

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	Pflanzen-Memory.....	184
Teemischungen	120	Spaziergänge und Exkursionen.....	186
Teesträußchen	122	Vögel zählen	188
Kräutersalz.....	124	Märchen, Geschichten, Gedichte.....	190
Kräuteröl und Kräuteressig.....	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		
		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 Sinsprüche	246
		Gartengedichte.....	247
		Gartenlieder.....	249
		Hochbeete.....	252
		Spezielle Gartengeräte	256
		Gartenvögel-Zählhilfe.....	260
		Literaturverzeichnis.....	263
		Sachverzeichnis	266