



NEWSLETTER

In loser Folge bringen wir Informationen
und Nachrichten zur Gartentherapie, die
Sie interessieren könnten

Mit dem Garten die Seele stärken

Das weiß sogar die KI: "Durch die Tätigkeit im Garten wird Stress reduziert, die Stimmung verbessert und das psychische Wohlbefinden gesteigert. Die Verbindung zur Natur, der Kontakt mit Erde und Pflanzen und die körperliche Aktivität wirken beruhigend, schaffen einen Ausgleich zum Alltag und fördern die innere Balance. Regelmäßiges Gärtnern kann auch als eine Art Meditation empfunden werden, die dabei hilft, den Geist zu klären und zu entspannen."

Aber nicht nur das aktive gärtnern kann eine Wohltat für die Seele sein. Allein die Wirkung der Farbe Grün, ob in einem Park oder im Wald, kann wohltuend sein, was auch in Krankenhäusern bekannt ist. Durch Untersuchungen wurde festgestellt, dass Patient*Innen, die in die Natur schauen können, schneller genesen und weniger Medikamente benötigen. William Bird, ein starker Befürworter der Green Care in GB schätzt, dass jedes Pfund, das der National Health Service (NHS) für die Errichtung eines Gartenbauprojekts ausgabe, fünf Pfund bei den allgemeinen Gesundheitskosten einsparen könnte.

So gibt es in Großbritannien seit einiger Zeit die "soziale Medikation". Sie ermöglicht Allgemeinmediziner*innen zum Beispiel einen Kurs für Gartenarbeit oder Outdooraktivitäten zu verschreiben (Auszug aus unserer Buchempfehlung [Vom Wachsen und Werden](#)).

Also "Gartentherapie auf Rezept". Das wär's doch - auch für Deutschland!



BR-Mediathek "Gesundheit!":

"Therapeutisch Gärtnern"

In einem sehr schönen Beitrag wurde am 23. Septembert an zwei praktischen Beispielen gezeigt, wie Gartentherapie heilsam wirken kann. Zum einen wurde Bärbel Zirkel - [GRÜNER ZIRKEL](#) - beobachtet, wie sie im CARITAS-Seniorenheim Martha-Maria in Krailling bei München eine Gartengruppe betreut. Zum andern besuchte das Film-Team von Veronika Keller vom Bayerischen Fernsehen den Dachgarten der Psychiatrischen Klinik Rechts der Isar, ein toller Therapiegarten in luftiger Höhe. Es ist immer erfreulich, wenn Gartentherapie in die Öffentlichkeit kommt, und das zu bester Sendezeit. Das Video ist bis 23.09.2027 verfügbar.

Therapeutisch Gärtnern

"Alte Stadtgärtnerei" in Lüneburg

Mirko Surburg, Gartentherapeut und Gartenplaner - **Erlebe grün** - in Melbeck hat für das Seniorenzentrum "Alte Stadtgärtnerei" in Lüneburg 2018 einen gut durchdachten Garten für an Demenz erkrankte Bewohner entworfen, der von einem Garten- und Landschaftsbauer aus der Region errichtet wurde. Im Zuge der Planungen wurde mit den Mitarbeitenden in einer gemeinsamen Veranstaltung Ideen, Wünsche und auch Ängste (hoher Pflegeaufwand des Gartens und wer soll das tun) erfragt, bei der er seine eigenen Gedanken einfließen lassen konnte. Nach der Fertigstellung und Eröffnung des Gartens erfolgte eine mehrmalige Gartentherapie-Schulung durch Mirko Surburg, in der die Grundlagen der Gartentherapie und die praktische Anwendung in den Räumlichkeiten der Einrichtung und direkt im Garten vermittelt wurden. So wird der Garten seit 7 Jahren nach Aussage des Personals sehr gut angenommen und hat schon viele schöne Stunden im Freien beschert.





Der gelebte Garten - Quelle der Gesundheit

Der Verband der Ersatzkassen e. V. (vdek) setzt im Auftrag der sechs Ersatzkassen (Techniker Krankenkasse (TK), BARMER, DAK-Gesundheit, KKH Kaufmännische Krankenkasse, hkk – Handelskrankenkasse und HEK – Hanseatische Krankenkasse) bundesweit Projektansätze in den Lebenswelten nach § 20a SGB V und § 5 SGB XI sowie zur betrieblichen Gesundheitsförderung gemäß § 20b SGB V in ambulanten und (teil-)stationären Pflegeeinrichtungen und Krankenhäusern um. Unter der Dachmarke „Gesunde Lebenswelten“ bündeln die Ersatzkassen ihr Engagement zur Stärkung der gesundheitlichen Chancengleichheit und vereinen verschiedene Aktivitäten mit dem Fokus auf Zielgruppen mit besonderem Präventions- und Gesundheitsförderungsbedarf.

Für alle, die die vielfältigen und gesundheitsfördernden Aspekte des Aufenthaltes im Garten nutzen wollen, hat "Gesunde Lebenswelten" einen Praxisleitfaden erstellt, der online heruntergeladen werden kann.

Verschiedene Angebote wie beispielsweise ein "Gartentreff", eine "Botanisiergruppe", ein "Garten der Sinne" oder "Floristik für Menschen mit fortschreitender Demenz" lassen sich damit in den Einrichtungsalltag von Pflegeheim oder Krankenhaus leicht einbauen. Ausgewählte Mitarbeiter oder Ehrenamtliche werden im Rahmen eines Multiplikatoren-konzepts zur Leitung der verschiedenen Gruppen befähigt.

[Zum Praxisleitfaden](#)



Für Sie entdeckt:

"Gartentherapie - ein neues Behandlungskonzept und seine Erfolge"

Unter der Reihe "Grüne Medizin" veröffentlichte das Magazin BIO bereits 2016 einen ausführlichen Artikel von Dr. Christiane Ihlow, Chefärztin der psychosomatischen Abteilung der Dr. Becker Klink Möhnesee.

Immer noch aktuell!



Buchtipp:

Wie wir beim Gärtnern zu uns finden.

Ein Buch, nicht nur für oder über die Gartentherapie, sondern ein großartiges Buch, das man einfach gelesen haben sollte: "Dieses Buch erzählt auf berührende Weise von Menschen, die mit Stress, Traumata und Sucht kämpfen und beim Gärtnern Heilung finden. Es zeigt aber auch, wie wir alle Vertrauen und Hoffnung schöpfen, wenn wir die Verbindung zur Natur und zum Rhythmus der Jahreszeiten suchen." Bei all der Fülle an Wissenswertem zu Mensch und Natur, die die Autorin hier zusammengetragen hat, kommt die Gartentherapie mit einigen Beispielen trotzdem nicht zu kurz.

Lesenswert!

Termine:

18. und 19. Oktober

3. Netzwerktreffen im Elsass - Gartentherapie trifft Genuss!

Zu einem Wochenende voll fachlichem Austausch in familiärer Atmosphäre lädt Rita Schöck-Mergenthaler ein in "HENRITAS garden". Darüber hinaus bietet sie noch eine ganze Reihe anderer Kurse an, um die Natur als Heilerin kennenzulernen.

22. - 24. Oktober

7. Freckenhorster Forum Gartentherapie und naturgestütztes Leben und Lernen

Bereits zum 7. Mal lädt die Landvolkshochschule Gartentherapeuten/innen und Interessierte nach Freckenhorst ein, um sich mit einem interessanten und vielseitigen Programm über Wege zum naturgestützten Lernen & Heilen intensiv auszutauschen.

Hier gehts zur Anmeldung und allen weiteren Informationen

Auch das gibt es:

Erster Venenpfad Europas in der Vulkaneifel

Im Landschaftstherapeutischen Park in Bad Bertrich befindet sich der erste Venenpfad Europas. "Tu' dir und deinen Venen etwas Gutes und schau vorbei! Denn Bewegungsmangel und Übergewicht steigern das Risiko, an den Venen zu erkranken. Der Venenpfad lädt dich ein, aktiv etwas für deine Venengesundheit zu tun. Nutze die 8 therapeutischen Übungsstationen für dein Wohlbefinden und entdecke die Vorteile des Venenpfades für dich" laut Einladung der Homepage. Dazu findet sich auch [Video auf YouTube](#)



Ein "Trauer- und Lebensweg"

Der Bericht im letzten Newsletter "*Trauergarten von Mirko Surburg*" fand sogleich Resonanz: Die Gartentherapeutin Alexandra Mertens - [GartenCultura](#) - machte uns auf den "Trauer- und Lebensweg" in Teterow aufmerksam, der jüngst eingeweiht wurde und an dem sie mitgewirkt hat. Nachzulesen im [Nordkurier vom 02.08.2025](#).

Am Kaldeidoskop v.l.n.r.: Bürgermeister Andreas Lange, Alexandra Mertens und Anita Simon vom Landschaftsarchitekturbüro (Foto: Nadine Schuldt)

Zu dem Projekt wird von der Kommune eigens ein Flyer aufgelegt



Die Info-Plattform für Gartentherapie

Zum Vernetzen ...für Informationen ...zum Nachschlagen. Einfach, damit Gartentherapie mehr in die Öffentlichkeit gelangt, denn Gartentherapie kann zur Prävention und Heilung viel beitragen. Ergotherapie ist geläufig - Gartentherapie muss erst noch Laufen lernen.

Button

GRÜN hilft heilen - die neue Plattform für Gartentherapie

V.i.S.d.P.: Joachim Henle, info@gruen-hilft-heilen.info



Anzeige

Wir erstellen unsere Newsletter mit rapidmail. Auch interessant für Sie?
Testen Sie rapidmail kostenlos und sichern Sie sich bis zu 110 € Guthaben.

Kostenlos testen

[Abmeldelink](#) | [unsubscribe](#) | [Lien de désinscription](#) | [Anular suscripción](#) | [Link di cancellazione](#)