

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	7
Geleitwort	9
Danksagung	11
 Allgemeines	
Wurzeln der Gartentherapie	13
Der Garten Eden	13
Garten als Verbindung von Natur und Kultur.....	13
Heilende Pflanzen	13
Garten als Therapie	14
Gartentherapie im angelsächsischen Raum.....	14
Gartentherapie im deutschsprachigen Raum	15
Definition der Gartentherapie	17
Gartentherapie ist ein geplanter, zielorientierter	
Prozess.....	17
Weitergebildete Fachkräfte	17
Nutzung von pflanzen- und gartenbezogenen	
Aktivitäten und Erlebnissen	19
Erhaltung und Förderung des sozialen,	
psychischen und körperlichen Wohlbefindens	
und der Lebensqualität von Menschen.....	20
Ziele der Gartentherapie	25
Ziele in der Rehabilitation.....	25
Ziele in der Altenhilfe	26
Ziele in der Aktivierung	26
Ziele in der Sonder- und Heilpädagogik.....	27
Organisation der Gartentherapie	29
Erstellen eines Konzeptes	29
Leitung von gartentherapeutischen Aktivitäten	30
Einbezug von Freiwilligen und Angehörigen	31
Zielgruppen	31
Infrastruktur und Werkzeug	33
Kosten	34
Tages- und Jahreszeiten	35
Anforderungen an die Teilnehmenden	37
Beobachtungen und Dokumentation	39
Besonderheiten der Gartentherapie.....	41
Anforderungen I: Aufmerksamkeit, Antrieb,	
Konzentration	42
Anforderungen II: Mobilität, Beweglichkeit,	
Belastbarkeit	44
Anforderungen III: Handlungsplanung, Kreativität.....	46
Anforderungen IV: Kommunikation, Sprache,	
soziale Kompetenzen	48
Anforderungen V: Gedächtnis, Orientierung,	
emotionale Beteiligung	50
 Programme	
Programme Gartentherapie	52
Gärtnerisches Handwerk	55
Aufbereiten von Saatgut	56
Kresseformen säen.....	58
Frühjahrsblumen antreiben	60
Frühlingspflanzaktion.....	62
Rankgerüste bauen	64
Gartenpflege im Frühjahr	66
Kräuter ernten und trocknen.....	68
Grundpflege im Herbst.....	70
Sträucher und kleine Bäume schneiden	72
Knollen winterfest machen	74
Blumenzwiebeln stecken.....	76
Kübelpflanzen winterfest machen	78
Werkzeuge pflegen.....	80
Pflege von Zimmerpflanzen 1	82
Pflege von Zimmerpflanzen 2	84
Stecklinge an der Leine	86
Insektenhotels.....	88
Programme Floristik	91
Blumensträuße gestalten.....	92
Kräutermandalas.....	94
Landart – Kunst im Garten!	96
Hauswurzgestecke	98
Kerzen dekorieren.....	100
Gestecke für den Advent.....	102
Barbarazweige schneiden.....	104
Inseln zum Träumen	106
Kistengärten – klein, aber oho!	108
Mini-Zen-Garten 1.....	110
Mini-Zen-Garten 2.....	112
Ikebana – Blumen kunstvoll arrangieren 1	114
Ikebana – Blumen kunstvoll arrangieren 2	116

Pflanzenverwendung	119
Teemischungen	120
Teesträußchen	122
Kräutersalz	124
Kräuteröl und Kräuternessig	126
Kräuterbrote und Kräutercracker	128
Kräutergebäck mit Rosmarin	130
Pesto mit Basilikum	132
Kräutersirup	134
„Salbeimüsli“	136
Kräuterdrinks	138
Schlaf- und Duftkissen	140
Potpourris	142
Duft- und Blütenseifen	144
Duftende Badezusätze	146
Hautcreme mit Ringelblumen	148
Winterbalsam aus Thymian	150
Tinkturen	152
Lavendelzucker	154
Lavendelkuchen	156
Gemüse und Früchte trocknen	158
Konfitüren und Gelees	160
Chutney	162
Guacamole	164
Futterglocke	166
Meisenknödel	168
Pflanzenkunde und Spiele	171
Wunschblätter stecken	172
Ein Herbarium anlegen	174
Naturklappkarten	176
Pflanzenkunde	178
Pflanzenquiz und Pflanzenrätsel	180

Pflanzen-Memory	184
Spaziergänge und Exkursionen	186
Vögel zählen	188
Märchen, Geschichten, Gedichte	190

Raster für eigene Programme..... 192

Die Arbeitsbücher

Die Arbeitsbücher	195
Vorbereitung von Kisten	197
Die Aussaat	203
Das Pikieren	209
Das Topfen	213
Stecklingsvermehrung	219

Materialien

Materialien	223
Gartentagebücher	225
Pflanzeninformationsblätter	226
Heilpflanzen in der Gartentherapie	228
Sprichwörter und Sinnsprüche	246
Gartengedichte	247
Gartenlieder	249
Hochbeete	252
Spezielle Gartengeräte	256
Gartenvögel-Zählhilfe	260

Literaturverzeichnis	263
Sachverzeichnis	266