

Gartentherapie und Demenz



Grit Hintz

– Gartentherapeutin –

E-Mail: grit.hintz@gmx.de

www.gartenundgesundheit.de





Wie wirkt Gartentherapie



- Sinnesanregung → Assoziationen und Emotionen entstehen
- Motivation zur Aktivität und Bewegung
- belebt und entspannt zugleich
- Schulung Motorik und Koordination
- Selbstwirksamkeit, Selbstachtung, Anerkennung
- räumliche und zeitliche Orientierung
- Raum für Kreativität, soziales Miteinander, Kommunikation
- Biographiearbeit, Gedächtnistraining “ganz nebenbei”



Gartentherapie und Demenz





Gartengestaltung - Sinnesgarten



- Pflanzenauswahl
- Wege und Plätze
- barrierefreier Zugang
- Räume für Rückzug und Aktivität
- äußere Begrenzung
- andere Gestaltungselemente



Der Frühling hat sich eingestellt
Wohlan, wer will ihn sehn?
Der muß mit mir ins freie Feld,
ins grüne Feld nun gehn.

Er hielt im Walde sich versteckt,
daß niemand ihn mehr sah;
ein Vöglein hat ihn aufgeweckt,
jetzt ist er wieder da.

Jetzt ist der Frühling wieder da,
ihm folgt, wohin er zieht,
nur lauter Freude fern und nah
lauter Spiel und Lied.

Und allen hat er, groß und klein,
was Schönes mitgebracht,
und sollt's auch nur ein Sträußchen sein
er hat an uns gedacht.