



Mit Pflanzen auf Reisen gehen

Von Holland nach Marokko in knapp zehn Minuten – nicht möglich? Mit dem Projekt Gartentöne schon, dafür reichen ein QR-Code und ein internetfähiges Smartphone.

Viele Pflanzen, die im gartentherapeutischen Kontext zum Einsatz kommen, stammen ursprünglich aus anderen Regionen. Ein gern genutzter Klassiker: die Pfefferminze. Alle kennen sie, wenige erahnen, dass sie hier einen Gast aus dem Mittelmeerraum anpflanzen oder bereits im Garten haben. Ähnlich wie die Tulpe, die ebenfalls ein Gast aus dem südöstlichen Mittelmeerraum ist, wengleich vermutlich einige Bewohner*innen unserer Senioreneinrichtung sie eher in Amsterdam zu Hause wännen. Viele von ihnen kennen das Lied „Tulpen aus Amsterdam“ und die riesigen Tulpenfelder in den Niederlanden. Pflanzen können uns durch ihr einfaches Sein auf Reisen in weit entfernte Weltgegenden, aber auch in die eigene innere Welt mitnehmen. Bei einem gartentherapeutischen Gruppenangebot auf einer unserer Stationen legte ich einmal den Fokus auf besondere Pflanzensamen. Auf dieser Station beteiligen sich in der Regel nur wenige Teilnehmer*innen aktiv am Angebot, aber über

den gustatorischen Faktor und interessante Geschichten war es immer wieder möglich, sie alle für einen Moment auf eine kleine Reise mitzunehmen. So löste der Samen der Protea bei Herrn P., der demenziell erkrankt war und in meinen Gruppenangeboten sonst nie sprach, die Äußerung aus: „Das ist die Nationalblume von Afrika ... die ist auch in ihrem Wappen.“ (Anmerk. Autorin: Südafrika). Plötzlich wuchs aus dem Samen in seiner Hand eine Pflanze lebendiger Erinnerungen in seinem Geist heran und er berichtete uns aus seinem Leben, als er in Afrika arbeitete. Pflanzen sind Türöffner zur weiten Welt in der Ferne und gleichzeitig zu der Welt in uns drinnen.

In meiner bisherigen Arbeit mit Senior*innen, egal ob mit oder ohne Demenz, ist Reisen immer wieder ein zentrales Thema in Gesprächen: Erinnerungsreisen in die eigene Lebensgeschichte, von Wohlfühlorten wie dem eigenen ehemaligen Garten bis hin zu wunderschönen Urlaubsplätzen am Meer oder in den Bergen. Gern erkundigen sich meine Gesprächspartner*innen auch, wo mein nächster Urlaub hingehet. Nicht selten kennen sie meine Urlaubziele wie beispielsweise Südtirol von früher und wir kommen gemeinsam ins Schwelgen über Seceda, Dolomiten oder Meran. Mit Erinnerungen auf Reisen gehen verbindet und schafft hochbetagten Menschen Raum, für einen Moment dem Alltag zu entfliehen, der häufig durch das Bewusstwerden eigener Defizite geprägt ist.

Lebendige Begegnungen anregen

Oft sind nur ein paar Stichpunkte nötig, damit Menschen mit und ohne Demenz biographische Erinnerungen und eigenes Wissen wieder abrufen können. Ich erlebe das, wenn ich mit Bewohner*innen unsere kleine Bauengartenecke mit den verschiedensten Gemüsesorten aufsuche. Plötzlich erzählen sie von ihrem alten Garten, als würde sich in ihnen ein Bilderbuch öffnen und die ganze Sehnsucht, Liebe und Freude, die



sie mit diesem kleinen Stück Erde verbunden haben, tritt zutage. Für einen Moment tauchen sie durch die Erzählung in ein Stück innere Geborgenheit ein und erinnern trotz demenzieller Veränderung unvermittelt sogar kleinste Nuancen. Lieder und Gedichte werden erinnert und ermöglichen besonders leicht biographie-bezogene Gespräche. Themenbezogen eingesetzte Audiodateien fördern diese Form therapeutischer Arbeit und regen lebendige Begegnungen an. Sie helfen, längst vergessen geglaubte Erinnerung und Erfahrungen zu verbalisieren.

Mit dem QR-Code Tradition und Moderne verbinden

Anfangs war auch ich kein Freund davon, das Smartphone während eines gartentherapeutischen Einzel- oder Gruppenangebotes zu nutzen bzw. einzubinden. In den Zeiten von Corona lernte ich sehr schnell, wie nützlich der Gebrauch von digitalen Medien sein kann. Der Umgang damit wurde für mich selbstverständlicher. Wie oft suchte ich mit Bewohner*innen nach dem Ende eines begonnenen Gedichtes, den Text der zweiten und dritten Liedstrophe oder die Melodie des Liedes, an das sie sich gerade erinnerten. Irgendwann überwand ich meine Bedenken und griff zum Smartphone um Herrn Google zu fragen. So konnte manch begonnenes Gedicht oder Lied vergnüglich zu Ende gebracht werden. Natürlich war nicht immer gleich die Information, die ich benötigte, abrufbar, was im therapeutischen Kontext schnell frustrieren kann. So griff der Gedanke in mir Raum, den Garten selbst interaktiv erlebbar zu machen. Neben Liedern und Gedichten wären auch kleine Podcasts schön, um Wissenswertes über Pflanzen auf unterhaltsame Art zu vermitteln und nebenbei auch das eigene Wissen wieder aufzufrischen. Tradition mit Moderne verknüpfen und Erlebnisqualität steigern: aus diesem Impuls entstand das Projekt Gartentöne. Der Schlüssel zu den „Gartentönen“ sind QR-Codes. Auf der Website stehen diese zum jeweiligen Thema als Download zur Verfügung. Das entsprechende Schild wird vor die Pflanze positioniert

und über das Einscannen des QR-Codes wird die hinterlegte Audiodatei in Form eines Podcasts, Liedes, Gedichtes oder einer Geschichte abrufbar.

Im Zuge der Digitalisierung ermöglicht diese mediale Umsetzung eine neue Form des Zugangs zu Garten und Pflanzen und eröffnet so Möglichkeiten einer neuen Sinnes- und Erlebniswelt. Es ist zu erwarten, dass immer mehr hochbetagte Menschen ein eigenes Smartphone besitzen und medienaffiner als heutige Generationen werden.

Ich entschied mich dabei bewusst für Audiodateien. Egal ob allein oder zusammen angehört, bieten sie einen eigenen Unterhaltungswert. Außerdem haben angezeigte Texte, Bilder und Videos zu Pflanzen auf Smartphones in der Arbeit mit hochbetagten Menschen limitierende Faktoren. Neben dem spiegelnden Display werden im Alter häufig die Augen schlechter, was das Lesen von Texten auf kleinen Displays erschwert. Ein auditiver Schwerpunkt kompensiert die Seheinschränkungen und motiviert Smartphonebesitzer*innen auch zum selbstständigen Genuss der „Gartentöne“.

Erinnerung fördern, Wissen erweitern

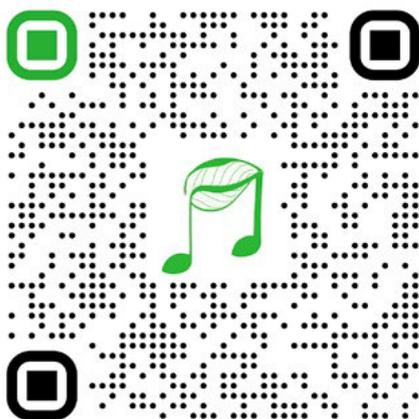
„Wie heißt die rotblühende Pflanze da hinten am Haus, rechts neben dem Sprudelstein?“

Wenn ich im Garten bin, erkundigen sich Bewohner*innen, Kolleg*innen oder Angehörige gern über Pflanzen, die ihr Interesse geweckt haben. Manchmal fällt mir neben dem Namen noch eine kleine Anekdote zur Pflanze ein und die Fragenden hören mir dann sehr interessiert zu. Aber ich erlebe auch, dass Bewohner*innen verunsichert sind, wenn sie sich an Namen und Informationen zu Pflanzen nicht mehr erinnern. Neben tiefem Bedauern bereitet es ihnen Unbehagen, was verständlich ist. Wer mag schon gerne Unwissen anzeigen.

Durch das Anbringen der QR-Codes können nun unterhaltsam aufbereitete Informationen in Form von kleinen Podcasts abgerufen werden. So wird mögliches Unbehagen durch das Anzeigen von Unwissen vermieden und jeder kann entspannt in eine faszinierende Mischung aus Wissen, Lyrik und Musik eintauchen. Weder ist botanisches Fachwissen erforderlich, noch muss jeder Vers zum Beispiel des „Osterspaziergangs“ auswendig gekonnt werden. Auch bedarf es keiner musischen Begabung, um bspw. an das Lied „Tulpen aus Amsterdam“ anzuknüpfen. In der Arbeit mit Senior*innen können diese Pflanzenportraits auch genutzt werden, um an altes Wissen rund um Kräutergarten, Hausapotheke und Küche anzuknüpfen.

Vom Mustergarten in die Welt

Gegenwärtig wird das Projekt im Garten der Senioreneinrichtung Haus am Klostersgarten in Preetz (GER) umgesetzt. Hier entstand 2018/19 in Kooperation zwi-



schen Einrichtungsleitung und dem Kompetenzzentrums Demenz Schleswig-Holsteins aus dem Projekt „Der Garten als Lebenswelt – Ein Mustergarten für Menschen mit und ohne Demenz“ bundesweit der erste Mustergarten.

Angeregt durch den Garten und die Vorliebe unserer Pflegedienstleitung für Pfefferminze, die er für seinen Minzgrüntee benötigt, fertigte ich den ersten Podcast: Die Minze und der Tee. Im Garten befindet sich dazu ein kleines Pflanzenensemble aus Minze und Grünteepflanze. Über den QR-Code gelangen Interessierte zum besagten Podcast und erhalten unterhaltsame Informationen zur Nana-Minze und der Tradition des Minzgrüntees. Neben dieser kleinen Reise in eine andere Kultur kann der/die Betrachter*in sich mit den Pflanzen im Ensemble vertraut machen, u.a. mit der Grünteepflanze, von der wir meist nur die Blätter im getrockneten Zustand kennen.

Inzwischen sind weitere Podcasts hinzugekommen und ich konnte einige Künstler*innen dazu gewinnen, eingespielte Lieder und Gedichte für das Projekt freizugeben. Seit Ostern ist die Website von Gartentöne online geschaltet, so dass bereits jetzt jeder auf die QR-Codes zugreifen kann, denn nicht nur in unserem schönen Mustergarten wachsen Pflanzen. Überall, wo ein Interesse besteht, die vorhandene Pflanzenwelt interaktiv zu nutzen, können die „Gartentöne“, kostenfrei eingesetzt werden: auf dem Pausenhof von Schulen, im eigenen Garten, in Blumenkästen einer Senioreneinrichtung ohne Garten, auf dem Bauernhof oder im botanischen Garten.

Oft ist der Weg das Ziel

Erste Rückmeldungen zum Projekt haben mich bereits erreicht und beglückt. So erfuhr ich, dass eine Angehö-

rige ganz begeistert vom Podcast „Osterspaziergang“ war, während ihre 100jährige Mutter vielmehr die technische Möglichkeit entzückte, mit dem Smartphone eine Verknüpfung zwischen einer Osterglocke und dem „Osterspaziergang“ herzustellen. Auch darüber kann man ins Gespräch kommen.

In meiner Tätigkeit als Gartentherapeutin bin ich immer wieder aufs Neue freudig überrascht, dass selten das geplante Erlebnis als isoliertes Ziel wahrgenommen wird. Viel häufiger regt schon der Weg dahin und auch von dort weg das Gespräch an. Gartenspaziergang, Pflanze, Podcast und Gespräch verschmelzen zu einem Gesamterlebnis.

Um das Projekt weiter zu entwickeln, benötige ich Unterstützung. Falls Sie künstlerisch tätig sind und dieser Artikel Ihr Interesse an den „Gartentönen“ geweckt hat, dann schauen Sie gerne auf die <https://gartentoe-ne.de/> oder melden sich info@gartentoe-ne.de. Vielleicht haben Sie Lust, Ihre hochwertigen Beiträge dem Projekt zur Verfügung zu stellen. Ich wäre sehr erfreut, Ihre Bekanntschaft zu machen.

Autorin



Jana Morche arbeitet seit zehn Jahren als Gartentherapeutin in Einrichtungen der Altenhilfe, ist als Referentin tätig und war Leiterin des Projektes DemenzGarten in Penzlin (GER). Jana Morche studierte Landschaftsarchitektur (B.Sc.) und absolvierte die berufsbegleitende Weiterbildung „Garten & Gesundheit – Gartentherapie“ an der Universität Rostock (GER).

