- und Jahreslauf.

Auch pflegebedürftige Menschen halten sich gerne im Freien auf. Wind, Sonne und das Ansprechen aller Sinne bedeutet gerade für ältere, in ihrer Sinneswahrnehmung beeinträchtigte Menschen eine Steigerung ihrer Lebensqualität.

Die Erfahrung zeigt, dass Aussenräume für Demenzkranke auch für das Personal entlastend wirken können: Durch eine verbesserte Befindlichkeit der Bewohnerinnen und Bewohner und durch einen entlasteten Betrieb im Hausinnern.

Damit ihnen die Benutzung des Aussenraumes auch tatsächlich ermöglicht werden kann, ist die Realisierung eines Aussenraums für Demenzkranke in das Betriebs- und Betreuungskonzept der Institution einzubetten. Mit zu berücksichtigen ist dabei der erhöhte finanzielle und personelle Aufwand, den die Pflege eines Aussenraums nach sich zieht.

Die vorliegende Broschüre wurde von der Gesundheits- und Fürsorgedirektion des Kantons Bern gemeinsam mit der Direktion für Bildung, Soziales und Sport der Stadt Bern initiiert und erarbeitet. Der Inhalt nimmt Bezug auf die «Empfehlungen für die stationäre Betreuung von demenzkranken Menschen im Kanton Bern» (GEF, Alterspolitik 2005).

Bei der Arbeit an dieser Broschüre konnten wir auf Erfahrungen von Institutionen zurück greifen, die bereits Aussenräume für Demenzkranke eingerichtet haben oder solche planen. Im weiteren stand uns Stadtbauten Bern beratend zur Seite.

Wir danken an dieser Stelle allen Fachleuten für ihre Mitarbeit an dieser Broschüre und wünschen Ihnen viel Erfolg bei der Umsetzung der Empfehlungen. •

Einleitung

Wenn ein Garten eine Erweiterung des «heimischen» Lebensbereichs von älteren Menschen bieten soll, so ist es wichtig, dass er sich möglichst an dem orientiert, was den Bewohnerinnen und Bewohnern kulturell vertraut ist. Das, was wir selber als wohltuend und natürlich empfinden, wird auch von demenziell erkrankten Menschen geschätzt. Ein Garten, der unterschiedliche Pflanzen, Licht- und Schattenplätze sowie offene und geschützte Räume kombiniert, wirkt auch auf demente Menschen ansprechend.

Der Garten muss weder besonders ausgefallen noch «englisch» sein. Eine pflegeleichte Anlage mit einheimischen Pflanzen reicht vollkommen aus und ist auch aus Kosten- und Personalaufwand-Gründen zu bevorzugen.

Beliebt sind Früchte und Kräuter zum Selber Pflücken. Sie wecken auch die eine oder andere Erinnerung und wirken dadurch integrativ. Für manche Bewohnerinnen oder Bewohner kann die Möglichkeit von kleineren Gartenarbeiten wohltuend sein; für andere ist bereits der Aufenthalt im Freien ein Erlebnis.

Aufgrund der Veränderungen der Wahrnehmungs- und Erlebnisfunktionen der Bewohnerinnen und Bewohner sind bei der Gestaltung von Aussenräumen für Demenzkranke einige Vorgaben zu beachten.

Ohne eine Abgrenzung nach aussen kann die Sicherheit der Bewohnerinnen und Bewohner gefährdet und das Personal zur ständigen Aufsicht gezwungen sein. Je nach Lage der Institution, Grösse und Art des Aussenraums, Gefährdungspotential der Umgebung und personellen Voraussetzungen wird eine Umzäunung nicht zu vermeiden sein.

Die Anlage soll einfach «lesbar» sein – und doch vielfältig genug, um individuelle Erinnerungs-Erfahrungen zu ermöglichen. Der Garten soll alle menschlichen Sinne ansprechen sowie den unterschiedlichen Bewegungs- und Betätigungsbedürfnissen der Benützenden entgegen kommen.

Gefahrenpotentiale müssen minimiert werden, um den selbständigen Besuch des Gartens zu ermöglichen. Letzteres verlangt auch eine sorgfältige Planung und Gestaltung der Zugänge vom und ins Haus.

Es gibt bestimmte tendenzielle Gemeinsamkeiten in der Wahrnehmung und im Sozialverhalten von Demenzkranken, die krankheitsbedingt begünstigt werden, aber im Einzelfall keine Gültigkeit haben müssen. So werden z. B. spiegelnde Flächen nicht von allen als beängstigend empfunden; ein Kübel wird von manchen umgangen, während andere darüber stolpern; einige suchen die Gegenwart ihrer Mitmenschen, andere ziehen sich eher zurück.

Das heisst, dass es auch auf Aussenräume bezogen schwierig ist, allgemeingültige, detaillierte Aussagen zu machen bezüglich Über- bzw. Unterforderung von Demenzkranken durch bestimmte Hindernisse (bzw. deren Vermeidung).

Dennoch sind Lösungen anzustreben, die einerseits Demenzkranke im Anfangsstadium nicht mehr als nötig einschränken, andererseits solche in fortgeschrittenen Stadien nicht mehr als nötig verwirren und gefährden. Also weder «Hochsicherheits-» noch «Irrgarten».

Da eine Erweiterung des Lebensraums für Bewohnerinnen und Bewohner auch das Personal betrifft, sollten möglichst alle Mitarbeitenden bereits bei der Planung von Aussenräumen für Demenzkranke mitreden können.

Nicht vergessen werden darf die Abänderbarkeit einer Anlage. Aufgrund von Beobachtungen des Personals und Erlebnissen der Bewohnerinnen und Bewohner im Garten sollten Bewährtes ausgebaut und Problemstellen eliminiert werden können. ●

Auf den folgenden Seiten werden einzelne Aspekte der Gestaltung von Aussenräumen für Demenzkranke näher behandelt.

Praktische Gestaltung

- Charakter** Grundsätzlich sind verschiedene Aussenraumcharaktere vorstellbar, bzw. es kann von vorhandenen Flächen ausgegangen werden: Park, Hausgarten, Bauernhof-Umgebung, englische Anlage, «Stadtgärtli» usw.
- Grösse** Eine optimale Grösse (und Gestaltung) vermitteln weder das Gefühl des Eingeschlossenseins noch das Gefühl des Sich-Verlieren-Könnens. Die Grösse hängt namentlich ab von der Anzahl Bewohnerinnen und Bewohner sowie von den gegebenen Grenzen des Grundstücks.
- Zugang vom Haus** Er sollte möglichst ebenerdig, schwellenlos und während den Öffnungszeiten des Aussenraums jederzeit in beiden Richtungen passierbar sein.
- Toiletten,
Garderobe Nützlich sind Toiletten in unmittelbarer Nähe des Ausgangs. Zu empfehlen sind hier – vor allem in mehrgeschossigen Häusern bzw. Abteilungen – auch individuelle Garderobenschränke mit gartentauglichen Schuhen und Wind- oder Regenjacken.

> Praktische Gestaltung

Wege

«Endloswege»

Idealerweise führen alle Wege – oder wenigstens der Hauptweg – zum Ausgangspunkt zurück, d. h. zum Zugang vom Haus zum Aussenraum. Dieser Zugang sollte möglichst von jeder Stelle des Wegs aus sichtbar sein. So hat auch das Personal einen besseren Überblick über die Anlage.

Innen-Aussen-Rundgang?

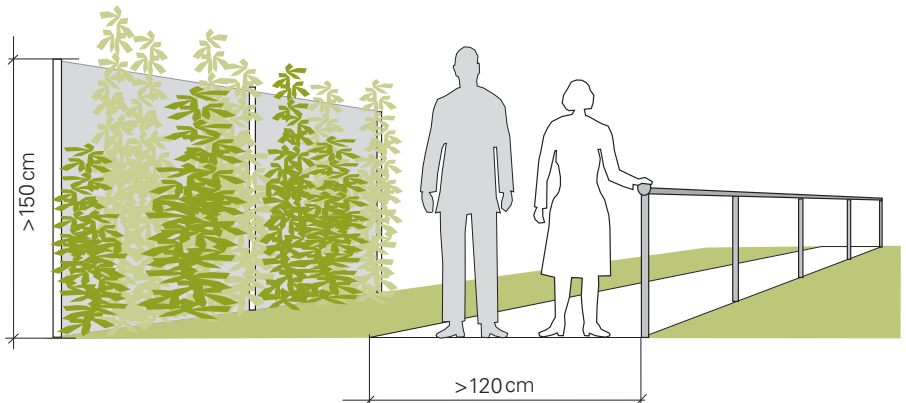
Bei geringen Platzverhältnissen im Aussenraum bietet sich u. U. folgende Lösung an: Der Rundweg führt durch den einen Ausgang aus dem Erdgeschoss hinaus ins Freie und durch einen andern Eingang wieder ins Haus. Dort ist er durch einen Korridor mit dem Ausgangspunkt verbunden. Der Rundweg kann in beiden Richtungen begangen werden.

Wegbreite

Mindestens 1.20 m. So können zwei Personen nebeneinander gehen, und das Kreuzen ist problemlos möglich.

Kreuzungen, Verzweigungen

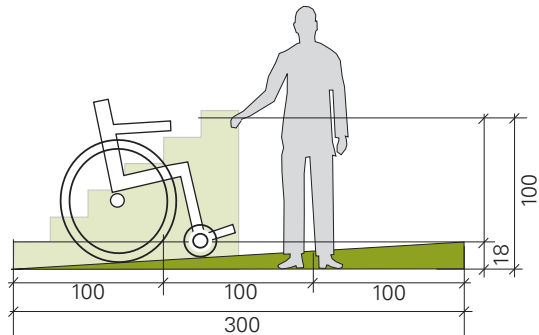
Wegkreuzungen und -verzweigungen sind auf ein Minimum zu beschränken, da sie Verwirrung und Entscheidungsblockaden auslösen können.



> Praktische Gestaltung

Geländer Bei Rampen und Treppen ist mindestens auf der einen Seite ein Geländer mit Handlauf anzubringen.

Treppen, Stufen, Rampen Treppen oder Stufen sind durch sanft ansteigende Rampen umgehbar bzw. umfahrbar zu machen (Stolpergefahr, Angst vor Hindernissen, Rollstuhlgängigkeit).



Die Steigung darf maximal 6% betragen. Das heisst: Auf einer Strecke von 1 m können höchstens 6 cm Höhenunterschied überwunden werden. Um 1 Treppenstufe (Ø Höhe: 18 cm) durch eine Rampe zu ersetzen, braucht es eine Strecke von 3 m.

Materialien, Gestaltung Der Belag soll sich farblich/strukturell deutlich von der Umgebung abheben und zum Befahren mit Rollstühlen und rollenden Gehhilfen geeignet sein.

Umzäunung Zum Schutz der Aussenraum-Benützer vor den Gefahren (Verirren, Verkehr) des unbemerkten Weggehens kann ein Zaun unerlässlich sein.

Material, Höhe Bewährt haben sich Maschendrahtzäune von mindestens 1.50 m Höhe.

Bepflanzung Um «Käfiggefühle» zu vermeiden, ist der Zaun durch geeignete Bepflanzung zu verbergen (Hecke).

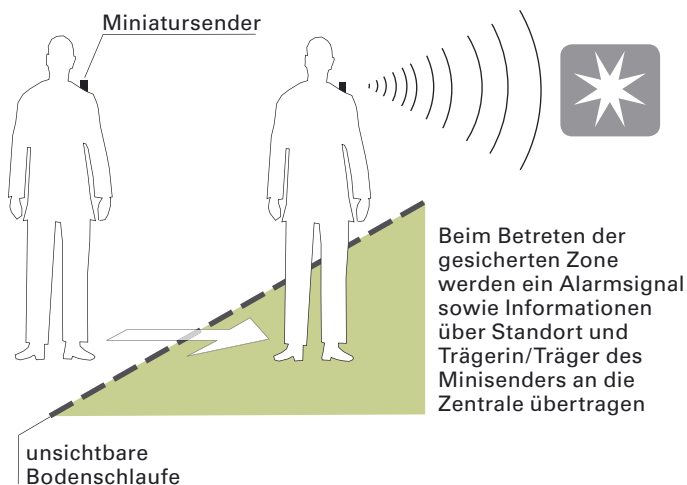
> Praktische Gestaltung

Einweg-Tore

Erwünschte Zugänge vom öffentlichen Raum ins Gelände sind durch geeignete Pflanzen zu «verstecken» und durch Einweg-Tore zu sichern (hinein=ja, hinaus=nein).

Elektronische Systeme

Eine Ergänzung zur Umzäunung können elektronische Systeme sein, die der Trägerin/dem Träger von entsprechenden Kleingeräten den Zugang zu einem definierten Ausgangsrayon ermöglichen, bzw. beim Übertreten der festgelegten Zone beim Personal einen Alarm auslösen:



Geländeformen

Grundsätzlich kann auf fast jeder Geländeform aufgebaut werden. Ungeeignet sind allerdings stark abfallende Gelände.

Idealerweise sind Erhebungen unmittelbar am Weg inklusive Bepflanzung höchstens 1 m hoch, um die Überblickbarkeit des gesamten Geländes auch vom Rollstuhl aus zu gewährleisten.

> Praktische Gestaltung

Bepflanzung

Geeignete
Pflanzen

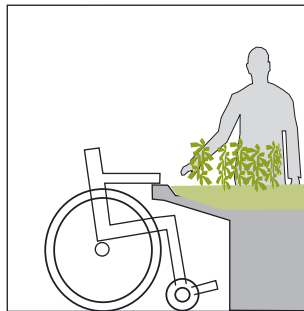
Besonders geeignet sind einheimische Pflanzen. Unbedingt zu vermeiden sind giftige sowie stachelige oder scharfkantige Gewächse [[>giftige Pflanzen](#)].

Sinnesreize,
«Erlebnispark»

Sanfte Sinnesreize sind durch Farben, Formen, Düfte, Strukturen und Oberflächen sowie Geräusche zu erzielen. Alle diese Effekte sind bereits mit Pflanzen, Mauerwerk usw. und mit Hilfe des Windes zu erreichen. In diesem Sinne ist eigentlich jeder Garten ein «Erlebnispark».

Hochbeete

Hochbeete sind möglichst so anzulegen, dass Rollstuhlfahrende frontal nahe genug heranfahren können:



Ernte-
möglichkeiten

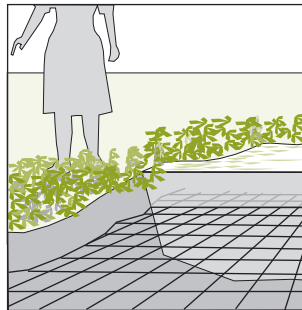
Baumobst (Niederstämme, Spalier) und vertraute, essbare, stachellose Beeren (Himbeeren, Erdbeeren) können geerntet und gegessen werden. Dies gilt auch für Küchenkräuter.

> Praktische Gestaltung

Gartensitzplätze	<p>Geeignete Aussensitzplätze sind 2-er-Sitzbänke sowie Stühle. Beliebt sind Hollywood-Schaukeln.</p> <p>Ein Teil der Sitzgelegenheiten sollte eine gewisse Intimität gewährleisten.</p>
Sonnenschutz	Sonnenschirme oder -storen sind unbedingt nötig.
Bedachung	Damit sie auch bei Niederschlag genutzt werden können, sind ein Teil der Sitzgelegenheiten zu überdachen.
Terrasse	Eine (gedeckte) Terrasse – möglichst mit stufenlosem Übergang ins Gelände – bietet auch weniger mobilen Bewohnerinnen und Bewohnern die Möglichkeit zum Aufenthalt im Freien.
Pavillon, Grill	Ein gedeckter Platz (Pavillon oder ähnlich) kann mit einer fixen oder mobilen Grilleinrichtung versehen werden, die unter Aufsicht genutzt werden kann.
Wichtig:	Alle hier genannten Bauten und Möbel müssen witterungsbeständig, solide, standfest und möglichst ohne scharfe Ecken/Kanten oder «Einklemmstellen» beschaffen sein.

Wasser

Über die Gefahren von stehenden Kleingewässern (Teich, Weiher) gehen die Meinungen auseinander. Bereits vorhandene Gewässer sollten mit einer geeigneten Uferbepflanzung – ohne Stolpergefahr – abgeschirmt werden.

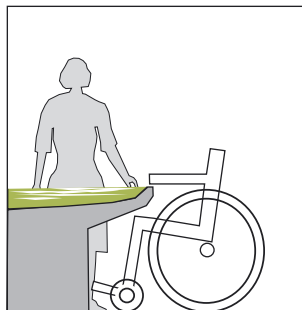


Ein Mittel gegen die Gefahr des Ertrinkens sind Gitter, die 10 cm unter der Wasseroberfläche angebracht werden.

(Für Teiche, Weiher und Brunnen geeignet)

Eher unproblematisch sind Gewässer mit geringer Tiefe (unter 10 cm).

Eine weitere Möglichkeit sind Springbrunnen oder Wasserbecken, deren Inhalt stehend und vom Rollstuhl aus erreichbar sind:



> Praktische Gestaltung

Tiere

Kleintiere wie beispielsweise Zwergziegen, Kaninchen oder Vögel können eine Aussenanlage bereichern

Wintergarten

Ein Wintergarten hat den Vorteil der ganzjährigen Benutzbarkeit. Ausserdem entfällt das Problem des Übergangs ins Freie (Türen, Schwellen) sowie des klimabedingten Kleiderwechsels.

Bepflanzung

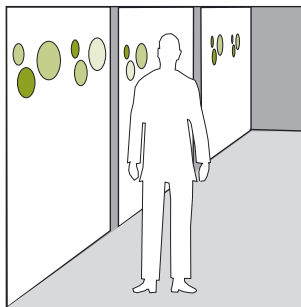
Grundsätzlich gelten für Wintergärten die gleichen Empfehlungen bezüglich Bepflanzung – wenn erwünscht und möglich – wie für Aussenräume.

Sonnenstoren

Wintergärten können unter Sonneneinstrahlung sehr warm werden; Sonnenstoren sind unabdingbar.

Glasflächen

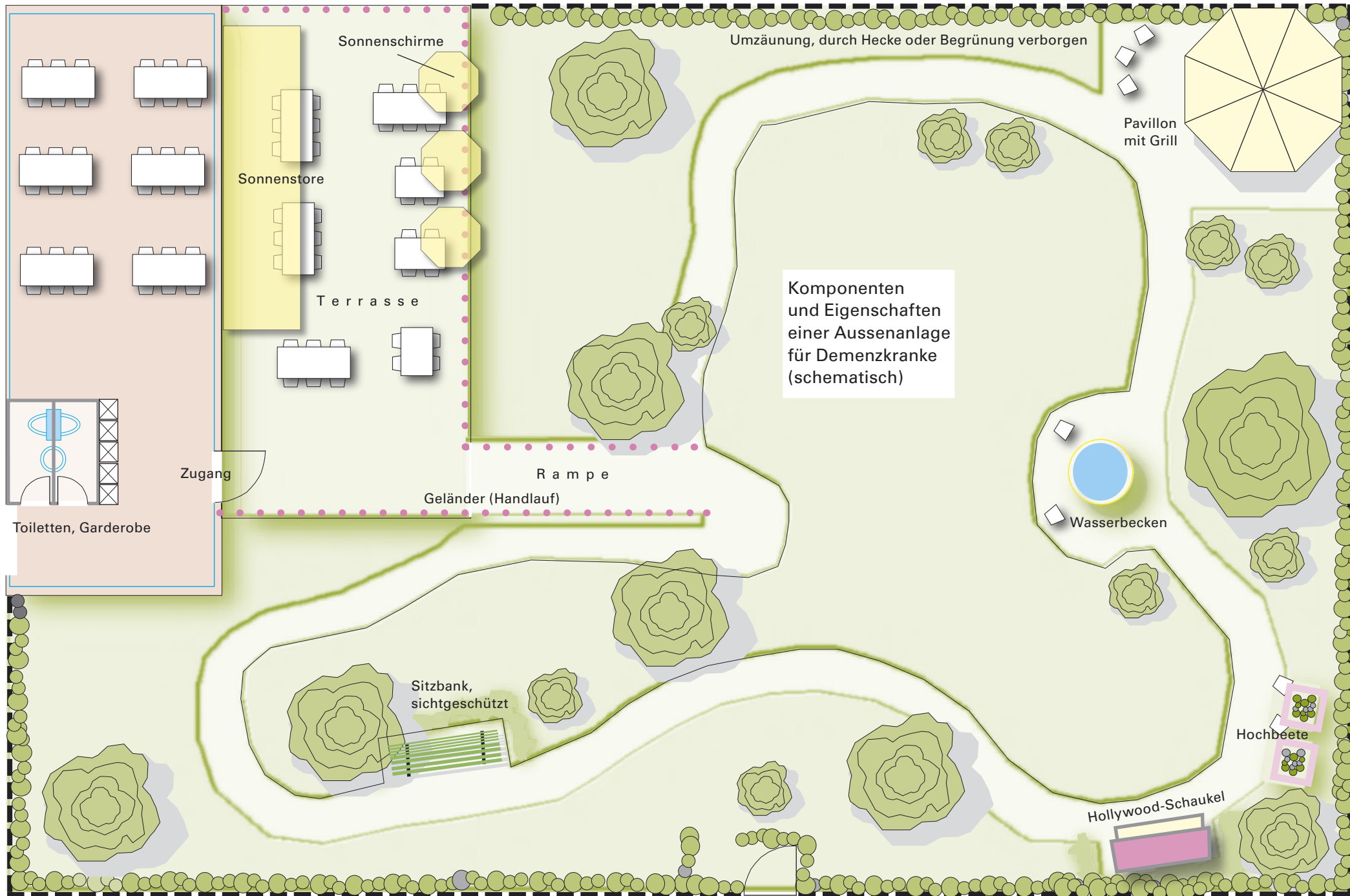
«sichtbar» machen



Grosse Glasflächen, die bis zum Fussboden herabreichen, können leicht übersehen werden. Sie sind mit geeigneten Massnahmen «sichtbar» zu machen.

Fenster zum Garten

Wenn ein Aussenraum (noch) nicht für Demenzkranke geeignet gestaltet werden kann, gibt es die Möglichkeit, ein oder mehrere grössere Fenster, eine Veranda oder gar eine Glasfront zum Garten mit Sitzmöglichkeiten einzurichten. Auch so können die Vegetation, der Wechsel der Witterung und der Jahreszeiten usw. betrachtet werden. ●



Komponenten
und Eigenschaften
einer Aussenanlage
für Demenzkranke
(schematisch)

«versteckter» Zugang

Pflanzen

Giftige Pflanzen

A) Garten und Park

Bohnen (!)	Lebensmittel, aber roh trotzdem giftig. Sie können schmerzhafte, blutige Durchfälle verursachen.
Buchsbaum	Eine sehr häufig vorkommende Garten- und Heckenpflanze.
Cotoneaster	Ist giftig, hat aber kein hohes Gefährdungspotential.
Eibe (!)	Die Nadeln und Samen enthalten das herzwirksame Alkaloid Taxin, der rote Samenmantel ist giftfrei.
BewohnerEfeu	Gilt als giftig, jedoch sind nur wenige Vergiftungen bekannt (Efeu schmeckt sehr schlecht).
Eisenhut (!)	Sie ist die gefährlichste einheimische Giftpflanze. Es gibt kein Gegengift, und das Gift kann über die Haut aufgenommen werden. Die Vergiftung ist sehr schmerzhaft.
Fingerhut (!)	Ist als Giftpflanze bekannt. Gefährlicher als die wenig giftigen Blüten sind die unscheinbaren Blattrosetten im ersten Jahr vor der Blüte.
Goldregen (!)	Alle Teile der Pflanze sind giftig. Vergiftungsfälle gibt es in jedem Jahr, da die Pflanze bei uns sehr häufig ist.
Christrose	Ist giftig, aber nur wenige Vergiftungen sind bekannt. Dies könnte mit der winterlichen Blütezeit zusammen hängen.

> Pflanzen, giftige

Herbstzeitlose (!)	Gehört zu den lebensgefährlich giftigen, herbstblühenden Krokussen.
Immergrün	Beliebter, aber giftiger Bodendecker.
Kartoffel	In allen grünen Teilen giftig, besonders in den Sprossen der Knolle.
Kirschlorbeer	Die verlockend erscheinenden Früchte enthalten Blausäure.
Krokusse (!)	Alle Krokusse sind mehr oder weniger giftig. Die Zwiebel ist der giftigste Teil der Pflanze.
Liguster	Eine beliebte Heckenpflanze mit attraktiv aussehenden, aber giftigen Beeren. Auch der Rest der Pflanze ist giftig.
Narzisse	Ihre Zwiebeln sind unbekömmlich.
Pfaffenhütchen (!)	Gehört zu den sehr gefährlichen Pflanzen, zumal die stark giftigen Früchte schön bunt aussehen.
Küchenschelle	Diese Pflanzen sowie alle Anemonenarten – ob wild oder Zierpflanze – sind giftig; gefährliche Vergiftungen sind jedoch selten.
Rittersporn (!)	Enthält in geringerer Menge die gleichen gefährlichen Inhaltsstoffe wie der Eisenhut.
Rizinusbaum, (!) Wunderbaum	Bei uns meist als einjährige Pflanze aus Samen gezogen. Komplett giftig und sehr gefährlich.

> Pflanzen, giftige

B) Wintergarten/Haus

Alpenveilchen	Das Gift der Pflanze steckt vor allem in der Knolle.
Becher-Primel	Allergieauslösende Teile dieser Pflanze sind besonders die Härchen an Blättern, Blüten und Stängeln.
Dieffenbachie	Gehört zu den Aronstabgewächsen; alle Pflanzenteile, besonders aber die Blätter sind giftig. Starke Wirkstoffschwankungen möglich.
Engelstropfete (!)	Ein harmloser Name für ein sehr giftiges Gewächs.
Korallenbäumchen	Alle Teile dieser Topfpflanze sind giftig, besonders die unreifen Beeren. Reife Beeren werden als gering giftig eingestuft.
Madagaskar- Immergrün	Besonders die Wurzeln, aber auch die übrigen Teile dieser Topf-Zierpflanze gelten als giftig.
Oleander (!)	Blüht als zimmerhohe Kübelpflanze in Wintergärten und auf Terrassen und Balkonen. Alle Teile der Pflanze, besonders aber die Blätter und während der Blütezeit die Samen, gelten als giftig.
Riemenblatt	Die giftigen Stoffe stecken bei dieser Zierpflanze besonders in den Blättern und dem zwiebelartig verdickten Stamm.
Wandelröschen (!)	Unreife und reife Beeren sowie die Blätter und Blüten sind die giftigen Teile dieser Pflanze.
Weihnachtsstern	Giftiger, stark hautreizender weißer Milchsaft. Auch Blätter und Blüten der Pflanze enthalten giftige Stoffe. Die gärtnerischen Sorten des Weihnachtssterns gelten aber als überwiegend ungiftig bis gering toxisch. ●

> Pflanzen

Ungiftige Pflanzen (Auswahl)

Blutpflaume	Hartriegel-Arten	Rotdorn
Dattelpalme	Hibiskus	Sanddorn
Deutzie	Judenkirsche	Schlehe
Falscher Jasmin	Kapuzinerkresse	Stiefmütterchen
Felsenbirne	Kornelkirsche	Usambaraveilchen
Ficusarten	Lampionblume	Veilchen
Flieder	Maulbeeren	Wachsblume
Fuchsie	Mehlbeeren	Weihnachtskaktus
Gänseblümchen	Osterkaktus	Weissdorn
Geranie	Pelargonie	Zierkirsche
Grünlilie	Pfeifenstrauch	Zierpflaume
Gummibaumarten		Zierquitte

Dazu einheimische Laub- und Nadelbäume (Ausnahme: Eibe),
Obst- und Beerensorten sowie Gewürzkräuter. •

Erfahrungen

Hier folgen stichwortartig wiedergegebene Auszüge aus Gesprächen mit Praktikerinnen und Praktikern, die bereits Erfahrungen mit Aussenanlagen für Demenzkranke gemacht haben.

I

Gesprächspartnerin: Leiterin einer Demenzabteilung.
Bewohnerinnen und Bewohner mit leichter bis schwerer Demenz.
Anzahl Betten: Haus A 13, Haus B 9

Allgemeiner Nutzen des Aussenraums

Unbestritten ein erweiterter Bewegungsraum. Der Aufenthalt im Freien kann entspannend wirken, bewirkt auch längerfristig weniger Unruhe. Bewohnerinnen und Bewohner wirken lebendiger, wacher, klarer. Auch gemeinsamer Lebensraum mit Personal (Essen unter Pergola). Möglichkeit für Angehörige, hinaus zu gehen. Für Personal dadurch auch Bereicherung und Entlastung.

Voraussetzungen

Der Garten ist abgeschlossen, der in der Nähe gelegene Teich nicht unmittelbar zugänglich (so können Bewohnerinnen und Bewohner selbständig hinaus, ohne dass man sich sorgen muss. Das Über-den-Zaun-klettern-Wollen kommt eher selten vor, weshalb auch nicht ständige Aufsicht nötig ist. Eventuell trägt auch das hauseigene Konzept «Freiheit über Gefahr» dazu bei, dass sich die Leute hier daheim fühlen und nicht unbedingt «nach Hause» wollen.

Es werden auch weitere Möglichkeiten gesucht, den (Er)lebensraum der Bewohnerinnen und Bewohner zu erweitern: gemeinsames Kochen, Angebot von Andachten oder Konzerten in der Cafeteria, Möglichkeit für Angehörige, die Bewohnerinnen und Bewohner mit nach Hause zu nehmen.

> Erfahrungen I

Haus A

Ein rundliches Gebäude mit länglichem Garten davor. Demenzabteilung im Erdgeschoss.

Übergang: Da er einen ebenerdigen Zugang hat, ist der Garten für alle selbstständig erreichbar, ausser für die Rollstuhlfahrenden, da die Türe zu schwer ist.

Wegführung: keine «Acht», kein Kreis. Ein kleiner «Rundlauf» im hinteren Teil. Scheint als angenehm empfunden zu werden. Unterschiedliche Bodenstrukturen oder -farben sind problematisch; Wechsel werden als Hindernisse/Schwellen wahrgenommen und nur mühsam übertreten. Absätze und Pflanzenkübel sind «Stolpersteine».

Geschützte Lage der Pergola ist vorteilhaft. Sie ist bewachsen und dadurch ein schönes Plätzchen zum Verweilen.

Bereicherung: Kräuter, Beeren aller Art zum Selberpflücken. Dies wird genutzt und weckt Erinnerungen. Tee mit Kräutern aus dem eigenen Garten wird speziell genossen.

Umfeldgeschehen ist wichtig: eine temporäre Baustelle weckte Interesse.

Haus B

Demenzabteilung im 1. Stock.

Diese Situation – nicht im Erdgeschoss – ist ein Hindernis für das selbständige Aufsuchen der Aussenanlage: nur die mobilen, eher leicht Dementen suchen den Garten selbständig auf.

Der spiegelnde Lift und die metallene Feuertreppe (=Zugang) werden als bedrohlich erlebt.

Für Rollstuhlfahrende und für stärker Demente ist für den Übergang vom Haus in den Garten Begleitung nötig. •

> Erfahrungen



Gesprächspartnerin: Heimleiterin.

Zentrum für Demente, 57 Betten auf 4 Stockwerken. Altes, herrschaftliches Gebäude, freistehend, Hanglage, mit grossem Gartenumschwung; Terrasse vor Wintergarten; im Erdgeschoss: Ess- und Wohnräume.

Bewohnerinnen und Bewohner: Schwer Demente ab 80 Jahren

Allgemeiner Nutzen

Ist eindeutig festzustellen: wirkt beruhigend, ist Abwechslung für Bewohnerinnen und Bewohner wie für Personal. Stimmungsaufhellung oder Erinnerungsschimmer bei «Früchteernte». Erfahrung sinnvoller Tätigkeitseinheiten, die von Umweltgegebenheiten animiert werden. Demente scheinen bei aller Vergesslichkeit noch über bestimmte «szenische Skripts» zu verfügen, z. B. «Sträusschen zusammenstellen» (machen sie von sich aus), oder «wischen» (die Wege), «auf Bank sitzen und schauen» oder «Picknicken» (macht grosse Freude). Weniger Tag-Nacht-Umkehrung (möglicherweise durch das Angebot, sich tagsüber ausgiebig im Freien zu bewegen).

Auch für Personal entlastend, da bessere Stimmung der Bewohnerinnen und Bewohner. Räumliche Erweiterung auch für Mitarbeitende: mehr Licht und Abwechslung in den Tätigkeiten (z. B. mähen, «Aufsicht», Stühle bereit stellen u. a.).

Im Sommer gäbe es Bewohnerinnen und Bewohner, die den Garten eigenständig aufsuchten. Andere müssten auch begleitet werden, was im Tageslauf eingeplant sei. Wenn 1:1-Betreuung im Haus notwendig sei, setze sich dies im Garten fort.

Voraussetzungen

Kein Gefahrenpotential durch Garten: Hoher Zaun! Wurde erhöht wegen «Kletterbegeisterung» einzelner Bewohnerinnen und Bewohner. Kein Teich. Ein pflegeleichter Garten, der vom technischen Dienst unterhalten wird.

> Erfahrungen II

Wintergarten

Brachte höhere Investitionskosten mit sich; auch Stellenprozente-Erhöhung für Putzaufwand. Wind-Wetter-Erfahrung geringer, dafür intensive Nutzung im Winter möglich. Ganzjährig – insbesondere am Nachmittag – eine beliebte Alternative zum Gang ins Freie, um Licht, Jahreszeiten usw. zu erfahren.

Zugang von den Wohngeschossen zum Erdgeschoss (und damit zum Garten)

Über Aufzug oder Treppe. Der Aufzug wird von jenen genutzt, die den Knopf richtig bedienen können. Andere benutzen die Treppe, die jedoch Vielen Angst mache. Die relativ steile Treppe hat dunkle Trittflächen, und der Handlauf ist nicht durchgehend.

Im Winter und in den Übergangsjahreszeiten müssen die Zugänge zum Garten geschlossen werden, um Erkältungen zu vermeiden. Zwar ist im Erdgeschoss eine Garderobe eingerichtet, aber noch sind keine Schuhe bereit gestellt, um den unproblematischen Zugang zum Garten zu ermöglichen. So müssen bei Bedarf die Schuhe per Telefon «oben» bestellt werden. (Wenn die Bewohnerinnen oder Bewohner ihre Schuhe selber holten, hätten sie oben meist vergessen, dass sie ja in den Garten wollten.)

Garten

Charakter: Er ist eher gross, parkartig, mit ausgewachsenen Bäumen, Pavillon und Rundweg sowie einzelnen Verzweigungen. Erhöhter Zaun.

Beete durch leichte, sanft aufsteigende Erhöhungen abgegrenzt (kein Stolpern).

Wege: Auch unterschiedliche Wegbeläge führten nicht zum Stehenbleiben. Der Verzicht auf Handläufe – ausgenommen bei einer kurzen Treppe – scheint unproblematisch. Es sei selten – aber möglich –, dass «etwas passiere». Eine abschüssige Stelle ist für Rollstuhlfahrende etwas schwierig.

Wichtig seien die grossen Sonnenschirme.

> Erfahrungen II

Spezielles

Besonderen Anklang finden auch hier Früchte zum Pflücken. Ausserdem der Brunnen (Springbrunnen in erhöhtem Becken) und die Hollywoodschaukel. •



Gesprächspartner und -partnerin: Heimleiter, Pflegedienstleiterin
Ausschliesslich mittel bis stark demente Bewohnerinnen und Bewohner
Betten: 40

(Zurzeit wird eine neue Anlage geplant, mit Wintergarten und einem Aussenraum, der über eine sanft geneigte Rampe zugänglich sein wird).

Charakter

Heute: Terrasse mit Rampe, die zu einem kleinen Garten mit Rundweg führt. Darin etwa mittig eine Baumgruppe. Sonst keine Nischen oder anderen Angebote. Zum Rundweg meint die Pflegedienstleiterin, dass es gut für die Bewohnerinnen und Bewohner sei, sich bewegen zu können.

Zugang und Weggestaltung

Der Garten ist aufgrund einer relativ steilen Rampe nur für Bewohnerinnen und Bewohner zugänglich, die gut zu Fuss sind. Rollstuhlfahrende und weniger Mobile brauchen Unterstützung. Im Winter alle – wegen der Bekleidung, die nicht durch eine nahe am Ausgang gelegene Garderobe unmittelbar erreichbar ist.

Kleiner, im Kreise führender Rundweg. Eine davon wegführende, kurze Treppe sei für manche ein Problem (zögern, umkehren), obwohl dort noch nie jemand hingefallen sei.

> Erfahrungen III

Gemäss Heimleiter sollte man möglichst alles vermeiden, was gefährlich sein könnte.

Wasser

Der Teich wurde zugeschüttet (wegen 40 cm hoher Betonabgrenzung = Stolperfalle).

Offen/geschlossen

Der Garten ist eingezäunt und kann – wie das ganze Haus – nicht zuletzt wegen der nahe gelegenen, stark befahrenen Strasse von den Bewohnerinnen und Bewohnern nicht selbständig verlassen werden. •

IV

Aus Sicht einer weiteren Heimleitung sollte nicht zu stark auf freiheitsbeschränkende Massnahmen gesetzt werden. Heime von Domicil für Senioren und auch andere Institutionen hätten gute Erfahrungen mit Beschäftigungs- und Animationsprogrammen gemacht – vor allem auch bei Demenzkranken. Ziel für Heime gegenüber agitierten Dementen müsse sein, eine Erlebniswelt zu schaffen, die ihren Gefühlen entspricht. Wenn die Umgebung eines dementen Menschen nicht stimme, versuche er auszubringen – in eine Welt einzutauchen, die seinen Gefühlen entspricht. Auch Aussenanlagen sollten unter diesem Aspekt gestaltet werden. Erfahrungen in einem Altersheim mit Hausgemeinschaften zeigten, dass demente Bewohnerinnen und Bewohner besonders mittels Beschäftigungen in der Gruppe «gehalten» werden können.

Ähnliche Erfahrungen wurden auch in einem kleineren Heim mit 21 Bewohnerinnen und Bewohnern gemacht. An das Haus grenzt ein riesiger, schöner Garten. Trotz diesem «offenen Garten» gehen sehr wenige Menschen weg – laut Aussage der Heimleiterin nur dann, wenn die Erlebniswelt durcheinander gerät. •

Adressen

Kanton Bern:
Gesundheits- und Fürsorgedirektion
des Kantons Bern
Alters- und Behindertenamt
Rathausgasse 1
3011 Bern
031 633 42 83
info.alba@gef.be.ch
www.gef.be.ch

Stadt Bern:
Direktion für Bildung
Soziales und Sport
Alters- und Versicherungsamt
Schwanengasse 14
3011 Bern
031 321 66 93
ava@bern.ch
www.nimmergruen.ch

Eine aktuelle Liste der Institutionen im Kanton Bern, die bereits über Aussenräume für Demenzkranke verfügen oder solche planen, ist bei den oben erwähnten Adressen zu beziehen.

Literatur und Links

Bundesministerium für Gesundheit und Soziale Sicherung (Hg.): Gärten für pflegebedürftige Menschen. Kuratorium Deutsche Altershilfe. Köln, August 2004.

Download PDF-Datei:

www.kda.de/german/download/detail.php?id_dl_dl=61

Copak, I.: Empfehlungen für die Gestaltung von Aussenanlagen für demenziell erkrankte Menschen (2000).

www.garten-therapie.de/

Gabriel, E., Martignoli, S., Röthlisberger, S., Steffen, M., Wick, C. & Wyttenbach, S.: Die Umgestaltung der Inselgärten nach dem Konzept Healing Garden. Studentische Arbeiten. Schriftenreihe der Interfakultären Koordinationsstelle für Allgemeine Ökologie, Nr. 40. Universität Bern, 2005.

Gesundheits- und Fürsorgedirektion des Kantons Bern GEF: Alterspolitik im Kanton Bern. Planungsbericht und Konzept für die weitere Umsetzung der vom Grossen Rat mit dem Altersleitbild 2005 festgelegten Ziele. Bern, Dezember 2004, S. 57 ff.

Download via:

www.gef.be.ch/site/index/gef_direktor/gef_alba_alter.htm

Hopf, S.: Wohnberatung bei Demenz (2006).

www.nullbarriere.de/-wohnberatung-demenz.htm

Hopf, S.: Parkanlage und Sinnesgarten (2006).

www.nullbarriere.de/-sinnesgarten.htm

Jakob, U., Vollmer, G., Wagner, M.: Gesunde Räume für Kranke? Planung, Architektur, Frauen (PAF), Bulletin Nr. 4. Basel, 2001.

Ulrich, R.S.: View through a window may influence recovery from surgery. In: Science, Vol. 27 (4647), 1984, S. 420–421.

Vuori, M.I.: Effects of gardens on health outcomes. Theory and research.

In: M.C. Cooper & M. Barnes (Hg.): Healing gardens. Therapeutic Benefits and Design Recommendations. New York, John Wiley, 2000, S. 27–86.

Weitere Links:

Elektronische Systeme: www.remeda.ch

www.demenz-support.de/php/index.php?action=homepage&language=de

www.sw.nrw.de/v2/cms2/front_content.php?idcat=12

www.sw.nrw.de/download/gaerten.pdf •

Impressum

Projektleitung:
Dr. Isabel Marty, Alters- und
Versicherungsamt der Stadt Bern

Wissenschaftl. Mitarbeit:
Kirsten Thiemann

Fotos, Grafik, Layout, PDF:
infopub@bluewin.ch

© 2006 AVA, Stadt Bern