

# Im Grünen Sinn finden trotz Demenz

Der in diesem Beitrag erfundene Helmut B. steht beispielhaft für alle Menschen, die an Demenz leiden, aber dennoch selbstständig und aktiv genug sind, um für sich selbst und andere nützlich und wichtig zu sein. Naturgestützte Betreuungsangebote, die individuell auf Personen mit Demenz abgestimmt sind, zeigen, wie dies möglich ist.

Text: Dorit van Meel

**H**elmut B. ist 72 Jahre alt. Er hat ein demenzielles Syndrom im mittleren Stadium und ist auf familiäre Unterstützung angewiesen. Durch seinen zunehmenden Selbstständigkeitsverlust geht er seltener aus dem Haus, findet sich nicht mehr gut zurecht und seine sozialen Kontakte schwinden. Noch sind alle Herausforderungen durch ihn und seine Familie lösbar. Doch wie lange noch und zu welchem Preis? Und was kann getan werden, um einen Heimeintritt hinauszuzögern? Eine Option stellen naturgestützte Betreuungsangebote dar, die teil-selbstständige Menschen wie Herrn B. dabei unterstützen, ihre körperliche und geistige Gesundheit und ihre Lebensqualität zu erhalten.

Im Jahr 2023 wurde an der Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften (ZHAW) das Projekt «Wenn Silber auf Grün trifft» durchgeführt, mit dem Ziel, drei solcher die Natur einbeziehende Betreuungsangebote näher anzusehen.

## Beispiel 1: Wandern mit Alzheimer Bern

Alzheimer Bern bot bis 2023 in Kooperation mit Pro Senectute Kanton Bern Wanderungen für Menschen an, die im frühen bis mittleren Stadium an Demenz erkrankt sind. Ziel war, den Betroffenen ein Stück Lebensqualität, Lebensfreude und Gemeinschaft zu bieten. Ihre Angehörigen sollten entlastet und alleinlebenden Menschen soziale Interaktionen in der Natur ermöglicht werden. Eine Wanderleitung führte die Gruppe aus maximal 8 Gästen und freiwilligen Begleitpersonen an, das Betreuungsverhältnis folgte dem Prinzip 1:1. Die Nachmittage dauerten bis zu 5 Stunden, oft mit einem abschliessenden Café-Besuch.

## Beispiel 2: Stiftung Hofmatt

Die Stiftung Hofmatt ist ein Alters- und Pflegeheim in Münchenstein (Kanton Basel-Landschaft) mit 165 Betten und einem Tageszentrum mit 12 Plätzen. Tier- und naturgestützte Angebote dienen der

Förderung von Wohlbefinden und Lebensqualität sowie der Aktivierung der körperlichen und geistigen Ressourcen. Aber auch für die Alltagsgestaltung und das Erleben von Beziehungen sind sie von grosser Bedeutung. Minischweine, Hühner und Schafe wollen versorgt werden, aber auch Arbeiten mit Holz, Bepflanzungen von Blumenkisten, Ausflüge in den Garten oder auf den Bauernhof, Spaziergänge oder Programme im Innenhof der Hofmatt gehören dazu.

## Beispiel 3: Haus & Hof Hermolingen

Haus & Hof Hermolingen in Rothenburg (Kanton Luzern) bietet Betreutes Wohnen für gut 30 Männer ab etwa 55 Jahren. Ursprünglich fanden hier Knechte ein Altersasyl. Die Männer sind noch selbstständig genug, um alltägliche Abläufe selbst zu bewältigen. Sie haben jedoch psychosoziale, psychische und körperliche Schwierigkeiten. Steigt ihr Grad an Pflegebedürftigkeit, müssen sie in ein Heim wechseln. Hermolingen bietet landwirtschaftliche Tätigkeiten auf



Um die Minischweine in der Stiftung Hofmatt kümmern sich BewohnerInnen und MitarbeiterInnen gemeinsam.

Foto: Nadja Lang

freiwilliger Basis. Für viele Bewohner hat dies einen hohen Stellenwert. Die Arbeit in der Scheune, im Hühnerstall, im Gemüsegarten oder im Hofladen ist mehr als eine Beschäftigung, da sie gebraucht wird und die Männer dadurch Selbstständigkeit, Selbstwirksamkeit und Zufriedenheit erleben.

## Projektergebnisse

- Allen drei Beispielen ist gemein, dass es sich um naturgestützte Angebote handelt, welche die Institutionen selber finanzieren müssen. Dabei ist viel Eigeninitiative und Kreativität gefragt, etwa durch Freiwilligenarbeit, Spenden, einen eigenen Hofladen, Tierpatenschaften oder Förderungen.

- Ist die finanzielle Basis einmal gelegt, können naturgestützte Angebote massgeschneiderte Aktivitäten ermöglichen, die sich an den individuellen Wünschen und Bedürfnissen der Gäste orientieren, wie etwa die Betreuung von Tieren, Garten- oder Stallarbeit, oder auch nur der Aufenthalt und die Bewegung in der Natur.
- Die Gäste nehmen die Angebote gerne an und oftmals übersteigt die Nachfrage die vorhandenen Kapazitäten. Solche Betreuungsleistungen können physischen, psychischen und sozialen Problemen entgegenwirken wie Bewegungsdrang, Konzentrationsabbau, Gedächtnisverlust, Rastlosigkeit und Mangel an Sinnhaftigkeit. Sie gehen über eine medikamentöse Symptombekämpfung hinaus.
- Herausforderungen wie Unruhe, Ängste, Depressionen und Aggressivität bei an Demenz erkrankten Personen begegnen, Sturzprävention durch körperliche Aktivität und die natürliche Aufnahme von Vitamin D sind

nur einige Beispiele, wie die Lebensqualität und das Wohlbefinden von Betroffenen verbessert und ihr Betreuungs- beziehungsweise Pflegebedarf gebremst werden können.

Hier zeigt sich viel Entwicklungspotential für die Zukunft. Die ZHAW wird diese Entwicklungen weiterhin wissenschaftlich begleiten, damit Helmut B. und andere Betroffene die positiven Wirkungen professioneller, individualisierter naturgestützter Angebote in Anspruch nehmen können. ■



## Mehr wissen:

Projekt «Wenn Silber auf Grün trifft»



Dorit van Meel

Leiterin der Forschungsgruppe «Grün und Gesundheit» an der ZHAW in Wädenswil. Sie hat das Projekt gemeinsam mit ihren KollegInnen Luca Amiet, Martina Föhn und Nadja Lang, sowie Martina Filippo von der «Fachstelle Sozialrecht» durchgeführt. Dorit van Meel ist auch Chef-Redakteurin der Fachzeitschrift GREEN CARE und Dozentin an der Hochschule für Agrar- und Umweltpädagogik in Wien und der Universität Wien. [✉ dorit.vanmeel@zhaw.ch](mailto:dorit.vanmeel@zhaw.ch)