

Inhaltsverzeichnis

Danksagung Andreas Niepel	5
Danksagung Gabriele Vef-Georg	7
Vorwort	15
Teil I: Grundlagen	17
1 Wurzeln der Gartentherapie	19
<i>Andreas Niepel</i>	
2 Definition von Gartentherapie	23
<i>Andreas Niepel</i>	
2.1 Unterstützung zielgerichteter Interaktionen zwischen Mensch und Umwelt . .	23
2.2 Pflanzen- und gartenorientierte Aktivitäten und Erlebnisse	26
2.3 Aus- und weitergebildete Fachpersonen	28
2.3.1 Interdisziplinäres Denken	29
2.3.2 Fühlendes Gärtnern	29
2.3.3 Haltung zum Menschen	30
2.4 Lebensqualität und funktionelle Gesundheit	31
2.4.1 Funktionale Gesundheit	31
2.4.2 Lebensqualität	33
2.4.3 Psychische Gesundheit und die Gartentherapie als POSITIVE Basistherapie	34
2.4.4 Der Naturzugang als ein eigenes Ziel	41
3 Allgemeine Ziele der Gartentherapie	43
<i>Andreas Niepel</i>	
3.1 Rehabilitation	43
3.2 Gartentherapie innerhalb des cc®-Konzeptes	44
3.3 Altenhilfe	44
3.4 Sonder- und Heilpädagogik und Agogik	46

3.5	Zusammenfassung	46
3.6	Die ICF als Basis der Zieldefinition	47
3.6.1	Ebene der Körperstrukturen und Körperfunktionen	48
3.6.2	Ebene der Aktivitäten und Partizipation	51
3.6.3	Ebene der Kontextfaktoren	57
4	Organisation und Konzepterstellung	59
	<i>Andreas Niepel</i>	
4.1	Darstellung der Ziele und Zielgruppen	60
4.2	Darstellung der Prozesse und Maßnahmen	61
4.2.1	Leitung von gartentherapeutischen Aktivitäten	62
4.2.2	Auswahl der Teilnehmenden	64
4.2.3	Kontraindikationen	64
4.2.4	Einbezug Freiwilliger und Angehöriger	65
4.2.5	Zeiten und Rhythmus	66
4.3	Darstellung der Strukturen und Ausstattung	68
4.3.1	Exkurs: Arbeitsmaterialien	68
4.3.2	Exkurs: spezielle Gartengeräte	74
	<i>Stefan Schieberle</i>	
4.3.3	Exkurs: spezielle Innenräumlichkeiten	77
4.3.4	Exkurs: Therapiegarten und Checkliste für Planungen	78
5	Anforderungen an die Teilnehmenden	85
	<i>Andreas Niepel</i>	
5.1	Beobachtungen und Dokumentation	87
5.2	Anforderung an Aufmerksamkeit, Antrieb, Konzentration	89
5.3	Anforderungen an Mobilität, Beweglichkeit, Belastbarkeit	91
5.4	Anforderungen an Handlungsplanung, Kreativität	92
5.5	Anforderungen an Kommunikation, Sprache, soziale Kompetenzen	94
5.6	Anforderungen an Gedächtnis, Orientierung, emotionale Beteiligung	96
5.7	Einleitung	98
Teil II: Programme		101
6	Programme Gartentherapie	103
	<i>Andreas Niepel</i>	
6.1	Beobachtungen im Sinne der ICF	103
7	Programme Da-Sein im Garten	107
	<i>Andreas Niepel</i>	
7.1	Fantasiereise in den Garten	108
7.2	Gartenerinnerungen	110
7.3	Pflanzen und Landschaften beschreiben	112

7.4	Düfte kolorieren	114
7.5	Vögel zählen	116
7.6	Spazieren gehen	118
7.7	Anlage eines Herbariums	120
8	Programme Gartenkunst	123
	<i>Andreas Niepel</i>	
8.1	Pflanzen und Landschaften malen	124
8.2	Naturklappkarten	126
8.3	Pflanzenmemory	128
8.4	Mit Pflanzen malen	130
8.5	Farbensuche im Garten	132
8.6	Landart-Projekt	134
9	Programme Floristik	137
	<i>Andreas Niepel</i>	
9.1	Ein vertikales Gesteck	138
9.2	Kistengärten	140
9.3	Ein Adventsgesteck herstellen	142
9.4	Trauminseln	144
9.5	Pflanzenkerze	146
9.6	Barbarazweige schneiden	148
9.7	Mini-Zen – Teil 1	150
9.8	Mini-Zen – Teil 2	152
9.9	Ikebana – Kurs – Teil 1	154
9.10	Ikebana – Kurs – Teil 2	156
9.11	Ein rundes Gesteck	158
10	Programme Gartenhandwerk	161
	<i>Andreas Niepel</i>	
10.1	Wunschblätter stecken	162
10.2	Pflege von Zimmerpflanzen Teil 1	164
10.3	Pflege von Zimmerpflanzen Teil 2	166
10.4	Kübelpflanzen winterfest machen	168
10.5	Kresseformen säen	170
10.6	Strauchschnitt	172
10.7	Rankgerüste bauen	174
10.8	Grundpflege im Herbst	176
10.9	Knollen winterfest machen	178
10.10	Zwiebeln stecken	180

10.11	Zwiebeln einholen	182
10.12	Sortieren und Aufbereiten von Saatgut	184
10.13	Grundpflege im Frühjahr	186
10.14	Werkzeugpflege	188
10.15	Vermehrung an der Leine	190
10.16	Lavendelkuchen	192
10.17	Seedbombs – Samenbomben herstellen	194
10.18	Frühlingspflanzaktion	196
11	Programme Pflanzenverarbeitung und Hauswirtschaft	199
	<i>Andreas Niepel und Gabriele Vef-Georg</i>	
11.1	Futterglocken mit Serviettentechnik	200
	<i>Andreas Niepel</i>	
11.2	Meisenknödel	202
	<i>Andreas Niepel</i>	
11.3	Insektenhotels	204
	<i>Andreas Niepel</i>	
11.4	Lavendelzucker	206
	<i>Andreas Niepel</i>	
11.5	Guacamole und wo unsere Lebensmittel herkommen	208
	<i>Andreas Niepel</i>	
11.6	Blüten-Gästeseife	210
	<i>Andreas Niepel</i>	
11.7	Gestalten durch Laminieren mit gepressten Pflanzen	212
	<i>Andreas Niepel</i>	
11.8	Ringelblumen-Salbe	214
	<i>Gabriele Vef-Georg</i>	
11.9	Majoran-Schnupfen-Salbe	216
	<i>Gabriele Vef-Georg</i>	
11.10	Tees mischen	218
	<i>Gabriele Vef-Georg</i>	
11.11	Kräutersalzherstellung	222
	<i>Gabriele Vef-Georg</i>	
11.12	Kräuter- und Beerenessig	225
	<i>Gabriele Vef-Georg</i>	
11.13	Kräuter- und Gewürzöl	228
	<i>Gabriele Vef-Georg</i>	
11.14	Duft- und Schlafkissen	230
	<i>Gabriele Vef-Georg</i>	
11.15	Badezusätze	232
	<i>Gabriele Vef-Georg</i>	

11.16	Marmeladen und Chutneys	235
	<i>Gabriele Vef-Georg</i>	
11.17	Pestos	239
	<i>Gabriele Vef-Georg</i>	
11.18	Sirup	242
	<i>Gabriele Vef-Georg</i>	
11.19	Wiesenbowle	245
	<i>Gabriele Vef-Georg</i>	
11.20	Kräuteröl mit Johanniskraut	247
	<i>Gabriele Vef-Georg</i>	
12	Programmformular zum Kopieren und Ausdrucken	249

Teil III: Materialien und Heilpflanzen	253
---	------------

13	Materialien, Heilpflanzen und Hausmittel	255
	<i>Andreas Niepel und Gabriele Vef-Georg</i>	
13.1	Gartentagebücher	255
	<i>Andreas Niepel</i>	
13.2	Wetter als Thema	256
	<i>Andreas Niepel</i>	
13.3	Heilpflanzen in der Gartentherapie	257
	<i>Gabriele Vef-Georg</i>	
13.4	Hausmittel	267
	<i>Gabriele Vef-Georg und Jürgen Georg</i>	
13.4.1	Grundausstattung zur Anwendung von Hausmitteln	268
13.4.2	Kataplasmen	270
13.4.3	Leinsamenkomresse	270
13.4.4	Leinsamennackenaufgabe zur Beruhigung und Entspannung	270
13.4.5	Alternativen für trockene und feucht-heiße Anwendungen	271
13.4.6	Beruhigende Waschungen und Einreibungen	271
13.4.7	Feucht-heiße Dampfkompresse	271
13.4.8	Lavendelölaufgabe	273
13.4.9	Meerrettichauflagen	273
13.4.10	Anwendungen mit Zwiebel	274
13.4.11	Anwendung mit Knoblauch	276
13.4.12	Erkältungskrankheiten vorbeugen und behandeln	277
13.4.13	Erkältungskrankheiten natürlich vorbeugen	278
13.4.14	Maßnahmen bei Husten	278
13.4.15	Wohltuendes für Hals und Rachen	279
13.4.16	Schnupfen vorbeugen und bekämpfen	279
13.4.17	Abwehrstärkende Pflanzen	280
13.4.18	Kalte Quarkkomresse	280

13.5	Pflanzeninformationsblätter	281
	<i>Andreas Niepel</i>	
13.6	Sprichwörter und Sinnsprüche	283
	<i>Andreas Niepel</i>	
13.7	Gartengedichte	283
	<i>Andreas Niepel</i>	
13.8	Gedichte im Jahresablauf	285
	<i>Andreas Niepel</i>	
13.9	Gartenlieder	291
	<i>Andreas Niepel</i>	
13.10	Zählhilfe für Gartenvögel	293
	<i>Andreas Niepel</i>	
13.11	Hochbeete	295
	<i>Gabriele Vef-Georg</i>	
13.12	Gartenbilder für die Erinnerungsarbeit	297
	<i>Andreas Niepel</i>	
13.13	Hilfstabelle für Beobachtungen	306
	<i>Andreas Niepel</i>	

Teil IV: Arbeitsbücher und Mini-Gärtner-Ausbildung	309
---	-----

14	Arbeitsbücher	311
	<i>Andreas Niepel</i>	
	Arbeitsbuch: Vorbereitung von Kisten	312
	Arbeitsbuch: Aussaat	315
	Arbeitsbuch: Pikieren	319
	Arbeitsbuch: Topfen	322
	Arbeitsbuch: Stecklingsvermehrung	325
15	Die Mini-Gärtner-Ausbildung	329
	<i>Andreas Niepel</i>	

Anhang	337
Literaturverzeichnis	339
Abbildungsnachweis	345
Autorenverzeichnis	349
Sachwortverzeichnis	351