

Fachzeitschrift für naturgestützte Interaktion
Hochschule für Agrar- und Umweltpädagogik

Green Care

Jahrgang 12 | Heft 4 | 2025

Kraft aus der Erde | Tierisch wichtig |
Stadtgrün und Gesundheit | Für eine starke Gesellschaft



News

Green Care im Fernsehen



Im ORF-Magazin „Bewusst gesund“ wurde ein toller Beitrag über den Green Care Betrieb „Sonnenplatzerl Maria Roggendorf“ von Christa Schwinner ausgestrahlt.

Der Film zeigt eindrucksvoll, wie Natur, Landwirtschaft und soziale Verantwortung zusammenwirken und wie Green Care eine wertvolle Alternative im Alter sein kann.

Hier geht's zum Beitrag: [Video ansehen](#)

Rund 259.000 Zuseher:innen haben ihn bereits gesehen.

Zukunft Landwirtschaft: Diversifizierung bringt Optimismus auf Österreichs Höfen

Neue Umfrage zeigt Chancen, Motivation und Innovationskraft der Landwirt:innen

Wie sichern Österreichs Landwirt:innen die Zukunft ihrer Betriebe? Eine aktuelle, österreichweite Telefonumfrage der Hochschule für Agrar- und Umweltpädagogik im Rahmen des LE-Projekts „Bildungsinitiative Diversifizierung“ unter 810 Betrieben zeigt: Diversifizierung – also zusätzliche Einkommensquellen neben der klassischen Landwirtschaft – nimmt rasant an Bedeutung zu. Im Fokus der Befragung standen Bäuer:innen, die bereits diversifizieren oder neue Geschäftszweige andenken. Die Ergebnisse machen Mut: Rund ein Drittel der befragten Landwirt:innen plant derzeit, neue Ideen umzusetzen – von Zusatzleistungen bis hin zu völlig neuen Geschäftszweigen.



Foto (v.l.): Rektor Dr. Thomas Haase, Mag. (FH) Nicole Prop, Projektleitung Bildungsinitiative Diversifizierung, DIⁱⁿ Veronika Hager, Leitung Zentrum für Weiterbildung und Drittmittelprojekte, Dr. Leopold Kirner, Leitung Institut für Unternehmensführung, Forschung und Innovation. @ Hochschule für Agrar- und Umweltpädagogik

Sehr geehrte Leserin! Sehr geehrter Leser!

Der Winter bringt eine besondere Qualität: Die Natur zieht sich zurück, es wird ruhiger. Für viele ist es eine Zeit des Übergangs – zwischen dem, was war, und dem, was kommt. Zum Jahresende lohnt sich ein Blick auf das, was gewachsen ist, sich verändert hat und welche neuen Verbindungen entstanden sind.

Diese Fachzeitschrift widmet sich den vielfältigen Formen naturgestützter Interventionen – in Therapie, Bildung, Forschung und gesellschaftlichem Engagement. Die Winterausgabe 2025 zeigt erneut, wie breit das Spektrum ist und wie unterschiedlich die Zugänge sein können.

Im ersten thematischen Schwerpunkt **„Kraft aus der Erde“** geht es um die Wirkung von Gartentherapie: Ein Beitrag beschreibt den Aufbau eines Therapiegartens in einer Klinik für Forensische Psychiatrie – ein Projekt, das Natur in einen hochstrukturierten Raum bringt. Das Gartentherapieprojekt Gartenzauber für Menschen mit Demenz zeigt, wie gärtnerische Tätigkeiten Erinnerungen und Lebensfreude fördern können. Ergänzt wird der Schwerpunkt durch den abschließenden Teil unserer 4-teiligen Reihe zur Phytoresonanz-Hypothese sowie einen Aufruf der Internationalen Gesellschaft für Gartentherapie (IGGT), Bildmaterial für ihre Öffentlichkeitsarbeit bereitzustellen.

Der zweite Schwerpunkt **„Tierisch wichtig“** beleuchtet die Rolle von Tieren in Therapie, Bildung und kreativer Vermittlung. Eine Studentin der ZHAW hat in ihrer Semesterarbeit naturgestützte Angebote in ausgewählten Kantonen der Deutschschweiz recherchiert – aufbauend auf zwei früheren Arbeiten, die ebenfalls in dieser Zeitschrift erschienen sind. Ein weiterer Beitrag widmet sich der tiergestützten Arbeit mit Pferden und entsprechenden Ausbildungsmöglichkeiten. Im dritten Beitrag sprechen eine Autorin und eine Illustratorin über ihr gemeinsames Kinderbuch, das die Freundschaft zwischen einem Jungen und einem Fuchs thematisiert – und dabei die Bedeutung von gemeinsamen Naturerfahrungen gegenüber digitalen Medien herausstellt.

Im dritten Schwerpunkt **„Stadtgrün und Gesundheit“** präsentieren Studierende der ZHAW in Wädenswil ihre Projekte aus dem Modul Grünraum und Stadtleben im Herbstsemester 2025. In sechs Beiträgen wird die Verbindung zwischen städtischem Grün und

menschlicher Gesundheit untersucht – von körperlichem Wohlbefinden über soziale Interaktion bis hin zu psychischen Aspekten.

Der vierte und letzte Schwerpunkt **„Für eine starke Gesellschaft“** zeigt, wie Natur zur gesellschaftlichen Teilhabe beitragen kann. Die Young Science-Tage an österreichischen Schulen machen deutlich, wie junge Menschen durch naturwissenschaftliche Projekte aktiviert und eingebunden werden. Ergänzend dazu werden zwei Betriebe aus dem Bereich der sozialen Landwirtschaft vorgestellt, die mit ihren Projekten gezielt gesellschaftlichen Zusammenhalt fördern.

Wir wünschen Ihnen eine anregende Lektüre, einen klaren Blick auf das, was trägt – und einen guten Übergang in das neue Jahr. Möge die Verbindung zur Natur auch in der winterlichen Ruhe spürbar bleiben und neue Perspektiven eröffnen.

Ihr



Dr. Thomas Haase

Herausgeber und Rektor der Hochschule für Agrar- und Umweltpädagogik

News

Gemeinsam ernten, gemeinsam wirken: Apfelernte am Lichtblickhof



Wie Ehrenamt und Kooperationen Green Care-Betriebe stärken

Wenn auf den beiden Green Care-zertifizierten Lichtblickhöfen in Wien und in Niederösterreich die Apfelernte ansteht, kommen viele helfende Hände zusammen.

Das gesamte Team, unterstützt von den betreuten Kindern und Familien sowie zahlreichen ehrenamtlichen Helfer:innen, packt mit an. Die gemeinsame Arbeit auf den Streuobstwiesen steht sinnbildlich für das, was Green Care ausmacht: Landwirtschaft und Soziales greifen ineinander. Das Säen, Pflegen und Ernten ist nicht nur landwirtschaftlicher Alltag, sondern zugleich Teil eines heilsamen Prozesses, der Menschen neue Perspektiven eröffnet.

In diesem Jahr griffen auch Günther Mayerl, Geschäftsführer der Green Care Entwicklungs- und Beratungs-GmbH, Susanne Kabusch, Green Care-Koordinatorin für Wien und Petra Wagner, Forstdirektorin der Stadt Wien, zu Korb und Leiter. Ihr Ziel: ein Zeichen für die Bedeutung des Ehrenamts auf Green Care-Betrieben setzen.



Apfelernte Lichtblickhof @ Lichtblickhof

Direktvermarktung als neues Thema

Dass auch Direktvermarktung und Green Care miteinander in Beziehung stehen, zeigt ein neues Projekt namens COREnet an der Hochschule für Agrar- und Umweltpädagogik (HAUP) in Wien.

Derzeit werden für das Projekt auch Leuchtturmprojekte gesucht, ein europäisches Beratungsnetzwerk aufgebaut und regelmäßige Online-Webinare geplant.

Nähere Informationen finden Sie hier: [COREnet - Hochschule für Agrar- und Umweltpädagogik](#)



GREEN CARE

Fachzeitschrift | Ausgabe 04 2025

Kraft aus der Erde

- 4 Die Entstehung eines Therapiegartens
- 7 Gartentherapieprojekt "Gartenzauber"
- 10 Phytoresonanz-Hypothese, Teil 4
- 14 Wissen und Sehen – Ihre Fotos für die IGGT

Stadtgrün und Gesundheit

- Studierende erforschen urbane Lebensräume 26
- Ruhiges Grün gegen das Chaos im Kopf 28
- Zwischen Stadtlärm und Wasserrauschen 31
- Wo die Stadt den Wald berührt 34
- Zwischen Ewigkeit und Alltag 37
- Gartenarbeit als Chance 40
- Grünraum oder Niemandsland? 43

Tierisch wichtig

- 16 Natur als Gesundheitsressource
- 19 TGA mit Pferden – schulische Ausbildung
- 23 Waldgefährten unplugged

Für eine starke Gesellschaft

- Young-Science-Tage an Schulen 46
- Gemeinden stärken, Zukunft sichern 49

Editorial

- 1 Vorwort
- 54f Veranstaltungstipps / News
- U2 News
- 2 News

Service

- Inhaltsverzeichnis 3
- Rezensionen 52
- Welt der Wissenschaft 56
- Impressum / Nachschau U3

Icons und ihre Bedeutung



Tiere



Gesundheit



Pädagogik



Praxis



Garten



Soziale
Landwirtschaft



Forschung



Wald und Flur



Therapie



Die Entstehung eines Therapiegartens

Patient:innen der Klinik Nette-Gut für forensische Psychiatrie haben unter Anleitung eine Fläche von 1300 m² zu einem Therapiegarten erschlossen. Eine wichtige Massnahme in der grössten Einrichtung für Massregelvollzug in Rheinland-Pfalz.

Die Garten-Arbeitstherapie (AT) ist seit vielen Jahren ein fester Bestandteil der stationsübergreifenden Therapien der Klinik Nette-Gut. Patient:innen, die einen gewissen Fortschritt in ihrer Therapie erreicht haben, haben die Möglichkeit, an der Garten-AT teilzunehmen. Diese ist dann ein fester Bestandteil ihrer wöchentlichen Struktur neben weiteren Therapiemaßnahmen und Verpflichtungen.

Die Patient:innen der Garten-AT kümmern sich unter der Anleitung der beiden Gartentherapeuten um die Pflege und Gestaltung der Grünflächen auf dem Gelände. Das Aufgabengebiet ist sehr vielseitig und umfasst unter anderem das Rasenmähen, das Schneiden von Hecken und Sträuchern, die Reinigung von Wegen und Plätzen und die Teichpflege. Aber auch Gartenbauprojekte wie die Neugestaltung von Teichen, das Anlegen von Beeten, kleineren Wegen und Mauern sowie die Gestaltung eines Sinnespfades gehören zu den Tätigkeiten der Garten-Arbeitstherapie.

Vorbereitung

Die ersten Planungen für das Vorhaben, einen Therapiegarten anzulegen, begannen im Spätsommer 2024. Eine Fläche von zirka 1300 Quadratmetern, die zu diesem Zeitpunkt gärtnerisch nur bedingt genutzt wurde, konnte für die Entstehung herangezogen werden.

Nach den internen Planungen besichtigten wir, die Gartentherapeuten, die Fläche – gemeinsam mit Patient:innen, die zu dieser Zeit an der Garten-Arbeitstherapie teilnahmen – um sie frühestmöglich miteinzubinden. Uns war wichtig, dass jede:r Patient:in aus der Garten-AT auch ohne gärtnerische Erfahrung oder mit Beeinträchtigungen in dieses Projekt involviert ist. Um den Patient:innen unsere Idee visuell besser zu verdeutlichen, erstellten wir mittels KI ein Bild, das ungefähr den Vorstellungen entsprach – eine Kombination aus Gemüse- und Blumenbeeten im Stil eines Bauerngartens mit Sitzmöglichkeiten, Wildblumenflä-

chen und einer von den Patient:innen geschaffenen Vogelscheuche. Es sollte – egal zu welcher Jahreszeit – eine natürliche Optik mit einer gewissen Ordnung entstehen, die durch den Garten leitet und bei der es immer wieder neue Entdeckungen zu machen gibt.

Ziel war es, dass der neue Garten auch Patient:innen ein gartentherapeutisches Angebot bietet, die keine Möglichkeit haben, an der Garten-AT teilzunehmen. Für viele Patient:innen ist es aufgrund ihrer Diagnose, dem aktuellen gesundheitlichen Zustand und/oder körperlichen Einschränkungen nicht möglich, an der Garten-Arbeitstherapie teilzunehmen. Aber auch für diese Patient:innen ist ein naturnahes Angebot für die gesundheitliche Förderung sehr wichtig.

Zudem sollte der neue Garten anderen Therapie- und Berufsgruppen die Möglichkeit eröffnen, mit ihren Patient:innen – ob in Kleingruppen oder im Einzelsetting – einen Ort der Ruhe und Abwechslung zu finden, der gleichzeitig einen Zugang zur Natur gewährt. Die Mög-

Vorstellung der Klinik

Die Klinik Nette-Gut für Forensische Psychiatrie in Weißenthurm ist eine Einrichtung des Landeskrankenhauses (AöR) und mit 390 Behandlungsplätzen der größte Maßregelvollzug in Rheinland-Pfalz.

Dort werden Straftäter:innen behandelt, die von einem Strafgericht als vermindert oder nicht schuldfähig eingestuft wurden. Zum Zeitpunkt ihrer Straftat standen sie entweder unter Suchtmitteln (verurteilt nach Paragraph 64 StGB) oder litten an einer schweren psychischen Erkrankung (verurteilt nach Paragraph 63 StGB).

Kernaufgaben der Klinik bestehen in der Behandlung und Resozialisierung der Patient:innen sowie dem Schutz der Allgemeinheit vor erneuten Übergriffen.

Weitere Informationen über die Klinik unter: www.klinik-nette-gut.de

lichkeiten und Ziele eines solchen Angebots sind sehr umfassend. Dazu gehören:

- Unterstützung des therapeutischen Beziehungsaufbaus
- Stärkung von Willenskraft und Konzentration
- Stärkung von Ressourcen und Förderung der eigenen Sinneswahrnehmung
- Erhaltung kognitiver Fähigkeiten und körperlicher Alltagsfunktionen
- Anregung von Kreativität und Stärkung der Therapiemotivation

Natürlich sollten auch die Patient:innen der Garten-Arbeitstherapie nach der Entstehung des Therapiegartens ein wichtiger Bestandteil des Projekts bleiben. Sie kümmern sich zu jeder Jahreszeit um die Pflege und Instandhaltung des Bereichs, um die Anzucht, die Pflege und Ernte der Kräuter- und Gemüsesorten und lernen Möglichkeiten der Permakultur (nachhaltige Landnutzung) kennen. Auch gemeinsame Zubereitungen sowie Verköstigungen der Kräuter und des Gemüses finden statt.

Die Entstehung

Der einzige Gegenstand, der für dieses Projekt vorhanden war, war ein Folientunnel von zirka acht mal sechs Metern. Um den Garten von den anderen Grünflächen abzugrenzen, umzäunten wir den Bereich und da das Gelände abschüssig war, wurde es terrassenförmig aufgebaut. Danach wurde mit Erdarbeiten gestartet, dem Aufbau von Natursteinmauern sowie der Verlegung von Wasserleitungen für die zukünftige Bewässerung. Anschließend wurden Beete, Sitzgelegenheiten



und Wege geschaffen. All dies wurde gemeinsam mit Patient:innen umgesetzt. Da wir im Herbst 2024 mit dem Projekt begonnen hatten, konnten wir pünktlich zum Frühjahr 2025 mit der Raseneinsaat auf den Wegen und der Aussaat von Gemüse (wie Radieschen, Rettich, Möhren) beginnen. Es folgte die Pflanzung weiterer Pflanzen: kleinere Apfelbäume sowie (Wild)-Blumensorten, Ringelblumen und Stauden.

Die Patient:innen brachten sich motiviert in sämtliche Arbeiten ein und äußerten eine große Zufriedenheit über das Geschaffene. Nach wenigen Wochen begann der Rasen zu keimen, die ersten Bienenweiden blühten und Erdbeeren wuchsen.

Vielfältige Entwicklungen

Patient:innen, die sich vorher für das Thema Natur nicht sonderlich interessiert hatten, wurden über die Sinneswahrnehmungen im Garten angeregt. Sie saßen in ihren Pausenzeiten im Rahmen der Garten-AT auf der Mauer und erfreuten sich der Pflanzen, der Blüten und der ersten Insekten. Die Stärkung der Selbstwirksamkeit sowie das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten zeigte sich über den Kulturverlauf bis hin zur Ernte und der gemeinsamen Verarbeitung der Produkte im Rahmen der Gartentherapie. Ein Umweltbewusstsein wurde geschaffen: Den Patient:innen wurde zum Beispiel klar, dass sie Zigarettenstummel nicht mehr unachtsam auf den Boden werfen, wo auch ihre Nahrung wächst. Zudem stieg bei den Patient:innen eine Wertschätzung gegenüber Obst und Gemüse, welches sie vorher nur aus dem Supermarkt kannten. Jetzt unterhalten sie sich über die unterschiedlichen Geschmäcker der verschiedenen Tomatensorten und tauschen sich über Rezeptideen aus. Sie reflektieren ihr früheres Verhalten, indem sie erzählen, dass sie früher zum Beispiel Tomaten mit kleinen Flecken sofort entsorgt haben, anstatt die guten Teile der Tomate noch zu ver-

zehren. Ihre Stimmung wirkt aufgehellt und sie scherzen: „Mir schmeckt das Gemüse aus dem Supermarkt nicht mehr.“

Durch die Größe, Vielfalt und das bewusste Anlegen verschiedener Anbauformen (Beete, Hochbeete usw.) des Gartens gibt es inzwischen das ganze Jahr über etwas zu tun und alle Patient:innen können sich mit ihren Fähigkeiten und trotz Einschränkungen einbringen. Sie gehen aufmerksam und konzentriert ihren Tätigkeiten nach. Aussaat und Vereinzlung fördern die Feinmotorik und Koordination. Soziale Interaktionen werden unterstützt und gemeinsame Projekte, wie der Aufbau eines großen Rankgerüsts für Kalibassen, stärken die Teamarbeit. Die Patient:innen zeigen Verantwortung, strukturieren und planen ihre Vorhaben, entfernen das Unkraut und übernehmen verantwortlich Gießdienste an den Wochenenden. Sie unterhalten sich stolz mit Mitpatient:innen und Mitarbeiter:innen über das Geleistete und diskutieren konstruktiv über Kulturen, die nicht so recht wachsen wollen oder von Schädlingen befallen sind. Auch Fachberichte aus unterschiedlichen Medien werden kommuniziert und diskutiert. Dies fördert die Misserfolgstoleranz, die Kritisierbarkeit sowie die Ausdauer und letztendlich das Sozialverhalten am Arbeitsplatz.

Die Patient:innen entwickelten auch kreative Fähigkeiten, die sie zuvor nicht gekannt hatten: Sie gestalteten eine Vogelscheuche, malten Schilder für die verschiedenen Gemüsesorten und bauten ein Insektenhotel.

Mehr als nur Gartentherapie

Aber auch für Patient:innen, die nicht an der Gartentherapie teilnehmen, möchten wir den Therapiegarten zugänglich machen. Therapeut:innen und Pflegeperso-

nal können ihn gemeinsam mit Patient:innen als ruhigen Gesprächsort nutzen oder mit ihren Gruppen auf Entdeckungstour gehen. Für viele ist es ein wichtiger Ruhepol zum Stationsalltag, bei dem man kurz vergessen kann, wo man gerade ist.

In den Gesprächen während der Tätigkeiten berichten die Patient:innen auch immer wieder von den Gärten ihrer Eltern und Großeltern und knüpfen an Kindheits-erinnerungen an.

Durch den multiprofessionellen Austausch und die Rückmeldungen von den Stationen gibt es Tendenzen, dass verschiedene Patient:innen ruhiger geworden sind und weniger Aggressionen zeigen.

Zusammenfassend werten wir den Therapiegarten als sehr wertvoll. Es besteht die Möglichkeit, den Garten künftig für weitere Kleinstgruppen und Einzeltherapien zu nutzen und ihn als festen Bestandteil in die Garten-Arbeits-therapie zu integrieren.

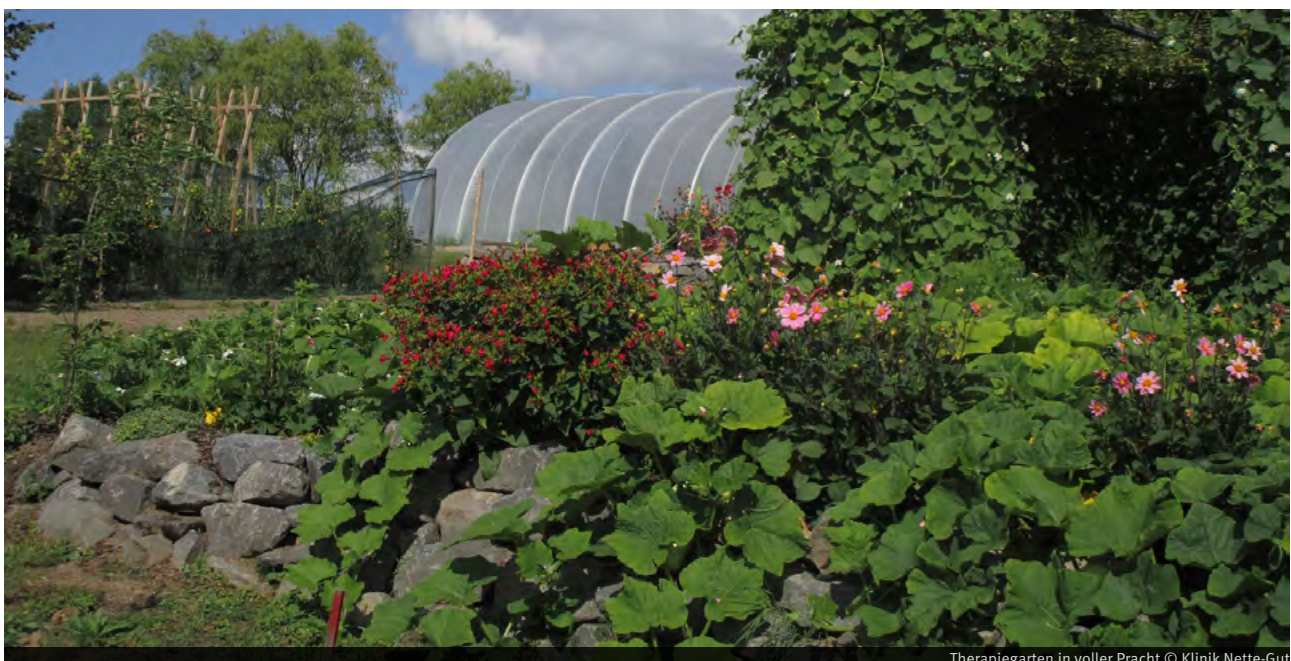
Autor:innen



Denis Kraus ist Gärtner (Garten- und Landschaftsbau), Gartentherapeut zertifiziert nach IGGT und seit 2023 in der Garten-Arbeits-therapie in der Klinik Nette-Gut für forensische Psychiatrie in Weißenthurm tätig. Email: d.kraus@kng.landestkrankenhaus.de.



Axel Hein ist Gärtner (Zierpflanzengärtner), staatl. anerkannter Arbeitserzieher, Gartentherapeut und seit 2018 in der Garten-Arbeits-therapie in der Klinik Nette-Gut für forensische Psychiatrie in Weißenthurm tätig. Email: a.hein@kng.landestkrankenhaus.de.



Therapiegarten in voller Pracht © Klinik Nette-Gut



Gartentherapieprojekt "Gartenzauber"

In den Garten einer herrlichen alten Pfarrvilla in Unterföhring bei München, die heute u.a. als Standesamt dient, wurde 2025 das Projekt "Garten-Zauber" mit Hochbeet eingerichtet: Hier findet Gartentherapie für Personen mit beginnender Demenz statt.

Wie sinnvoll und effektiv eine Kooperation für die Gartentherapie sein kann, soll das hier gezeigte Projekt „Gartenzauber“ der Gemeinde Unterföhring bei München beweisen, das von der Alzheimer Gesellschaft Landkreis München e.V. angestoßen und zu dem ich als zertifizierte Gartentherapeutin eingeladen wurde. Die Idee hierzu entstand bereits auf der Landesgartenschau in Kirchheim, wo sich 2024 fünf Gartentherapeut:innen präsentierten und Öffentlichkeitsarbeit leisteten.

Personen mit beginnender Demenz sollten in Unterföhring also die Möglichkeit erhalten, sich im Freien zu treffen, mit dem Ziel, unter gartentherapeutischer Führung zu gärtnern und dabei Erfahrungen und Erinnerungen auszutauschen. Den Betreuungskräften und Angehörigen stand es offen, sich in das Gartenprojekt miteinzubinden oder die freie Zeit für sich zu nutzen. Das zunächst angebotene Grundstück war ein Grabeland weit außerhalb des Ortskerns, ohne Unterstand

und Toiletten und daher denkbar ungeeignet. Als Alternative bot die Gemeinde den Garten bei der alten Pfarrvilla an, der mitten im Ort lag. Er verfügte zwar über zwei bereits angelegte Beete, für die Aktion wurde aber extra noch ein Hochbeet spendiert. Insgesamt hatten wir keine große Fläche zur Bearbeitung, was in einem solchen Fall auch nicht zwingend erforderlich ist. Dafür waren wir für die Zielgruppe nun leicht erreichbar und hatten ein behindertengerechtes WC.

Erwartungen nicht zu hoch setzen

Die Ankündigung des Projekts erfolgte unter dem Titel „Gartenzauber“ über einen Flyer der Alzheimer Gesellschaft LK München e.V., über einen Aufruf im wöchentlichen Gemeindeblatt und über einen Aushang im Senior:innenzentrum.

Unterstützt wurde die Aktion von der Gemeinde mit zwei Fachkräften des Beratungszentrums für Soziales,



Erster Tag: Erfreulich großes Interesse am neuen Gartenprojekt „Gartenzauber“ © Joachim Henle (www.gruen-hilft-heilen.info)



Selbst die Beobachtung eines Tigerschnegel aus nächster Nähe gab großen Gesprächsstoff © Joachim Henle (www.gruen-hilft-heilen.info)



Die örtliche Tagespresse zu Gast im Garten der alten Pfarrvilla © Joachim Henle (www.gruen-hilft-heilen.info)

Familie, Senioren und Inklusion, die auch freundlicher Weise das Gießen während der Hitzeperiode übernehmen. Zudem bot sich eine ehrenamtliche Senior:innenbegleiterin an, uns bei der Gartenarbeit jeden Dienstag von 15 bis 16.30 Uhr hilfreich zur Seite zu stehen. Außer dem Hochbeet stellte die Gemeinde noch einen Unterstellplatz für Sonnenschirme, Bänke und Gießkannen zur Verfügung. Und bei schlechtem Wetter bekamen wir die Gelegenheit angeboten, in den Saal im

Gemeindehaus auf der gegenüberliegenden Straßenseite auszuweichen.

Bei solch einer Dienstleistung, die zum ersten Mal angeboten wird, dürfen die Erwartungen an eine Beteiligung nicht zu hoch angesetzt werden. Trotzdem erschienen zum ersten Termin gleich fünf Personen sowie deren Begleitpersonen, was uns Akteur:innen natürlich sehr motivierte.



Fleißige Hände formen Saatkugeln als Geschenk für das Abschiedsfest © Joachim Henle (www.gruen-hilft-heilen.info)

Für schnelle Erfolge sorgen

Die Teilnehmer:innen hatten stets viel Freude an den wöchentlichen Treffen. Einige von ihnen hatten selbst lange Zeit einen Garten bewirtschaftet. Ihnen musste nicht mehr erklärt werden, wie Saatgut in die Erde kommt...

Um möglichst schnellen Erfolg zu erzielen, wurden beim ersten Gartentreffen gleich Radieschen und Möhren ausgesät und Kohlrabi-Pflänzchen gesetzt. Das nächste Mal wurden Sonnenblumen in Töpfchen ausgesät, die als Aufgabe zu Hause etwas weiterzupflegen waren. Die Radieschen-Ernte war ein voller Erfolg. Alle testeten die frischen, knackigen „Früchtchen“ mit großer Begeisterung und erinnerten sich, „wie sie früher einmal schmeckten“; ebenso die ersten Karotten und Kohlrabi, die roh, direkt aus dem Beet geerntet, besonders köstlich schmeckten.

Je nach Tagesverfassung fehlte mal ein:e Gärtner:in, aber es kamen auch immer wieder neue hinzu. Mal waren wir nur zwei, dann wieder sechs Gärtner:innen. Auch wenn nicht alle aktiv an der Gartenarbeit teilnehmen wollten, so waren sie doch gerne dabei, teilten ihre eigenen Erfahrungen mit den anderen und empfanden das gemeinsame Erlebnis im Freien als wohltuend und bereichernd. Auch das ist förderlich für ein soziales Miteinander und sorgt für mehr Lebensqualität.

Die Teilnehm:innen blühen auf

In den Folgewochen wurden noch Stangenbohnen und Kürbis ausgesät und die vorgezogenen Sonnenblumen gepflanzt. Mit der Zeit gesellten sich wegen des Platzmangels noch Kräuter in Töpfen, sowie Tomaten, Physalis und Kartoffeln in Pflanzsäcken dazu.

An den wenigen Regentagen, die es während der Aktion gab, konnten wir in den Gemeindesaal ausweichen. Dort fühlten, schnupperten und kosteten wir Kräuter und Gemüse und tauschten Erinnerungen und Wissen aus, ein weiterer Faktor zur Stärkung der kognitiven Fähigkeiten. Und selbst das Betrachten von Tigerschne-



Beim Eintopfen der Sämlinge ist die Feinmotorik der Hände gefragt
© Joachim Henle (www.gruen-hilf-heilen.info)

gel und Rosenkäfern zeigte sich als spannendes Erlebnis und bot ergiebigen Gesprächsstoff.

Wenn ich als Gartentherapeutin am Ende der Gartenstunde zu hören bekam: „Da sind wir wieder richtig aufgeblüht.“ oder „Das ist mit Geld ja nicht aufzuwiegen.“, dann gehe auch ich zufrieden nach Hause und weiß, dass mein Einsatz hilfreich war und gut aufgenommen wurde.

Zum Abschluss der Gartensaison wollten sich alle Beteiligten des „Gartenzaubers“ mit einer kleinen Feier voneinander verabschieden und luden dazu auch die Öffentlichkeit und die Presse ein. Der Termin konnte passend in die sechste Bayerische Demenz-Woche gelegt werden, wo er auch im Veranstaltungskalender angekündigt war.

Der Probelauf des Projekts brachte zum Schluss noch ein erfreuliches Ergebnis: Der „Gartenzauber“ findet im nächsten Jahr eine Fortsetzung im bereits vorhandenen Garten des Senior:innenheims, der mehr Platz bietet und auch für andere Besucher geöffnet sein wird. Die Pflege der Pflanzen kann dort besser vorgenommen und kontrolliert werden.

Insgesamt hat das Gartenprojekt mir einmal mehr gezeigt, dass das Thema Demenz für die Gartentherapie bei entsprechender Empathie ein attraktives Arbeitsfeld sein kann. Es lohnt sich, sich ihm intensiv zu widmen.

Autor:in



Bärbel Zirkel ist Gärtnerin, war Floristmeisterin und über 35 Jahre Inhaberin eines eigenen Blumenfachgeschäfts mit Ausbildungsbetrieb. Ihre Ausbildung zur „Garten- und

Landschaftstherapeutin im Integrativen Verfahren“ hat sie an der Europäischen Akademie für biopsychosoziale Gesundheit und Kreativitätsförderung (EAG-FPI) in Hückeswagen absolviert. Zertifiziert 2017. Seit 2018 ist sie als Gartentherapeutin selbständig, vorwiegend im Senior:innen- und Demenz-Bereich, seit 2019 nach IGGT registriert.

info@gruener-zirkel.de / www.gruener-zirkel.de

Projekt „Gartenzauber“

Das Projekt „Gartenzauber“ hatte 2025 eine Laufzeit vom 15. April bis 16. September, jeweils dienstags. Der Abschluss fand am 23. September statt, angemeldet in der 6. Bayerischen Demenz-Woche. Im Jahr 2026 wird es ein Folgeprojekt geben.

Bei dem Projekt handelt es sich um eine Kooperation zwischen der Gemeinde Unterföhring – Beratungszentrum für Soziales, Familie, Senioren & Inklusion, der Alzheimer Gesellschaft Landkreis München e.V. – Selbsthilfe Netzwerk Demenz und Bärbel Zirkel, Gartentherapeutin „Grüner Zirkel“.



Phytoresonanz-Hypothese, Teil 4

Der vierteilige Beitrag behandelt das komplexe Thema der Phytoresonanz-Hypothese: Ausgabe 1/25 erläutert die Grundlagen, die Teile 2 und 3 (2/25, 3/25) vertiefen wissenschaftliche und praktische Aspekte, und Teil 4 stellt den Praxisbezug zur Gartentherapie her.

Gesunde Menschen sind – wie auch psychiatrische Patient:innen – in der Lage, Aspekte zu benennen, die von Pflanzen hervorgerufen werden. So schrieb ein 26-jähriger Patient mit Zwangsgedanken, Waschzwang und aus unsicheren familiären Verhältnissen: „Ich lernte bei der Gartentätigkeit auf Gedanken zu achten, die bestimmte Aufgaben begleiten“ (Neuberger, 2011, S. 445). Das kann als individuelle Reaktion auf bestimmte Pflanzen verstanden werden. Bei einer empirischen Untersuchung wurden 16 Patient:innen einer psychiatrischen Nachsorgeeinrichtung befragt: „Was bedeutet Resonanz für Sie, wenn Sie Pflanzen betrachten?“

Sie machten folgende Angaben:

- Feedback (2)
- Antwort (2)
- Schwingung (2)
- Zustimmung
- Betrachtung
- Spiegelbild
- Rückkopplung
- Bild erzeugen
- Ergebnis
- Rückschluss

Drei der Patient:innen machten keine Angaben.

Obwohl nicht alle Begriffe die genaue Bedeutung von Resonanz trafen („Mitschwingen eines Raumkörpers mit einem anderen Raumkörper“), konnten die meisten Patient:innen passende Aspekte des Resonanz-Phänomens benennen.

In einer anderen Befragung benannten sieben Patient:innen und zwei Praktikant:innen, was sie von zwei selbst gewählten Pflanzen wahrnehmen:

Ausgewählte Pflanzen	Was bedeutet der Habitus der Pflanze?
ein Grashalm	einfach, schlicht
eine Tulpe	geschlossen, zurückhaltend
zwei kleine Geranienblätter	Gleichgewicht finden
Löwenzahnwurzel	hartnäckig
eine Löwenzahnblüte	Fülle des Lebens, sonnig
ein Forsythienzweig	Frühling
eine welkende Primelblüte	traurig, leidend, Mitleid
Kirschzweig mit Knospen	neues Leben, neuer Anfang
ein Mammutbaumzweig	stachelig, dornig, langweiliges Grün, ruhig
eine Löwenzahnblüte	schön, eine tolle gelbe Farbe, Farbe voller Energie
Mammutbaum, 5 Meter hoch	Gefühl, aus der Erde heraus- und wegfliegen zu wollen
Lavendelpflanze	Gefühl von Kraft, kommt aus der Erde, ganz unerwartet
geneigter Baumstamm	Stabilität
gerade gewachsener Baum	viel entspannter
Kiefernzweig	klare Struktur, innere Ordnung
Krokusblüte	etwas Fröhliches, freies Gefühl
Geranienblatt	Duft, Struktur, Sauberkeit
Blatt der Klette	Ruhe, sanfte Art, schützbietend

Tabelle 1: Habitus ausgewählter Pflanzen



Fällt es Ihnen leicht, darin Antworten auf das Resonanz-Phänomen zu sehen? Dies sind einige Beispiele aus meiner gartentherapeutischen Praxis, wie vielfältig und individuell Pflanzen auf Menschen wirken und welche Assoziationen sie hervorrufen können.

Wenn wir die Vielzahl an Pflanzen sehen, denen wir in einem Garten, auf einem natürlichen Pfad oder bei einem Waldspaziergang begegnen – abhängig von unserer Offenheit für die pflanzliche Umgebung –, so gibt es doch eine große Zahl unterschiedlicher Beobachtungen, Abbilder und Empfindungen. Einige mögen ein paar Atemzüge lang anhalten, andere nur kurze Momente. Jede dieser Begegnungen oder Interaktionen – seien sie von Sympathie getragen oder von Antipathie – hinterlässt Spuren in der Stimmungslage, in der Muskelspannung, im Körperempfinden und in der

geistigen Orientierung. Wenn wir dies in der naturtherapeutischen Arbeit nutzen, helfen wir den Patient:innen, ihr Erleben in ein Verständnis für sich selbst zu verwandeln und ihre innere Welt der Gedanken und Emotionen in Bezug zur äußeren Welt zu setzen und zu verstehen – gelebte Phytoresonanz.

Relevanz der Phytoresonanz-Hypothese

Die „Phytoresonanz-Hypothese“ hat Bezüge zu allen zwölf Aspekten. Sie decken sich zum Teil mit den Aspekten, denen der Natursoziologe Brämer (2008, S. 78–85) eine Wirksamkeit zuschreibt: Attention Restoration Theory (R. Kaplan & S. Kaplan), Psychoevolutionäre Theorie (Ulrich), Biophilia (Wilson), Regression und Tiefenpsychologie. Die ersten drei genannten Forschungsrichtungen und Theorien weisen in ihren Forschungen zwar Wirkungen nach – hinsichtlich der dahinter liegenden Wirkmechanismen sind sie jedoch weitgehend auf Vermutungen angewiesen. Das Wirkungsgefüge offenzulegen, dem scheinen meiner Meinung nach der Regressionsansatz und die Tiefenpsychologie am nächsten zu kommen. Aus meiner Sicht bestehen die stärksten Bezüge zum Phänomen des Gegenübertragungsgefühls, da hier (spürbare!) konkrete körperliche, emotionale und mentale Reaktionen benannt werden können. Besonders hilfreich ist die Achtsamkeitspraxis, aber auch das Wissen um die anderen Phänomene, Prozesse und Aspekte. Sie stärken die Hypothese, dass und weshalb Phyto-



resonanz wirksam ist: Es gibt vielfältige gewachsene, konkrete Parallelen und Bezüge zwischen Mensch und Baum (Pflanze) bei hunderttausende Jahre währender Koexistenz und Koevolution, aufgrund derer Pflanzen und Bäume basale Stimuli menschlicher Raum- und Ortsorientierung bilden. Dies wiederum liefert die theoretische Begründung, weshalb Natur im Allgemeinen, die therapeutische Gartenarbeit und Green Care im Besonderen wirksam sind. In der Phytoresonanz geschieht ein Geben und Nehmen, das über den Austausch von Sauerstoff und Kohlendioxid hinausgeht. Phytoresonanz schließt bewusste und unbewusste Erkenntnisprozesse ein. Psychophysiologie und Neurowissenschaften legen die Grundlagen, um die Informationsfülle zu lenken und zu reduzieren; einen Teil der physischen Beanspruchung in einer geteilten Atmosphäre teilen wir Menschen mit den Pflanzen; bei den Parallelen zu den Gegenübertragungsgefühlen können wir in der Phytoresonanz die Wirksamkeit der Pflanzen erleben und in der Natur an Gefilde anknüpfen, denen wir entwachsen zu sein scheinen, was aber zu einer Entfremdung nicht nur von der Natur, sondern von uns selbst führen kann. Spiegelungen wahrzunehmen kann zu einem unmittelbaren Erleben von Bedeutung führen. Phytoresonanz im Sozialisationsprozess wird schon sehr früh im Leben angelegt – oder auch nicht – und vermittelt Bedeutung und geteilte Existenz; sie sorgt für Bestätigung und hilft, Selbstvertrauen aufzubauen. Und doch gibt es keine „Nutzen-Automatik“: Es ist eine Herausforderung für unsere Wahrnehmung, zu

verstehen und zu erkennen, was zwischen Menschen und ihrer natürlichen Umwelt geschieht. In Pflanzen kann uns anschaulich werden, wie Natur und Mensch zu einem Ganzen werden. Phytoresonanz kann man mit Paul Shepard als Interaktion zwischen internen Aspekten des Selbst und externen Pflanzen betrachten, ganz ähnlich Goethes „Nichts ist drinnen, nichts ist draußen – denn was innen, das ist außen“. Die zwölf skizzierten Aspekte und Phänomene unterstreichen die Phytoresonanz-Hypothese deutlich.

Ergebnis

Wenn Menschen durch Wiesen und Wälder gehen, durch Landschaften mit ihren verschiedenen Pflanzen, oft Bäume und Sträucher, aber auch Wiesen und Bäche, dichte oder offene Strukturen, so erfährt ihr Körper vielfältige Eindrücke (im eigentlichen Wortsinne) und ihr Geist außerordentlich viele Anregungen: auch ohne bewusste Anstrengung. Nicht alle Menschen reagieren gleich. Gründe liegen in deren gegenwärtiger Gemütsverfassung, vorherrschenden Gedanken und in Gefühlen, die zu anderen als der gerade sichtbaren Situation gehören. Der sorgfältige Beobachter wird die Abweichungen an fahrigem, nicht harmonischen oder an unkonzentrierten oder eilenden Gehbewegungen entdecken. Denn Natur alleine führt den Menschen, der sie aufsucht, nicht automatisch zu Entspannung und Selbsterkenntnis. Es muss etwas hinzukommen: ohne Eile die erlebten Anstrengungen



Baum als Raumwesen-Parrotia persica © Konrad Neuberger



mit jedem Schritt hinter sich zu lassen, offen zu sein für das Sicht-, Hör-, Riech- und Spürbare, mit Armen und Augen zu pendeln, sich auf das Natur- und Vorgegebene einzulassen, mit den Füßen zu spüren und der eigenen Atmung Zeit und Raum zu geben, den Stress hinter sich zu lassen. Menschen, die naturnahe Bereiche zur Ablenkung und zum Genießen für 20 bis 60 Minuten aufsuchen, berichten von einem gesteigerten Wohlbefinden. Ein eventuell genanntes negatives Erleben vor dem Naturkontakt weicht in der Regel einem positiven Erleben. Daraus einen ursächlichen Zusammenhang zwischen beiden zu ziehen, ist naheliegend, aber nicht zwingend.

Man mag auch einwenden, dass viele verschiedene Bedeutungen von Resonanz genannt werden, wie Reaktion, Repräsentation, Resonanzgefühl, Spiegeln, Gegenübertragungsgefühl, Wahrnehmung und Erkennen, die aus völlig verschiedenen Bereichen kommen und doch vieles gemeinsam haben. Es sind gerade die verschiedenen Aspekte aus diesen unterschiedlichen Blickwinkeln, die ein bedeutsames Resultat ergeben. In der Spanne ihrer Quellen bilden sie eine sowohl bewusste wie auch unbewusste, nicht weniger wirksame Matrix (Nährboden). Mit der Phytoresonanz-Hypothese kann diese Wirkung hinreichend erklärt werden.

Phytoresonanz

ist die Spur, die Pflanzen in menschlichen Wesen hinterlassen. Es ist eine menschliche Fähigkeit, Pflanzen ohne Worte zu verstehen. Menschen reagieren in ihrer Psychophysiologie auf eine Weise, die Bezüge zur momentan sichtbaren Pflanze, zum Abbild einer Pflanze, aber auch zu pflanzenbezogenen Begriffen zeigen. Das wirkt.

Literaturhinweise

- Brämer, R. (2008). Grün tut uns gut. Daten und Fakten zur Renaturierung des Hightech-Menschen. Verfügbar unter: <http://www.wanderforschung.de/files/gruentutgut1258032289.pdf>. (abgerufen am 4.10.2017)
- Kaplan, R. (1983). The role of nature in the urban context. In I. Altman & J.F. Wohlwill (Hrsg.), *Behavior and the natural environment* (S. 127–161). New York: Plenum Press.
- Kaplan, S. & Kaplan, R. (1989). *The experience of nature. A Psychological perspective*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Neuberger, K. (2011). Ansätze zu einer Integrativen Gartentherapie. *Integrative Therapie*, 37(4), 407–464.
- Shepard, P. (1994). Phyto-Resonance of the True Self. In M. Francis, P. Lindsey & J.S. Rice (Hrsg.), *The Healing Dimensions of People-Plant Relations – Proceedings of a Research Symposium* (S. 153–159). Center for Design Research, Dept. of Environmental Design, University of California. California: UC Davis.
- Ulrich, R.S. (1981). Some psychophysiological effects, natural versus urban scenes. *Environment and Behavior*, 13(5), 523–556.

In Teilen veröffentlicht in:

- Gallis, C. (Hrsg.). (2007). *Green Care in Agriculture: Health Effects, Economics and Policies* (S. 161–164). Thessaloniki: University Studio Press.
- Mit freundlicher Genehmigung der University Studio Press, Thessaloniki, vom 30. Juni 2016.
- Übersetzung, Überarbeitung und Erweiterung des Artikels:
- Neuberger, K. (2007). Phyto-Resonance Hypothesis, Part II: A Model to Describe the Process Between Plants and Human Beings. Part of a Theoretical Framework and a Model of the Benefits of Green Care on a Micro Level. In C. Gallis (Hrsg.), *Green Care in Agriculture: Health Effects, Economics and Policies* (S. 161–166). Thessaloniki: University Studio Press.

Autor:in



Konrad Neuberger, M.A. arbeitete 35 Jahre mit psychisch erkrankten Menschen im Garten. Deutsche und englische Veröffentlichungen, Vorträge und Seminare zu Gartenbau und Therapie seit 1988. Mitwirkung bei COST 866, IGGT, Vorstand der GGuT. Lehrbeauftragter Uni Krams und EAG-FPI. Hof Sondern e.V. in Wuppertal, psychische Nachsorge, Gartentherapie (1996 bis 2018). konrad-neuberger@ggut.org, www.konrad-neuberger.de



Wissen und Sehen – Ihre Fotos für die IGGT

Die IGGT braucht Ihre Fotos! Warum? Um die Wirkung und Wirksamkeit von Gartentherapie sichtbar zu machen.

Eines der Hauptprobleme der Gartentherapie ist, wissenschaftlich aufzuzeigen, wie deren Wirkung ist. Vereinfacht gesagt. Die Gründe dafür sind vielfältig: Die Tatsache, dass Gartentherapie nahezu immer in einem größeren, therapeutischen Kontext stattfindet, sodass es schwierig ist nachzuweisen, welchen Anteil konkret die Gartentherapie dabei innehat; oder auch die Herausforderung, dass es für derartige Studien ja immer jemanden geben muss, der sie in Auftrag gibt, sprich jemanden mit einem ausreichenden gesundheitspolitischen Interesse an dieser Therapieform. Auch ist es in diesem Bereich hinreichend schwierig, ein gutes Studiendesign zu kreieren, welches beispielsweise randomisiert oder doppelblind ist.

Eine ganz grundsätzliche Ursache liegt aber in der Wirkweise der Gartentherapie, die manchmal ganz profan mit „den Leuten geht es einfach besser“ beschrieben wird, beziehungsweise fachlich passender mit dem Hinweis auf eine verbesserte emotionale Situation. Denn Emotionen und Wissenschaft haben so ihr Problem miteinander. Sie sind nun einmal nicht objektiv messbar. Weder kann man Blutwerte oder andere Marker herbeizaubern, noch andere körperliche Faktoren bemessen. Über den emotionalen Zustand kann nur eine Person verlässlich Auskunft geben, und das ist der oder die Untersuchte selbst. Emotionen sind also vom Wesen her immer subjektiv. Genau aus dem Grund weigern sich schließlich große Bereiche der wissenschaftlichen Psychologie, sich überhaupt mit Emotionen zu befassen, es gibt nicht einmal eine feste allgemeine Definition. Es ist beinahe so, als würden sie für diesen Bereich nicht existieren.

Dass jedoch Freude, Angst oder Ekel etwas absolut Existentes sind, dass diese sogar ein Ausstattungsmerkmal eines Menschen sind und dass diese auch, wie eine globale Sprache aus Mimik oder Körperhaltung, herausgelesen werden können, das bezweifelt sicher niemand. Therapeutische Aktivitäten in Natur

und Garten zu beobachten, hat einen erheblichen Einfluss. Dies hat jedoch scheinbar einen eher geringen wissenschaftlichen Wert.

Was also tun? Lieber als Beleg andere Auswirkungen der Gartentherapie anführen? Beispielsweise Cortisolspiegel oder Herzfrequenzvariabilität messen? Kognitive Tests durchführen? Gelenkausschläge betrachten? Sicher, all das gilt es zu überlegen. Und all das wird auch getan. Aber dennoch bleibt: Einen besonderen Effekt von Gartentherapie kann man nun einmal direkt an den Gesichtern der Beteiligten ablesen. Lächeln, leuchten, glühen: All das sind auch Belege für die Wirksamkeit.



© Katy Klünkigt



© Katy Klinkigt

Dieses Potenzial möchte die IGGT nicht verschenken, möchte es insbesondere in der Außendarstellung besser nutzen. Denn wie heißt es schließlich so schön: Ein Bild sagt mehr als tausend Worte.

Deswegen ruft die IGGT dazu auf, ihr Bilder für diesen Zweck zur Verfügung zu stellen. Bilder aus der Gartentherapie und aus therapeutischen Gärten. Bilder von Menschen, die zeigen, welchen Profit, welche Freude diese verursachen können.

Was wir tun, ist es wert gezeigt zu werden. Und diese Darstellungen können dabei helfen, die Gartentherapie und die therapeutischen Gärten in der Öffentlichkeit noch bekannter und eben auch anerkannter zu machen. Um so aufzuzeigen, welche Wirkung sie haben.

Die IGGT bittet daher um derartige Abbildungen. Natürlich ist es Voraussetzung, dass Sie die Rechte an diesen Bildern besitzen und die abgebildeten Personen es uns genehmigen, die Bilder zu verwenden. Die IGGT stellt Ihnen gerne dazu ein Formular zur Verfügung und wird natürlich auch bei jeder Veröffentlichung, beispielsweise auf Flyern oder auf der Homepage, etc. Sie als Quelle ausweisen.

Die Bilder selber sollten in einem geeigneten Format in genügender Auflösung vorliegen. Im Zweifel berät die IGGT Sie natürlich gerne.

Kontaktieren Sie bitte die IGGT unter info@iggt.eu.



© Katy Klinkigt

Autor:in



Andreas Niepel arbeitet als Teamleiter Garten/Gartentherapie seit über 20 Jahren an der HELIOS Klinik Hattingen in Deutschland. Er betreibt ein Planungs- und Beratungsbüro für Therapiegartenprojekte, ist Autor von Fachbüchern und lehrend tätig. Seit 2009 ist er Präsident der „Internationalen Gesellschaft GartenTherapie“ IGGT (www.iggt.eu).



Natur als Gesundheitsressource

Green Care-Angebote gewinnen in der Schweiz zunehmend an Bedeutung. Ob im Garten, im Wald oder mit Tieren: Natur wird zur Gesundheitsquelle. Eine Reihe von Semesterarbeiten zeigt, wo die Vielfalt am grössten ist und wo noch Lücken bestehen.

Drei Viertel der Schweizer Bevölkerung leben in Städten oder Agglomerationen, rund 90 Prozent des Alltags verbringen die Menschen in Innenräumen. Der fehlende Naturkontakt wirkt sich auf die Gesundheit aus; Stress, Schlafprobleme und depressive Verstimmungen nehmen zu. Naturgestützte Interventionen setzen hier an. Ob beim Waldbaden, in der Gartentherapie oder durch die Begegnung mit Tieren, die Natur wird zum gesundheitsfördernden Raum. Bisher fehlte hierzulande ein systematischer Überblick über solche und ähnliche Angebote in der Schweiz. Erste Arbeit leistete Sondra Lüssi, die anfangs 2025 in ihrer Semesterarbeit die Kantone Zürich, Graubünden, Thurgau und Schaffhausen untersuchte und ihre Erkenntnisse in der Ausgabe 02/2025 dieser Fachzeitschrift veröffentlichte. Meine eigene Semesterarbeit, verfasst im Rahmen des Studiums „Umweltingenieurwesen“ an der Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften in Wädenswil, Schweiz, knüpft daran an und erweitert die Übersicht auf die Kantone Luzern, Bern, St. Gallen und Aargau. Neben der Frage, wo welche Angebote vorhanden sind, habe ich untersucht, wie sie sich zwischen den Kantonen unterscheiden. Um die Angebote systematisch erfassen zu können, führte ich zwischen März und Mai 2025 eine strukturierte Internetrecherche durch. Für jeden Kanton wurden definierte Suchbegriffe verwendet, um naturgestützte Angebote zu identifizieren. Erfasst wurden jeweils Informationen zu Zielgruppen, Dauer, Kosten, Finanzierung und Kontaktmöglichkeiten. Alle gefundenen Angebote wurden anschließend in sieben Kategorien eingeordnet: Naturtherapie, Naturcoaching, Waldbaden, Gartentherapie, Care Farming, tiergestützte Interventionen und betreutes Wohnen. Diese einheitliche Vorgehensweise ermöglicht einen direkten Vergleich zwischen den Kantonen.

Angebote im Vergleich

Die Auswertung der Internetrecherche zeigt deutliche Unterschiede in der Verbreitung der naturgestützten Angebote: Besonders auffällig ist die Dominanz der tiergestützten Interventionen, die in allen untersuchten Kantonen am häufigsten vorkommen. Diese Angebotsform ist vielseitig und spricht ein breites Publikum an. Besonders häufig treten pferdegestützte Interventionen auf, während Angebote mit Hunden oder Eseln nur vereinzelt vorkommen.

Die Beliebtheit dieser Form hängt mit ihrer besonderen Wirkung zusammen. Tiere können Stress reduzieren, emotionale Stabilität fördern und soziale Interaktionen erleichtern. In der Begegnung mit ihnen erleben Menschen Vertrauen, Sicherheit und unmittelbare Resonanz. Vor allem Pferde reagieren feinfühlig auf Körpersprache und innere Zustände, was die Selbstwahrnehmung und Empathie stärkt. Diese Qualitäten machen sie zu einem wirkungsvollen Bestandteil in Therapie, Pädagogik und Coaching. Ein weiterer Grund für die starke Verbreitung liegt in der Flexibilität des Einsatzes: Tiergestützte Interventionen werden in der Psychiatrie, der Rehabilitation, im Coaching oder in der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen eingesetzt und lassen sich leicht an unterschiedlichen Zielgruppen anpassen.

Deutlich seltener anzutreffen sind hingegen Gartentherapie und Care Farming. Obwohl beide Ansätze nachweislich positive Effekte auf das psychische und körperliche Wohlbefinden haben, sind sie in der Praxis noch wenig verbreitet. Die Gründe liegen vermutlich im höheren organisatorischen Aufwand, im Flächenbedarf und in der oft saisonalen Durchführung. Gleichzeitig ist die Bekanntheit in der breiten Bevölkerung geringer. Dennoch berichtet der Fachverband Schweizerische Gesellschaft für Gartentherapie und Gartenagogik von wachsender Professionalisierung und steigender Nachfrage, was auf weiteres Potential hinweist.

Die Ergebnisse der Erhebung sind in Tabelle 1 dargestellt. Sie zeigen klar, dass tiergestützte Interventionen mit 75 Angeboten fast ein Drittel des gesamten Spektrums ausmachen. Naturcoaching und Waldbaden folgen mit 44 beziehungsweise 31 Angeboten und bilden damit ebenfalls wichtige Säulen innerhalb des Green Care-Angebots. Gartentherapie und Care Farming bleiben mit 10 beziehungsweise 20 Angeboten deutlich im Hintergrund, während Angebote im betreuten Wohnen und Naturtherapie nur vereinzelt vorkommen.

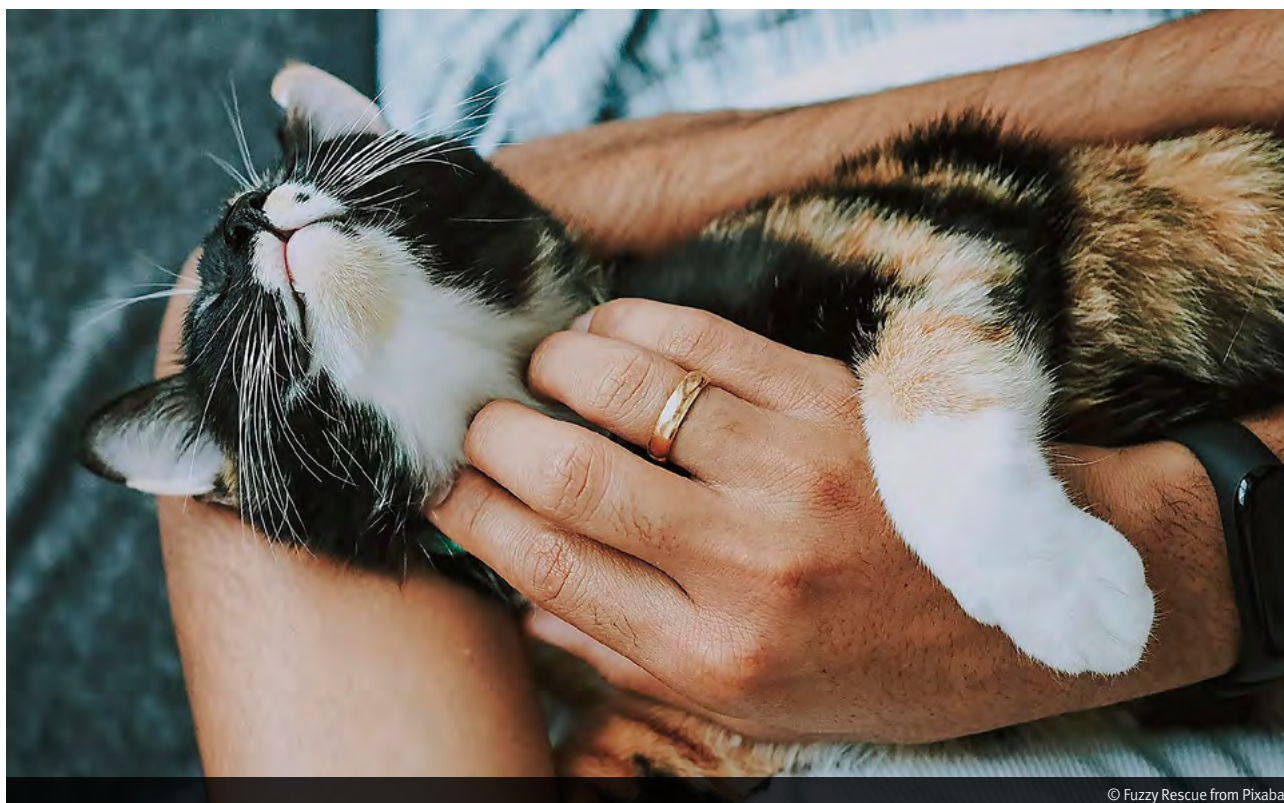
Angebot	Anzahl
Naturtherapie	13
Naturcoaching	44
Waldbaden	31
Gartentherapie	10
Care Farming	20
Tiergestützte Intervention	75
Betreutes Wohnen	13
Gesamt	206

Tabelle 1: Ergebnisse aller acht Kantone

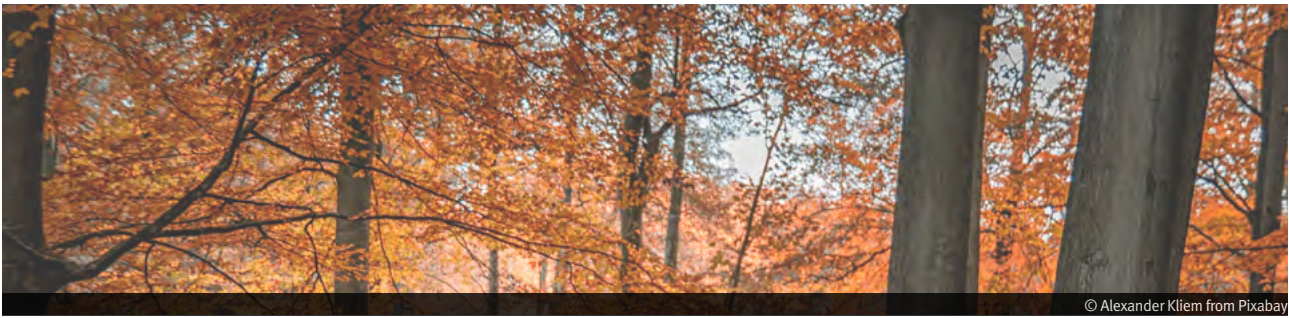
Tabelle 1 verdeutlicht somit das ungleiche Verhältnis zwischen den einzelnen Kategorien. Sie zeigt, dass Green Care in der Schweiz bereits vielfältig verankert ist, sich aber in einem unausgeglichene Entwicklungsstadium befindet. Während einige Angebotsformen bereits stark etabliert sind, benötigen andere noch gezielte Förderungen und öffentliche Sichtbarkeit, um ihr Potential vollständig entfalten zu können.

Regionale Unterschiede und Muster

Die Recherche macht kantonale Unterschiede in der Verbreitung naturgestützter Interventionen sichtbar. Besonders in urbanen Regionen wie Zürich und Bern ist die Angebotsdichte vergleichsweise hoch. Dort reagieren die Angebote offenbar auf den zunehmenden Mangel an Naturerlebnissen im Alltag, der in Städten besonders spürbar ist. In einer Gesellschaft, in der der Großteil der Bevölkerung den Tag in Innenräumen verbringt, wächst der Bedarf an Ausgleich und Erholung in der Natur. Auffällig ist, dass Bern trotz seiner großen Fläche und eher geringen Siedlungsdichte über ein überdurchschnittlich vielfältiges Angebot verfügt. Zürich weist ebenfalls eine hohe Dichte auf, was auf eine starke institutionelle Verankerung und gute Erreichbarkeit hindeutet. Aargau zeigt hingegen, trotz hoher Bevölkerungsdichte, ein durchschnittliches Angebot. Dies lässt vermuten, dass naturgestützte Interventionen dort weniger stark etabliert sind. Ein anderes Bild ergibt sich in ländlichen und alpinen Regionen wie Schaffhausen oder Graubünden. Trotz großer landschaftlicher Ressourcen sind dort vergleichsweise wenige Angebote zu finden. Hier dürften niedrigere Bevölkerungszahlen und damit eine geringere Nachfrage eine Rolle spielen. Gleichzeitig könnte der hohe Naturanteil dazu führen, dass formalisierte Angebote als weniger notwendig wahrgenommen werden. Die kantonale Spannweite wird in Tabelle 2 sichtbar. Sie zeigt die Gesamtzahl der erfassten Angebote pro Kanton und ordnet die Befunde im Überblick ein. Bern weist mit 54 Angeboten die größte Zahl auf, gefolgt von Zürich mit 40. Dahinter liegen



© Fuzzy Rescue from Pixabay



© Alexander Kliem from Pixabay

Graubünden, Aargau, Luzern und St. Gallen mit einer mittleren Anzahl an Angeboten. Thurgau und insbesondere Schaffhausen verzeichnen deutlich weniger Angebote und markieren das untere Ende der Verteilung.

Kanton	Anzahl
Bern	54
Zürich	40
Graubünden	24
Aargau	23
Luzern	22
St. Gallen	22
Thurgau	15
Schaffhausen	6
Gesamt	206

Tabelle 2: Gesamtergebnisse in den acht Kantonen

Diese Verteilung legt nahe, dass nicht allein Geografie und Bevölkerungsdichte entscheidend sind. Vielmehr beeinflussen lokale Prioritäten, vorhandene Netzwerke und die institutionelle Einbindung, wie sichtbar und zugänglich Green Care in einem Kanton ist. Denkbar ist, dass auch wirtschaftliche Faktoren eine Rolle spielen, etwa das durchschnittliche Einkommen der Bevölkerung oder die Möglichkeit, naturgestützte Interventionen über Krankenkassen abzurechnen. Solche Aspekte können in künftigen Untersuchungen vertieft werden. Klar ist jedoch, dass in Kantonen mit hoher Bevölkerungsdichte, aber geringem Angebot, Ausbaupotential besteht. Gezielte Vernetzung, stärkere Kooperationen mit Gesundheitsinstitutionen und die Sichtbarmachung bestehender Projekte könnten helfen, Versorgungslücken zu schließen und die regionale Balance zu verbessern.

Herausforderungen und Potentiale

Naturgestützte Interventionen sind ein wachsendes Angebotsfeld, doch das Potential ist noch nicht ausgeschöpft. Die ungleiche Verteilung zeigt, wo Chancen bestehen: Besonders in Regionen mit hoher Bevölkerungsdichte, aber geringer Angebotsvielfalt, bietet sich Entwicklungspotential. Eine wiederkehrende Hürde ist die Transparenz. Online fehlen häufig Angaben zu Kos-

ten, Finanzierung, Dauer, Zielgruppen und Qualifikation der Leitenden, was Ratsuchenden die Orientierung erschwert. Klare Informationen könnten Hemmschwellen senken und den Zugang erleichtern. Gartentherapie und Care Farming verdienen besondere Beachtung, ihre gesundheitsfördernde Wirkung ist belegt, dennoch sind sie selten vertreten. Mit gezielter Förderung, Aus- und Weiterbildung sowie einer stärkeren Einbindung in bestehende Versorgungsstrukturen könnten diese Bereiche wachsen. Langfristig kann Green Care in Prävention, Psychiatrie und Rehabilitation einen festen Platz einnehmen. Dafür braucht es mehr Bekanntheit, Professionalisierung sowie verlässliche Zugangswege, damit die Natur als Ressource für Gesundheit und Wohlbefinden für mehr Menschen erreichbar wird.

Literaturhinweise

- Dienemann, K., Hume, A., Gans, C., & Lorino, A. (2020). *Arbeitsraum Natur: Handbuch Für Coaches, Therapeuten, Trainer und Organisationen* (First edition.). Springer. <https://doi.org/10.1007/978-3-658-29939-2>
- Föhn, M., & Karli, A. (2022). Jubiläum in der Gartentherapie. <https://digitalcollection.zhaw.ch/items/651067a9-534d-4ea7-9646-dab1c21590d7>
- Germann-Tillmann, T., Steiger, B. R., Vroomen-Marell, R., Ernst, B., Forster, P., Gierke, F.von, Disler, S., Hanck, N., Harnickell, N., & Straßburger, C. (2024). *Naturgestützte Interventionen: Grüne Therapien, Naturnahe Aktivitäten, Nachhaltige Prävention*. (1st ed.). F.K. Schattauer Verlags-gesellschaft mbH.
- Wohlfarth, R., Beetz, A., & Riedel, M. (2021). *Tiergestützte Interventionen: Handbuch für die Aus- und Weiterbildung* (2. Aufl.). Ernst Reinhardt Verlag.

Autor:in



Noëlle Fischer studiert Umwelt-ingenieurwesen an der ZHAW. In ihrer Semesterarbeit erforschte sie mit der Forschungsgruppe „Grün und Gesundheit“ naturgestützte Interventionen und ergänzte die Arbeit von Sondra Lüssi um vier weitere Schweizer Kantone.



TGA mit Pferden – schulische Ausbildung

Die neue Zusatzqualifikation ermöglicht es Schüler:innen, ihre Interessen und Fähigkeiten in den Bereichen Pferd, Landwirtschaft und Tradition mit dem Tourismus zu verknüpfen.

Abseits der sportlich orientierten Ausbildungsmöglichkeiten haben sich pädagogisch ausgelegte Reitlehrgänge etabliert. Diese sind im tertiären Bildungsbereich angelegt und werden von [öffentlichen Bildungseinrichtungen](#) organisiert. Diese Einrichtungen sind landwirtschaftlich orientiert und unterstehen den jeweils zuständigen Ministerien. Auch Schulen, insbesondere landwirtschaftliche Fachschulen, haben Interesse, ihren Schüler:innen das Thema Pferd nicht nur über sportliche Schwerpunkte, wie es bei den Fachschulen mit Ausrichtung Reiten der Fall ist, sondern auch über weitere Einsatzmöglichkeiten von Pferden zu eröffnen. Da der Weg über die Erwachsenenbildung den Jugendlichen noch verschlossen ist, wurden neue Ausbildungswege speziell für Schulen entwickelt.

Kurzer Abriss zur Orientierung innerhalb tiergestützter Interventionen

Die positive Wirkweise der Mensch-Tier-Beziehung wurde vor allem im anglikanischen Raum schon in den 70er-Jahren erkannt. Das Interesse daran führte zu vielfältigen Forschungsaktivitäten in diesem Bereich. 1990 wurde die IAHAIO (International Association of Human-Animal-Interaction) als internationaler Dachverband für die Erforschung der Mensch-Tier-Beziehung gegründet (Vernooij & Schneider, 2013, S. 27-28). Deutschland kann eine Vorreiterrolle im Bereich des Therapeutischen Reitens für sich verbuchen. Sowohl in Forschung als auch in der Praxis konnten wichtige Beiträge zur Weiterentwicklung geliefert werden (Greiffenhagen & Bruck-Werner, 2012, S. 15). Besonders hervorzuheben ist die Studie zur „Beschleunigungs- und Schwingungsmessung auf dem Pferderücken und am Reiter“ von Riede. Erstmals konnte die dreidimensionale Schwingung des Pferderückens auf ein den reitenden Menschen bezogenes Koordinatensystem aufgezeichnet werden (Riede, 1986, S. 101).

Auf österreichischer Seite muss der ehemalige Leiter der Konrad Lorenz Forschungsstelle für Ethologie und Mitbegründer des Wolfsforschungszentrums in Grünau im Almtal, Kurt Kotrschal, genannt werden.

Begriffsbildungen und ihre Problematik

Die ursprüngliche Idee der tiergestützten Arbeitsweisen entsprang einer therapeutischen Zielsetzung. „Pet Therapy“ (PT) bezeichnet die älteste Begriffsbildung für den Einsatz von Tieren in der Therapie (Vernooij & Schneider, 2013, S. 29). Da jedoch nicht nur Menschen aus den medizinischen Grundberufen Interesse haben, Tiere zum Wohl von Menschen einzusetzen, entwickelte sich der Bereich der Animal Assisted Activities (AAA). Die englische Definition von AAA muss als „verwaschen“ diskutiert werden. So sollen wenig, bzw. weniger qualifizierte Personen sowohl motivationsfördernde, erzieherische, aber auch rehabilitierende und therapeutische Prozesse begleiten. Diese sind jedoch nicht auf eine „bestimmte“ Person zugeschnitten, noch sollen sie bestimmte medizinische Voraussetzungen erfüllen. Es gibt keine konkreten Ziele und es müssen auch keine Aufzeichnungen geführt werden (Vernooij & Schneider, 2013, S. 30-31). Deutlich klarer hingegen ist die Definition der Tiergestützten Aktivität (TGA) im deutschsprachigen Raum. Auch hier gilt es, erzieherische, rehabilitative sowie auch soziale Prozesse mit Hilfe von geeigneten Tieren zu unterstützen. Sie werden von mehr oder weniger ausgebildeten Personen durchgeführt und sollen das allgemeine Wohlbefinden steigern. Zu den bekanntesten Einsatzmöglichkeiten zählt der Tierbesuchsdienst (Vernooij & Schneider, 2013, S. 34-35).

Wohlbefinden in und mit der Natur – Green Care

Green Care, also die grüne Pflege, bzw. Betreuung und Fürsorge, ist der Sammelbegriff für „Aktivitäten und Interaktionen zwischen Mensch, Tier und Natur“ (Green Care Österreich, 2025). Mit anderen Worten bezieht Green Care auch das natürliche Umfeld mit ein, in dem Tiere und auch Menschen leben. Landwirtschaftliche Betriebe können eine Green Care Zertifizierung anstreben. Diese stellt eine Qualitätssicherung für den Betrieb dar. Insgesamt gibt es sieben Angebotsbereiche. Darunter fällt auch die „Tiergestützte Aktivität am Hof – Mit Tieren gemeinsam Freizeit gestalten“. Anregende Freizeiterlebnisse mit Tieren stehen im Fokus dieses Angebots. Darunter fallen das Beobachten von Tieren, das Füttern und das Streicheln. Im Kontext von Green Care unterscheidet sich die TGA somit durch den Schwerpunkt einer sinnvollen Freizeitgestaltung von AAA und der allgemein deutschsprachigen Definition von TGA. Es werden explizit Zielgruppen, wie Kinder, Jugendliche, Familien und ältere Menschen, genannt. Neben dem sicheren und spielorientierten Kontakt zu Tieren soll Wissen rund um Tierhaltung und die Landwirtschaft vermittelt werden. Das Einbinden und die Wissensvermittlung hinsichtlich der Naturkreisläufe ist ebenso in der TGA im Verständnis von Green Care verankert (Green Care Österreich, 2025).

Green Care macht Schule(n)

Schulen, speziell landwirtschaftliche Fachschulen, nutzen die Möglichkeit des „Lernorts Green Care“. Das bedeutet, dass 72 Lerneinheiten mit Inhalten von Green Care über drei Jahre hinweg im Unterricht eingebettet sind.

Die positive Wirkung von Tieren ist wissenschaftlich erfasst. Ihre Bedeutung haben auch Politik und Bildung erkannt. Die Bildungsdirektion Steiermark bekennt sich in ihrem Positionspapier zur „Tiergestützten Pädagogik in Bildungseinrichtungen“ und steht zur positiven Wirkung von Tieren im Schulalltag (Bildungsdirektion Steiermark, 2025). Nicht umsonst wurde gerade heuer ein Fachsymposium für „Tiere im Schulalltag“ als Chance für Kinder und Lehrkräfte in Graz abgehalten. Die TGA mit Pferden nach Dell'mour als Zusatzausbildung in den Schulen ist in den Lehrplan eingewoben

Infobox

Schulen, wo TGA mit Pferden nach Dell'mour als Zusatzausbildung angeboten wird:

- Tirol: LLA Imst,
- Steiermark: FS Voralpe
- Burgenland: HLW Oberwart

und ermöglicht es nicht nur, in den Genuss positiver Effekte der Mensch-Tier Begegnung im Schulalltag für Schüler:innen und Lehrkräfte zu kommen, sondern auch einen Abschluss zu erhalten, der im Trend liegt und daher auch wirtschaftlich interessant ist (Dell'mour, 2025, S. 112). Warum ist das so?

Wer ist die Zielgruppe für das Angebot?

Eine Studie aus dem Jahr 2024 des Statista Research Department in der deutschen Bevölkerung hat aufgezeigt, dass laut Hochrechnung 69,23 Millionen Personen ab 14 Jahren zumindest Pferdesport kennen und davon ca. 3,35 Millionen am Pferdesport interessiert sind (de.statista.com). Umgelegt auf Österreich wären das zumindest 0,5 Millionen Menschen. Es kann davon ausgegangen werden, dass zumindest jene Personen, die am Pferdesport interessiert sind, auch an Pferden selbst interessiert sind. Da alle Personen unter 14 Jahren nicht befragt wurden, können noch eine Vielzahl der Kinder, die sich zu Pferden hingezogen fühlen, hinzugezählt werden. Also insgesamt eine durchaus beachtliche Anzahl an Menschen, die eine potenzielle Zielgruppe für das Angebot TGA mit Pferd darstellen. Im Auftrag der Zentralen Arbeitsgemeinschaft Österreichischer Pferdezüchter wurde eine aktuelle Studie über die „Volkswirtschaftliche Bedeutung des Pferdes in Österreich 2024“ präsentiert. Diese zeigt deutlich, dass das Pferd insgesamt einen Wachstumsfaktor für die heimische Volkswirtschaft darstellt. Besonders der Dienstleistungsbereich spielt eine beachtliche Rolle (Pferd Austria, 2025). Die Ergebnisse der Studie lassen darauf schließen, dass es für das Angebot TGA mit Pferd eine maßgebliche Zielgruppe gibt.

Die TGA mit Pferden nach Dell'mour

Es gibt Menschen, die Pferde besitzen, solche, die aktiv reiten und auch andere, die einfach nur an Pferden oder Natur interessiert sind. Diese Personen unternehmen gelegentlich Ausflüge oder machen Urlaub in Regionen, wo es Pferde gibt. Genau für diese Personen ist die TGA mit Pferden ein spannendes Angebot. Im TGA Angebot gibt es fünf Schwerpunkte:

- Die Tierbeobachtung mit oder ohne Hofbesichtigung oder Hofführung
- Die erste Kontaktnahme mit dem Pferd über Streicheln und/oder Pferdepflege
- Das sichere Führen eines Pferdes
- Das geführte Reiten von einem Kind auf einem Pony
- Das Kennenlernen von Brauchtum, Tradition oder regionalen Besonderheiten

Die Schwerpunkte können, je nach Angebotslegung, kombiniert werden.

Die Tierbeobachtung...

Hierbei können für den Gast wunderbare Erlebnisse entstehen. Die Tierbeobachtung ermöglicht Entschleunigung über das Verweilen und Phasen des Durchatmens. Gleichzeitig entstehen jedoch über mögliche Kontaktnahmen seitens des Pferdes oder der Pferde Spannungselemente, die nicht nur für eventuell anwesende Kinder von Bedeutung sind. Wesentlich dabei ist, dass die Pferde in einem freien Dialog agieren können. Hierbei werden unterschiedliche Varianten angewendet:

- Außerhalb der Herde
- Innerhalb der Herde

So sind die Besucher entweder außerhalb der Herde und beobachten an den Koppelzaun gelehnt die Tiere oder, wie beispielsweise beim Besuch auf der Alm, innerhalb der Herde. Der Schutz des Zaunes fällt in diesem Fall weg. In jedem Fall steht es dem Pferd frei, den Kontakt zum Menschen aufzunehmen. Es kann jederzeit weggehen. Erstes Beschnuppeln, erstes Streicheln kann, aber muss nicht möglich werden. In dem Praxisfeld der Tierbeobachtung erfolgt unter Umständen auch eine Wissensvermittlung in Bezug zum Pferd. Jedoch ist immer darauf zu achten, dass sowohl Raum als auch Zeitraum für die Begegnung selbst geschaffen wird. Das heißt mit anderen Worten: Kein Zutexten!



...mit Hofbesichtigung oder Hofführung

Die Hofbesichtigungen ermöglichen es den Gäst:innen, ein Stück in die landwirtschaftliche Lebenswelt einzutauchen. Es können beispielsweise verschiedene Geräte besichtigt und über deren Einsatz Informationen erworben werden. Aber auch andere am Hof lebende Tiere können in die Besichtigungen eingebunden werden. Die Hofführung geht ihrer Idee nach mehr in die Tiefe. Je nach Schwerpunkt der Produktion oder Verarbeitung werden dem interessierten Gast Abläufe ersichtlich gemacht. Der krönende Abschluss einer Hofführung kann der Besuch des eigenen Hofladens darstellen. Auf diese Weise wird die Akzeptanz für und die Achtung vor der Leistung der Landwirtschaft gesteigert und trägt zur Stützung regionaler Produktion bei.



Kontaktnahme über Streicheln und/oder Pflegen

Die Kontaktnahme ist ein gesteuerter Prozess. Das Pferd ist angebunden, die Gäste nehmen von sich aus Kontakt zum Pferd auf. Sie sprechen mit ihm, streicheln es und unternehmen angeleitete Pflegetätigkeiten. Das Pferd wird über alle Sinne entdeckt. Die Zielsetzungen hierbei sind Achtsamkeit und Klarheit im Umgang mit dem Pferd, der persönliche Erlebniswert und das kontemplative Ankommen in der Tätigkeit selbst. Hierbei stehen die übergeordneten Ziele des Wohlbefindens und der sinnvollen Freizeitgestaltung im Vordergrund.



Achtsame Berührung des feuchten Pferdefells © Sabine Dell'mour

Das sichere Führen eines Pferdes

Innerhalb eines abgegrenzten Bereichs werden die ersten Fertigkeiten zum sicheren Führen eines Ponys oder Pferdes erworben. Die Übungen zum Führen können in der Folge mit Material, wie Hütchen oder Stangen, ergänzt werden. Unterschiedliche Parcours entstehen und verschiedene Herausforderungen warten auf die Gäste. Dadurch ergeben sich Halte- und Wendepunkte, die bewältigt werden müssen. Es liegt auf der Hand, dass jede pferdeinteressierte Person stolz auf sich ist, wenn solche Übungen gelingen. In diesem Zusammenhang könnte das Übergeben einer Erinnerungsplakette angedacht werden.

Das geführte Reiten eines Kindes auf einem Pony

Da oftmals Familien mit Kindern ein TGA-Angebot mit Pferd nutzen werden, macht es durchaus Sinn, speziell für die Kinder ein unvergessliches Erlebnis zu schaffen. Das stellt zweifelsohne das Reiten selbst dar. Im abgegrenzten Bereich können Kinder zwischen vier und ca. acht Jahren von der Fachkraft für TGA mit Pferd geführt werden. Die wartenden Familienmitglieder geben einen schützenden Rahmen für diese Aktivität.

Das Kennenlernen von Brauchtum, Tradition oder regionalen Besonderheiten

Österreich ist zweifelsohne bekannt für die Spanische Hofreitschule in Wien. Diese ist ein nationales Kulturgut. Die Kaderschmiede und Zuchtstation der Lipizzaner im weststeirischen Piber ist es ebenso. Aber auch die ländliche Reiterei hat einiges zu bieten. Darunter fallen diverse Pferdeweihen, besonders jene am Stefanietag, aber auch der Einsatz des Pferdes als Arbeitstier in der Land- und Forstwirtschaft.

Literaturhinweise

- Bildungsdirektion Steiermark. (19. Oktober 2025). www.bildung-stmk.gv.at.
- Dell'mour, S. (2025). Die Ganzheitliche Reitpädagogik nach Dell'mour. Für eine respektvolle Beziehung Mensch-Pferd. Graz: Leopold Stocker Verlag.
- Green Care Österreich. (9. Oktober 2025). greencare-oe.at.
- Greiffenhagen, S., & Bruck-Werner, O. (2012). Tiere als Therapie. Neue Wege in Erziehung und Heilung. Lettland: Kynos.
- Pferd Austria. (2025). Jahresbericht 2024. Stadl-Paura: Zentrale Arbeitsgemeinschaft österreichischer Pferdezüchter.
- Riede, D. (1986). Therapeutisches Reiten in der Krankengymnastik. München: Pflaum.
- Vernooij, M. A., & Schneider, S. (2013). Handbuch der Tiergestützten Intervention. Wiebelsheim: Quelle & Meyer Verlag.

Autor:in



Sabine Dell'mour, MSc betreibt in der Steiermark (Österreich) eine reittherapeutische Praxis. Sie ist Entwicklerin reitpädagogischer und reittherapeutischer Methoden und Lehrgänge. Sie lehrt an der Hochschule für Agrar- und Umweltpädagogik in Wien und an anderen Bildungseinrichtungen im In- und Ausland.

E-Mail: office@therapiereiten.at, www.reitpaedagogik.at



Waldgefährten unplugged

2024 veröffentlichten Sandra Fuchsbicher und Illustratorin Irene Pflieger ihr erstes Kinderbuch: Die Geschichte von Fuchs Tokala und dem Jungen Titus zeigt, wie Freundschaft und die Magie der Natur der digitalen Ablenkung standhalten.

Die GREEN CARE Redakteurin Dorit van Meel hat mit Sandra Fuchsbichler und Irene Pflieger ein Interview geführt.

GREEN CARE: Wie ist die Idee zu dieser besonderen Freundschaft zwischen einem Jungen und einem Fuchs entstanden – gab es ein konkretes Erlebnis oder eine persönliche Erinnerung, die Sie inspiriert hat?

Sandra Fuchsbichler: Lange Zeit schon hegte ich den Wunsch, ein Kinderbuch zu schreiben. Ich liebe Kinderbücher, weil sie oft auf einfache Weise große Wahrheiten transportieren können, weil sie Emotionen wecken, weil sie zum „Phantasieren“ einladen, ... Tiefe Freundschaften haben mir schon oft in schwierigen Zeiten Halt und Kraft gegeben. Und zum Fuchs verbindet mich weit mehr als nur mein Familienname. Es gab besondere Begegnungen mit diesem Tier, die mich berührt und inspiriert haben. Warum ich als Hauptfigur einen Jungen gewählt habe, dafür gibt es keine besondere Erklärung.



Versöhnung © Irene Pflieger

GC: Das Buch zeigt, wie das Handy den Jungen zunächst von der Natur und seinem Freund entfremdet. Was möchten Sie Kindern (und vielleicht auch Eltern) mit dieser Geschichte über den Umgang mit digitalen Medien mitgeben?

Sandra Fuchsbichler: Meine Geschichte soll Kinder und Eltern dazu anregen, sich mit den Auswirkungen digitaler Medien auseinanderzusetzen. Eltern tragen die volle Verantwortung für ihre Kinder und meiner Meinung nach müsste sich jeder Elternteil, der seinem Kind ein Handy/Tablet in die Hand drückt, mit den Erkenntnissen aus der Gehirnforschung beschäftigen, um zu verstehen, wie sehr digitale Reize die Entwicklung unserer Kinder beeinflussen können. Gleichzeitig möchte die Geschichte daran erinnern, wie wertvoll und wohltuend Naturerlebnisse für Groß und Klein sind und wie wichtig es ist, immer wieder Räume und Möglichkeiten für echte, lebendige Erfahrungen in der Natur zu schaffen. Wir sind auf dieser schönen Welt, um mit allen unseren Sinnen zu leben und zu lernen. Ein Videospiel kann die Sinne eines Kindes niemals so wecken wie ein Spiel in der Natur.

GC: Die Natur spielt im Buch eine große Rolle – die Jahreszeiten, das Licht, die Farben. Wie haben Sie die Atmosphäre der verschiedenen Jahreszeiten eingefangen, und gab es dabei eine, die Ihnen beim Illustrieren besonders Spaß gemacht hat?

Irene Pflieger: Ich habe versucht, die Natur nicht nur zu zeigen, sondern spürbar zu machen – das Rascheln der Blätter, die Wärme des Lichts, die Stille im Winter. Beim Zeichnen denke ich oft in Farben, in Licht und Stimmung. Besonders das Bild, in dem sich der Junge und der Fuchs wieder umarmen, hat mich tief berührt.



Freude Handy © Irene Pfleger

GREEN CARE: Wenn Sie den Fuchs und den Jungen mit drei Worten beschreiben müssten – welche wären das jeweils?

Sandra Fuchsbichler: Tokala ist ein Naturliebhaber, er ist klug und sanft. Titus ist abenteuerlustig, offen für Neues und für sein junges Alter schon sehr reflektiert 😊.

GC: Gab es beim Schreiben eine Szene, die Ihnen besonders ans Herz gewachsen ist oder bei der Sie selbst beim Schreiben gerührt waren?

Sandra Fuchsbichler: Jede Szene weckt in mir besondere Emotionen. Die meisten Elemente sind mit eigenen Erinnerungen und Erlebnissen verbunden. Titus trägt z.B. eine Kette mit einer Eichelhäherfeder daran. Da mich die Schönheit dieser Federn so sehr fasziniert, ich jedoch noch nie eine solche Feder gefunden habe, erhielt ich sie als Geschenk von meinem Lebenspartner. Irene hat - auf meinen Wunsch hin - genau diese Feder liebevoll ins Buch eingearbeitet.

Frühlingskräuter für Salat sammle ich oft gemeinsam mit meiner Tochter und auch das Löwenzahneis haben wir beide schon probiert, Herbstmandalas gelegt und unsagbar viele Tierspuren im Schnee verfolgt.

Traurig macht mich die Szene, in welcher Tokala mit Titus die Natur entdecken möchte, dieser aber mit seinem Handy beschäftigt ist. Solche Momente kenne ich leider auch aus dem Alltag meiner Tochter, die sich gerne in der Natur aufhält, Freundinnen aber oft die Zeit zu Hause vor dem Bildschirm bevorzugen.

Irene Pfleger: Das Bild, wo sich der Junge und Fuchs wieder umarmen ist emotional besonders bedeutend für mich. Freundschaft hat für mich eine tiefe, menschliche Dimension, die ich auch in Vorträgen thematisiere.

Emotionale Intelligenz und soziale Bildung sind in unserer Gesellschaft immens wichtig und werden immer bedeutender.

GC: Das Thema Freundschaft zieht sich wie ein roter Faden durchs Buch. Was bedeutet Freundschaft für Sie persönlich – gerade in Zeiten, in denen viele Kontakte digital ablaufen?

Sandra Fuchsbichler: Freundschaft ist gemeinsam lachen, schweigen, träumen, traurig sein. Freundschaft ist füreinander da sein. Echte Begegnungen mit Umarmungen und Blicken und ohne Ablenkungen sind mir sehr wichtig. Doch durch Arbeit, Schule, Entfernung oder viele Verpflichtungen des Lebens passieren diese manchmal seltener, als man es sich wünschen würde. Digitale Medien helfen in diesem Fall in Verbindung zu bleiben. Jetzt ist es an der Zeit, auch deren guten Seiten zu erwähnen.

Irene Pfleger: Für mich bedeutet Freundschaft echt zu sein – auch dann, wenn es unbequem ist. Ich spreche in meinen Vorträgen oft darüber, dass Freundschaft nicht durch perfekte Kommunikation entsteht, sondern durch ehrliche Verbindung. Dieses Buch erinnert mich daran, wie wichtig es ist, präsent zu sein – nicht nur online, sondern mit ganzem Herzen. Freundschaft ist für mich, wenn man einander auch in der Stille versteht – so wie der Junge und der Fuchs.

GC: Haben Sie beim Zeichnen manchmal mit dem Fuchs „gesprochen“ oder ihm eine eigene Persönlichkeit gegeben?

Irene Pfleger: Ja, das tue ich tatsächlich – manchmal. In Gedanken rede ich mit meinen Figuren, um ihre Emotionen wirklich zu spüren. Nur so kann ich sie lebendig machen. Der Fuchs war für mich nicht einfach nur ein Tier – er war der Spiegel der Seele des Jungen. Wenn ich seine Augen zeichne, spreche ich innerlich mit ihm: „Wie fühlst du dich? Was brauchst du?“ So entstehen die feinen Nuancen von Nähe und Vertrauen.

GC: Für welches Alter haben Sie das Buch im Kopf gehabt – und welche Reaktionen von Kindern oder Eltern haben Sie bisher besonders berührt oder überrascht?

Sandra Fuchsbichler: Da der Konsum von digitalen Medien bereits im Kindergarten großes Thema ist, wollte ich ein Werkzeug für Eltern, Großeltern, Pädagog:innen schaffen, um bereits die Kleinsten zu diesem Thema zu sensibilisieren. Das Buch ist für Kinder im Vorschulalter geeignet, je nach Ausdauer des Kindes kann die Geschichte verkürzt, auf mehreren Etappen gelesen oder auch erzählt werden. Außerdem lädt das Buch ein, sich für längere Zeit damit zu beschäftigen, weil es viele wei-

Sandra Fuchsbichler

Autorin, Umwelt- und Abfallberaterin. Sie führt mit viel Herzblut Workshops für Kinder und Jugendliche durch, in denen sie ihre Liebe zur Natur in all ihren Facetten teilt und Werte wie Umweltbewusstsein, Nachhaltigkeit und Achtsamkeit mit auf den Weg gibt.



tere Themen mit sich bringt: Unsere vier Jahreszeiten, Freundschaft, die Wunder der Natur.

Ich spüre, dass die Kinder mit dem Fuchs mitleiden, aber auch, wie fasziniert die Kleinsten schon von Handy&Co sind. Sie sind begeistert davon, dass Titus zum Geburtstag ein Handy bekommen hat.

Viele Eltern fühlen sich dem digitalen Zeitalter völlig ausgesetzt und resignieren. Ein häufiger Grund ist die Angst vor ständigen Konflikten mit ihren Kindern, wenn sie konsequent Grenzen setzen. Genau das ist aber meiner Meinung nach sehr, sehr wichtig, weil wir unsere Kinder zu schützen haben.

GC: Wenn Sie einen Tag mit dem Jungen und dem Fuchs verbringen dürften – was würden Sie gemeinsam unternehmen?

Sandra Fuchsbichler: Ich würde gerne mit den beiden unter einem Sternenhimmel einschlafen, mich dabei ganz tief in Tokalas weiches Fell kuscheln und Titus Hand halten.

Irene Pflieger: Ich würde mit ihnen und einer Gruppe von Kindern einen langen Spaziergang durch den Wald machen.

Tokala & Titus – und der Flimmerschirm

Hardcover

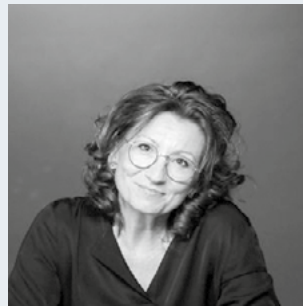
VP: 22 €

ISBN: 978-3-200-10059-6



Irene Pflieger

Illustratorin, Unternehmerin und Vortragende – steht für die Verbindung von Kunst, Bildung, Empathie und Achtsamkeit. In ihren Vorträgen „Digitale Balance und die Magie der Bücher“ zeigt sie mit Empathie und Leidenschaft, wie Sprache, Vorlesen und echte Begegnung Kinder stark machen und Familien verbinden.



GC: Dürfen wir uns schon auf weitere gemeinsame Projekte freuen – vielleicht ein neues Abenteuer mit dem Fuchs oder ein ganz anderes Thema?

Sandra Fuchsbichler: Ich habe das Gefühl, dass mich der Fuchs für immer begleiten wird. Wohin das nächste Abenteuer aber tatsächlich führt, da lasse ich mich selbst gern überraschen.

Irene Pflieger: Ich glaube, die Geschichte von Freundschaft und Natur ist nie zu Ende erzählt. Vielleicht begegnen wir dem Fuchs eines Tages wieder – mit neuen Erkenntnissen. Aber egal, wohin es führt: Es wird wieder um das gehen, was mich in all meinen Arbeiten begleitet – um Gefühl, um Achtsamkeit, um das, was uns verbindet.



Eichelhäherfeder © Irene Pflieger

Autor:in



Dr.ⁱⁿ Dorit van Meel arbeitet an der Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften in Wädenswil (Schweiz) und der Hochschule für Agrar- und Umweltpädagogik in Wien (Österreich). Seit etwa 20 Jahren forscht, unterrichtet, betreut und schreibt sie zu verschiedenen Fachgebieten von Green Care. Sie ist Chefredakteurin der Zeitschrift GREEN CARE.



Studierende erforschen urbane Lebensräume

Im Modul "Grünraum und Stadtleben" an der ZHAW untersuchten Studierende, wie Siedlungsgrün das Wohlbefinden beeinflusst. Ihre Projekte zeigen, welche Bedeutung Natur im urbanen Alltag hat.

In diesem Herbstsemester bot das Unterrichtsmodul „Grünraum und Stadtleben“ der Forschungsgruppe Grün und Gesundheit an der Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften (ZHAW) in Wädenswil Studierenden zum letzten Mal die Möglichkeit, ihre Forschungsergebnisse öffentlich zu präsentieren. Die folgenden sechs Beiträge stammen aus den Projekten, die von den Modulteilnehmer:innen unter der Leitung von Dorit van Meel selbstständig durchgeführt wurden.

Die Studierenden nahmen von Mitte September bis Ende Oktober am Institut für Umwelt und Natürliche Ressourcen (IUNR) am Modul teil. Unterstützt wurden sie dabei von den Forschungsgruppenmitarbeiterinnen Eva Baier (wissenschaftlicher Assistenz), sowie Martina Föhn, Petra Köchli und Nadja Lang (Lehr- und Forschungspersonal). Ergänzt wurde das Programm durch Fachvorträge externer Referent:innen und praxisnahe Exkursionen.

Modulidee

Im Zentrum stand die Frage, wie Grünräume in urbanen und peri-urbanen Räumen die körperliche, geistige und soziale Gesundheit beeinflussen können. Da über 80% der Schweizer Bevölkerung in Städten lebt und der Platz für Erholungsflächen knapp wird, besteht ein hoher Forschungsbedarf. Urbane Grünflächen sind nicht nur Orte der Erholung, sondern auch Räume für Sport, Kultur und gemeinschaftliche Aktivitäten. Das Modul untersuchte diese Funktionen aus interdisziplinärer Perspektive und bezog sowohl Bewohner:innen als auch Fachpersonen ein.

Vorgehen

Die Studierenden arbeiteten in kleinen Teams und wählten jeweils eine Nutzer:innengruppe sowie einen Grünraumtyp – etwa einen Park, einen Fried-



© Couleur from Pixabay



hof, oder einen Wald aus. Anhand zweier konkreter Standorte analysierten sie, welchen Beitrag diese Flächen zur Gesundheit und zum sozialen Miteinander leisten können. Dabei wandten sie Methoden der empirischen Sozialforschung und der Naturwissenschaften an: Ortsanalysen, Interviews mit Leitfäden sowie teilnehmende Beobachtungen, die in Protokollen und Fotodokumentationen festgehalten wurden.

Ergebnisse

Die Resultate wurden als Teil der für das Modul zu erbringenden Leistungsnachweise visuell und schriftlich aufbereitet und auf den folgenden Seiten in der Fachzeitschrift GREEN CARE veröffentlicht. Zusätzlich präsentierten die Teams ihre Arbeiten Ende Oktober auf dem Campus Grüental in einer öffentlichen Ausstellung mit Postern.

Ausblick

Das Modul „Grünraum und Stadtleben“ fand dieses Herbstsemester 2025 zum letzten Mal statt. Ab dem nächsten Herbstsemester wird es ein neues Modul

namens „Lebensraum Stadt“ geben, dessen Ziele, Struktur, Inhalte und Leistungsnachweise derzeit konzipiert werden. Alle Akteur:innen hoffen, mit dem Modul einen kleinen Beitrag zur Gestaltung lebensfreundlicher Städte geleistet zu haben.

Das generelle Ziel, die Bedeutung von Grünräumen für Gesundheit und Wohlbefinden sichtbar zu machen und neue Perspektiven für die urbane Zukunft zu eröffnen, wurde auf jeden Fall erreicht.

Somit geht ein großer Dank an alle ZHAW internen und externen Akteur:innen, die über so viele Jahre zum Gelingen dieses Moduls beigetragen haben.

Autor:in



Dr.ⁱⁿ Dorit van Meel arbeitet an der Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften in Wädenswil (Schweiz) und der Hochschule für Agrar- und Umweltpädagogik in Wien (Österreich). Seit etwa 20 Jahren forscht, unterrichtet, betreut und schreibt sie zu verschiedenen Fachgebieten von Green Care. Sie ist Chefredakteurin der Zeitschrift GREEN CARE.



Ruhiges Grün gegen das Chaos im Kopf

Was ist herausfordernder als studieren? Studieren mit ADHS! Wir haben betroffene Studierende gefragt, welche Grünräume sie besuchen und ob ihnen Aufenthalte in der Natur bei der Bewältigung des Studienalltags mit ADHS helfen.

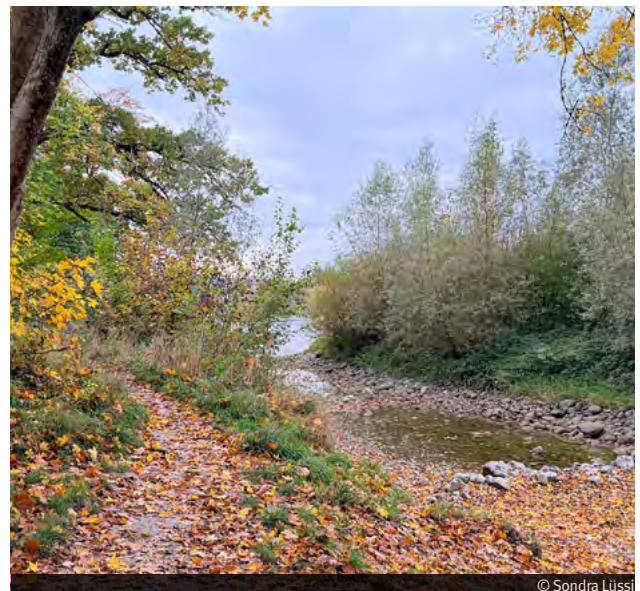
Studieren mit ADHS stellt Betroffene vor vermehrte Herausforderungen: Da ist einerseits die Sache mit der Konzentration, die nie so ganz da ist und sich lieber auf alles andere als Studieninhalte fokussiert. Oder die Prokrastination, ein wohlklingender Begriff für eine unschöne Sache: Aufschieben. Für Nicht-Betroffene kann es manchmal schwer sein nachzuvollziehen, wie sich der Studienalltag für Menschen mit ADHS wohl anfühlen muss. Strategien zur Bewältigung des anspruchsvollen Studienalltags gibt es zahlreiche. Eine davon ist der Aufenthalt in der Natur (Knümann, 2019; Haluza, 2024). Wie können Grünräume Betroffenen helfen, mit den Symptomen von ADHS besser umzugehen und gleichzeitig Entspannung und Erholung zu finden? Wir wollten von drei Studierenden mit ADHS aus unserem Freundeskreis wissen, welche grünen Orte sie regelmäßig besuchen und ob sich ein Aufenthalt dort auf ihre psychische Gesundheit auswirkt. Sie haben uns ihre Symptome geschildert und uns ihre grünen Lieblingsorte in Zürich und Aargau gezeigt. Um die Aussagen von Betroffenen mit wissenschaftlichen Erkenntnissen vergleichen zu können, haben wir außerdem eine Psychologin für ein Experteninterview beigezogen.

Nutzer:innenperspektive – Die Gedanken mit dem Fluss treiben lassen

Für manche mag die Limmat einfach Teil des Zürcher Stadtbildes sein. Für Martin (Name geändert) bedeutet der Spazierweg entlang des Flussufers jedoch mehr: Er findet hier seine kleine Auszeit vom Alltag. Dieser Flussabschnitt ist für ihn ein Ort der Ruhe und Erholung. Von ADHS betroffen, fällt ihm gerade die Konzentration im Alltag oftmals schwer. Wann immer er kann, kommt er deshalb hierher. Hier finde er Ruhe, ohne sich abzukapseln, erzählt er im Interview. Seine Runde führt ihn von der Werdinsel flussabwärts auf der linken Flussuferseite bis zur Autobahnbrücke, von

wo er anschließend auf der anderen Seite des Flusses zurückläuft. Zwei Stunden dauert das normalerweise, meint er. Die zahlreichen Sitzgelegenheiten entlang des Weges nutzt er, um immer mal wieder innezuhalten und Pause zu machen. Sich hinsetzen, ausruhen, dem Fluss zuhören. Gerade die natürlichen Reize, wie das Wasserrauschen oder Blätterscheln, wirken beruhigend auf ihn. Regelmäßig geht er hier spazieren, mal allein, mal mit seiner Lebensgefährtin, im Sommer wie im Winter.

Besonders fasziniert ist er von der Schlichtheit dieses Spazierweges: Keine Reizüberflutung, keine großen, offenen Flächen, aber trotzdem genügend Platz. Es sind diese minimalen Reize, die er im Alltag sucht und die ihm helfen, besser mit den Symptomen von ADHS umgehen zu können. Kommt er nach seinem Spaziergang nach Hause, fühle er sich entspannter und gelassener als vorher, manchmal auch Tage danach noch, schildert er. *„Das Fokussieren aufs Wichtige oder aufs Jetzt, aufs Hier und Jetzt, und alles andere ausblenden können, was einen zum Teil nicht überfordert, aber an-*



© Sondra Lüssi

strengend ist, wenn viele Eindrücke auf einen einprasseln“, beschreibt er. Was Martin beschreibt, ist nachvollziehbar. Die natürlichen Farben und Geräusche wirken entspannend und beruhigend auf unser Gemüt, gerade in einer sonst so lauten und hektischen Welt. Angesprochen auf die Frage, welche Grünräume er denn im Gegensatz zur Limmat meide, nennt er beispielsweise die Chinawiese in Zürich, die gerade an schönen Sommertagen stark besucht ist und für ihn pure Reizüberflutung bedeutet. Ein gesundes Mittelmaß zwischen menschlicher Aktivität und Ruhe ist für ihn entscheidend. Das findet er hier, auf „seinem“ Spazierweg. Für die Zukunft hat er vor allem einen Wunsch für diesen Ort: Dass der Kloster-Fahr-Weg so bleibt, wie er ist. *„Die Limmat soll naturbelassen bleiben. Genau das macht sie besonders.“*

Nutzer:innen-Perspektive – Wenn Gehen den Kopf befreit

Wenn Deborah am Fluss entlangläuft, weicht der Lärm des Alltags dem leisen Rauschen des Wassers. Die Studentin mit ADHS kommt oft hierher, manchmal täglich, manchmal nur einmal pro Woche. Was sie sucht, ist kein rasantes Abenteuer, sondern einen Ort, an dem ihr Kopf still wird. Bewegung ist dabei ihr Anker: das gleichmäßige Gehen, das rhythmische Geräusch des Kieses unter den Schuhen, das warme Licht der Abendsonne zwischen Feld und Wald. *„Ich gehe los, wenn ich abschalten muss. Und danach geht es mir immer besser, unabhängig davon, wie ich mich vorher gefühlt habe“*, erzählt sie.

Der Weg bietet ihr, was sie im Alltag oft vermisst: Freiheit und Struktur zugleich. Sie kennt die Routen auswendig, doch jede Runde kann anders sein. Mal nimmt sie den kurzen Weg entlang des Baches, mal die große Schleife durch den Wald. Diese Flexibilität erlaubt ihr, spontan zu entscheiden, was ihr heute guttut, ohne planen oder funktionieren zu müssen.

Auch die sozialen Momente gehören für sie dazu. Häufig geht sie mit Freundinnen spazieren. Während sie laufen, entstehen Gespräche, die leichter fließen als in einem Café oder Seminarraum. Bewegung scheint das Denken zu öffnen, das Gehen bringt Worte in Gang. Gleichzeitig bietet der Grünraum den passenden Rahmen: frische Luft, das Rascheln der Blätter, das Rauschen des Flusses, ein vorbeispringendes Reh. Es ist ein Raum zum Atmen, Zuhören, Beobachten und Loslassen. Doch Deborah genießt auch die stillen Momente der Natur allein: *„Ich habe gerne meine Ruhe. Zu viele Geräusche um mich herum mag ich nicht, auch keine Musik oder Podcasts, nur Natur.“*

Belebte Parks oder laute Straßen meidet Deborah hingegen bewusst. Zu viele Menschen, zu viele Reize, dann kippt die Ruhe in Stress. Sie bevorzugt Orte, an denen Natur und Rückzug möglich sind, frei von Hektik

oder Überreizung. Dort kann sie die Natur mit all ihren Farben, ihrem Leben, ihren Geräuschen und Gerüchen wahrnehmen, ohne überflutet zu werden. *„Manchmal sehe ich sogar einen Biber hier“*, erzählt sie begeistert. Deborahs Erfahrung zeigt exemplarisch, wie Grünräume für Menschen mit ADHS zu Orten des Ausgleichs und der Selbstregulation werden können. Zwischen Bewegung und Ruhe, Nähe und Distanz, Struktur und Spontaneität findet sie hier, was ihr im Alltag oft fehlt: *„Gelassenheit, Frieden und einen Moment der Glückseligkeit.“*

Nutzer:innen-Perspektive – Wo Design auf innere Balance trifft

Wenn Gabriel aus seinem Fenster schaut, sieht er nicht einfach nur Grün. Er sieht den Irchelpark, einen Ort, der ihn auch dann erreicht, wenn er drinnen bleibt. Doch meistens zieht es ihn raus, im Schnitt einmal die Woche, im Sommer öfter. Der Architekturstudent mit ADHS findet hier etwas, das ihm in der Stadt sonst fehlt: eine Verbindung zwischen durchdachtem Design und natürlicher Ruhe. *„Die Wege sind so gebaut, dass die Eingänge erstmal eng sind und sich dann voll weit öffnen, Teiche, Tiere, dicke Steintreppen, fühlt sich fast wie in den Bergen an“*, beschreibt er seine Wahrnehmung des Raumes. Diese Gestaltung ist für ihn kein Zufall, sondern Grund genug, hierher zu kommen: *„Richtig gutes Design wie beim Irchel motiviert mich, rauszugehen“*, erklärt er.

Was Gabriel am Irchelpark besonders schätzt, ist die Konstanz der natürlichen Geräusche. Im Gegensatz zu den plötzlichen, lauten Reizen der Stadt, wie Sirenen und Hupen, wirken Tierstimmen, Wasserplätschern und Blätterrauschen beruhigend auf sein Nervensystem. *„Extrem wohl“* fühle er sich hier, erzählt er. Diese konstanten Reize sind für Menschen mit ADHS von besonderer Bedeutung. Sie reduzieren das Risiko der



© Kim Nora Gysi

Überstimulation, die im urbanen Alltag omnipräsent ist, insbesondere für Studierende.

Der Park ist für Gabriel mehr als ein Erholungsort. Er ist Treffpunkt mit Freund:innen, Sportplatz, Raum für Aktivitäten, je nach Bedarf und Moment. Mal bleibt er nur zehn Minuten, mal verbringt er ganze Abende hier. Die Flexibilität, spontan zu entscheiden, wie er den Raum nutzt, entspricht seinem Bedürfnis als Student, seine Routine anzupassen. Besondere Events wie das große Feuer am 1. August (dem Schweizer Nationalfeiertag) sind für ihn spezielle Momente.

Seine Wünsche für die Zukunft des Parks sind bescheiden: Der Park soll bleiben, wie er ist. Vielleicht mal ein Flohmarkt, vielleicht andere Events ähnlich wie das vom 1. August, aber nichts, was die Ruhe zerstört oder zu viele Menschen anzieht. Die Balance zwischen menschlicher Aktivität und natürlicher Stille ist für ihn entscheidend. „Das ist einer der Plätze in Zürich, wo ich am wenigsten überreizt bin“, fasst Gabriel zusammen. In einer Stadt, die von Reizen überflutet wird, ist der Irchelpark für ihn ein Ort, an dem er durchatmen kann, visuell, akustisch und mental.

Expert:innen-Perspektive – Zwischen Reiz und Regulation

Sabine Grawehr arbeitet als Psychologin am Kantonsspital Winterthur. In ihrer Arbeit mit Kindern und Jugendlichen mit ADHS beobachtet sie, wie stark Reize auf sie wirken und wie schnell Überforderung entstehen kann. Laute Geräusche, grelles Licht oder intensive Gerüche können bei ADHS-Betroffenen eine Reizflut auslösen, die Entspannung verhindert: „Ihre Reizschwelle ist oft tiefer. Sie nehmen mehr wahr und das kann schnell zu viel werden.“



Grünräume können hier eine wichtige Rolle spielen als Orte der **Selbstregulation und Stressbewältigung**. Bewegung und frische Luft unterstützen das psychische Wohlbefinden, besonders deutlich bei ADHS-Betroffenen. „Beim Laufen fällt das Reden leichter. Es ist, als würde auch das Denken in Bewegung kommen“, erzählt Grawehr über einen Jugendlichen, mit dem sie Therapiegespräche häufig im Park führt.

Bewegung fördert auch die soziale Teilhabe: Gespräche entstehen leichter, wirken natürlicher und weniger konfrontativ. Sie schafft Dynamik und erleichtert den Austausch. Zugleich betont Grawehr, dass stark belebte Orte schnell überfordernd wirken können, für viele Menschen, aber bei ADHS-Betroffenen besonders ausgeprägt. Deshalb sind ruhige, reizärmere Grünräume mit klaren Strukturen und Rückzugsmöglichkeiten besonders wertvoll.

Entscheidend seien zudem die **Zugänglichkeit und Vielfalt** solcher Orte: „Je näher und abwechslungsreicher Grünräume gestaltet sind, desto besser können sie individuelle Bedürfnisse abdecken.“ Kurze Distanzen und unterschiedliche Zonen schaffen Orientierung und Flexibilität, und erleichtern es, spontan den passenden Ort zu finden.

Für Grawehr liegt der Schlüssel darin, **Balance zu schaffen**: zwischen Stimulation und Ruhe, Aktivität und Rückzug. So können Grünräume nicht nur Erholung bieten, sondern Menschen mit ADHS helfen, im Gleichgewicht zu bleiben, mit sich selbst und ihrer Umgebung.

Was wir in den Interviews mit Studierenden erfahren haben, deckt sich mit den Erkenntnissen der Psychologie, wie uns die Expertin bestätigt. Grünräume mit ihren natürlichen Farben, Geräuschen und Gerüchen können einen beruhigenden Effekt auf uns haben und unser Stresslevel senken. Dabei braucht es nicht immer die ganztägige Wanderung in den Bergen zu sein, auch kurze Spaziergänge im nahegelegenen Stadtpark oder Wald haben positive Auswirkungen auf unser physisches und psychisches Wohlbefinden.

Literaturhinweise

Haluza, D. (2024). Waldtherapie: Ein Basislehrbuch für die Anwendung in Psychotherapie, Psychologie und Medizin (1st ed.). W. Kohlhammer GmbH.

Knümann, S. (2019). Naturtherapie: Mit Naturerfahrungen Beratung und Psychotherapie bereichern. Mit E-Book inside (1. Aufl.). Beltz Verlagsgruppe.

Autor:innen

Kim Nora Gysi, Sondra Lüssi und Marco Ossola studieren Umweltingenieurwesen an der ZHAW Wädenswil mit der Vertiefung Urbane Ökosysteme. Im Modul Grünraum und Stadtleben untersuchen sie die Wirkung von Grünräumen auf Menschen mit ADHS.



Zwischen Stadtlärm und Wasserrauschen

Es ist ein kühler Herbstmorgen im Park. Das Wasser glitzert, als die Sonne zwischen den Bäumen durchschimmert. Ob das Rauschen von dem Zürichsees kommt, oder von der Limmat, spielt keine Rolle, solange es den Lärm der Stadt verdrängt.

Zwei ältere Frauen sitzen auf einer Bank, reden leise über ihre Enkel, über das Wetter und das Leben. Hinter ihnen fahren Fahrräder vorbei, ein Hund bellt und ein Schwan versucht, sich (wenn nötig auch mit Nachdruck) etwas Brot zu beschaffen.

Solche Szenen spielen sich jeden Tag an der Nötzliwiese in Dietikon, einer kleinen Gemeinde östlich von Zürich, ab. Ein Ort, an dem Stadt und Natur ineinander übergehen. Ähnliche Momente gibt es auch am Küsnachter Horn, wo der Zürichsee an seinem Nordufer still in der Sonne funkelt und Spaziergänger:innen den Blick über das Wasser schweifen lassen.

Für die Besucher:innen sind diese Orte aber mehr als nur schöne Kulissen. Besonders für ältere Menschen sind sie Erholungsräume, in denen man Bewegung, Begegnung und Frieden findet. In diesem Zusammenhang hat sich unsere Projektgruppe gefragt: „Was macht Grünräume am Wasser so wertvoll für das Leben in der Agglomeration?“ und „Wie erleben Senior:innen diese Orte in ihrem Alltag?“

Um Antworten zu finden, haben wir an beiden Orten Gespräche mit älteren Besucher:innen geführt, das Geschehen beobachtet und die Stimmung in Form von Fotos festgehalten. So entstand ein Eindruck davon, welche Wirkung das Wasser auf die Senior:innen hat und welchen Beitrag solche Orte zur Lebensqualität leisten.

Die Nötzliwiese – grüne Oase an der Limmat

Die Nötzliwiese liegt in der Gemeinde Dietikon, welche sich ungefähr 10 Zugfahrminuten westlich der Stadt Zürich befindet. Durch ihre unmittelbare Nähe zum Bahnhof Dietikon ist die Nötzliwiese bestens mit den öffentlichen Verkehrsmitteln zu erreichen. Auch zu Fuß oder mit dem Auto gelangt man ohne Mühe dorthin, denn gegenüber des Bahnhofs liegt ein großer Parkplatz. Wie es der Name schon andeutet, handelt es sich bei diesem Ort um eine Wiese, welche direkt

an der Limmat liegt. Der Ort zeichnet sich durch einige Sitzmöglichkeiten in Form von Bänken aus, welche zum Verweilen am Fluss einladen. Ein kleiner Spielplatz auf der Wiese soll den Aufenthalt an der Nötzliwiese auch für Kinder zum Vergnügen werden lassen. Der Spielplatz wurde mit diversen Spielelementen ausgestattet, die Hauptattraktion bildet ein Kletterturm. Neben der Wiese zieht sich ein asphaltierter Weg die Limmat entlang. Links und rechts des Weges finden sich diverse Sträucher und Bäume, welche der Nötzliwiese ein zusätzliches Naturambiente verschaffen. Auch Tiere, hauptsächlich Enten und Schwäne, nutzen die Nötzliwiese immer wieder.

Natur und Begegnung am Wasser

Beobachtet man das Geschehen an der Nötzliwiese, erkennt man rasch, warum die Menschen hierherkommen. Es ist einer der wenigen Orte in Dietikon,



Christof Pfister © Tabea Graf

welcher noch vom „Grünen“ dominiert wird. Dennoch repräsentiert die Nötzliwiese auf ihre besondere Weise die Stadt Dietikon, welche in den letzten Jahrzehnten einen großen Aufschwung erlebt hat und sich durch Vielfalt und Lebendigkeit auszeichnet. Besonders in der warmen Jahreszeit begegnen sich hier Menschen, um in gemütlicher Runde auf einer der Bänke zu plaudern, Familien pilgern mit ihren Kindern zum kleinen, aber feinen Spielplatz. Auch das Füttern der Enten und Schwäne ist bei Jung und Alt gleichermaßen beliebt. Zudem bietet sich das klare Wasser der Limmat auch für ein kleines Schwimmvergnügen an. Alternativ nutzen die Menschen die Nötzliwiese auch als Einstieg, um sich mit ihren Gummibooten flussabwärts treiben zu lassen. Viele Menschen flanieren auch einfach auf dem Weg entlang der Limmat und genießen die Natur. Dieser Weg ist auch bei Fahrradfahrenden eine beliebte Route und wird auch immer öfters von Jugendlichen auf ihren E-Scootern genutzt. Dieses Thema birgt jedoch ein gewisses Konfliktpotenzial, da es öfters zu heiklen Szenen kommt, wenn Fahrrad- oder Mopedfahrer:innen ihr Tempo nicht entsprechend anpassen und so beinahe mit den Fußgänger:innen kollidieren. „Wir haben wirklich ein Problem mit diesen Scootern“, meint beispielsweise eine Besucherin, welche wir im Rahmen dieser Arbeit an der Nötzliwiese interviewen durften. Zukünftig dürften auch sanitäre Anlagen zum Thema werden, denn diese sucht man auf der Nötzliwiese vergebens.



Das Küsnachter Horn – wo Land und See sich treffen

Das Küsnachter Horn liegt in der Gemeinde Küsnacht südlich der Stadt Zürich. Die Fläche liegt direkt am Zürichsee, der Name kommt wohl von der Form des Parks, welcher wie ein Horn aus dem Festland in Richtung Zürichsee herausragt. Das Küsnachter Horn kann problemlos mit den öffentlichen Verkehrsmitteln, per Auto oder auch zu Fuß erreicht werden. Eine weitere Möglichkeit, um ans Küsnachter Horn zu gelangen, ist mit dem Schiff, denn die Schiffstation liegt direkt neben dem Horn. Das Gelände ist in zwei Bereiche aufgeteilt: Auf der Nordseite bietet die Fläche hauptsächlich Sitzmöglichkeiten in Form von Bänken und einer großen Wiese. Der südliche Teil des Horns bietet vor allem Familien mit Kindern, Jugendlichen und sonst aktiven Menschen etwas; so gibt es hier einen großen Spielplatz mit einem riesigen Kletterturm. Der äußerste Teil des Hornes ist eine kleine Landzunge, die aus kleinen und mittelgroßen Steinen besteht, und die an einen Steinstrand erinnert. Ebenfalls in diesem Bereich befindet sich noch ein überdimensionales Schachfeld aus quadratisch angefertigten Steinen, die abwechselungsweise in dunkler und heller Farbe angemalt wurden. Im ganzen südlichen Bereich findet man auch immer wieder Sitzbänke, welche zum Entspannen genutzt werden können. Zudem ist dieser Bereich auch mit einer sanitären Anlage ausgestattet.

Vielfalt auf kleinem Raum

Das Küsnachter Horn wirkt auf den ersten Blick sehr strukturiert und besticht durch Sauberkeit und Eleganz, was die Gemeinde Küsnacht mit einem der höchsten pro Kopf Einkommen in der gesamten Schweiz passend widerspiegelt. Der Ort wird je nach Bereich unterschiedlich genutzt. So erkennt man rasch, dass der nördliche Bereich besonders für diejenigen konzipiert wurde, welche sich entspannen, ein Buch lesen oder einfach das Geschehen am Küsnachter Horn beobachten wollen. Auch treffen sich hier viele Personen, um miteinander Zeit zu verbringen und sich in Ruhe austauschen zu können. Der südliche Bereich ist vor allem für Familien geeignet, da sich dort die Kinder auf dem wunderschönen Spielplatz austoben können. Die kleine Landzunge ist ein beliebter Ort für Fischer:innen, welche dort ihrem Hobby nachgehen. Das strandähnliche Aussehen dieser Fläche bietet ein gewisses Ferienfeeling und wird von Besucher:innen besonders im Sommer rege genutzt. Der Zürichsee kann von hier aus für verschiedene Aktivitäten genutzt werden, sei es für ein persönliches Schwimmvergnügen, eine gemeinsame Stand-up-Paddle Session oder für eine Bootstour. Alles in allem hat das Küsnachter Horn für jeden etwas zu bieten und ist für die Menschen der Re-



Schwäne an der Nötzliwiese © Mattia Sulzer

gion ein wichtiger Naturraum, welcher die Wohlfahrt zu steigern vermag.

Stimmen eines Besuchenden

Christof Pfister ist ein regelmäßiger Besucher der Nötzliwiese in Dietikon. Besonders in den Sommermonaten ist er häufig hier anzutreffen, allerdings lieber dann, wenn nicht ganz so viele Menschen unterwegs sind, wie an dem leicht bewölkten Tag, an dem wir das Interview führen. Der Rentner nutzt die Bänke an der Nötzliwiese gerne, um kurz zu verweilen und auf die aufgestaute Limmat hinauszuschauen. Manchmal kommt er dabei mit anderen Besucher:innen ins Gespräch: „Es gibt doch noch viele Leute, die Kontakt suchen“, meint er. Die Uferwege entlang der Limmat nutzt er vor allem, um Fahrrad zu fahren oder um mit seinem Hund spazieren zu gehen. Das Wasser spielt für Christof Pfister eine zentrale Rolle bei seinen Besuchen: „Es ist etwas Schönes und Natürliches, es zieht alle Menschen ans Wasser“, sagt er. Verbesserungspotenzial sieht er vor allem im Umgang mit dem Radverkehr: „Als Radfahrer ist es für mich kein Problem, hier durchzufahren. Aber wenn an schönen Tagen viele Leute unterwegs sind, können die vielen Fahrräder und Elektromofas für die Fussgänger:innen schon sehr störend sein.“ Nach dem Gespräch bleibt Christof Pfister noch eine Weile auf der Bank sitzen, blickt über die Limmat und steigt dann gemächlich auf sein Fahrrad, um weiterzufahren.

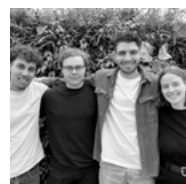
Bedeutung des Wassers

An beiden Orten wurde das Wasser von den Senior:innen als natürlich, schön und beruhigend wahrgenommen. Allerdings zeigte sich bei unseren Besuchen

auch, dass es nicht der ausschlaggebende Grund war, warum sie die Orte aufsuchten. Vielmehr dienten die Ufer als Aufenthaltsraum, der zum Beobachten, Verweilen und zur leichten Bewegung einlud. Auffallend an beiden Orten war die Interaktion der Senior:innen mit den Wasservögeln. Sie wurden häufig beim Füttern der Enten beobachtet. Daneben ließen sie sich oft einfach auf den Bänken nieder, um aufs Wasser hinauszuschauen. Dabei spielten sowohl die Weite des Blicks als auch die Möglichkeit zur Beobachtung eine Rolle. Auf dem Zürichsee waren es die vorbeifahrenden Schiffe, an der Nötzliwiese die Enten, welche die Aufmerksamkeit auf sich zogen. Für Senior:innen wird das Wasser zu einem ruhigen, ansprechenden Element, das den Aufenthalt an beiden Orten bereichert, ohne im Vordergrund zu stehen.

Als sich der Tag dem Ende neigt und an den Ufern wieder Ruhe einkehrt, ist die Bank leer, auf der am Morgen noch die zwei Frauen saßen. Nur das Rauschen bleibt, gleichmäßig und unbeirrt. Und genau darin liegt wohl die Magie dieser Orte: Kleine Oasen, welche den Alltag verdrängen, so wie es das Rauschen mit dem Stadtlärm tut.

Autor:innen



Mattia Sulzer, Tobias Rudow, Luca Rüegger, Tabea Graf (von links nach rechts)

Student:innen BSc Umweltingenieurwesen mit den Vertiefungen Urbane Ökosysteme und Umweltsysteme und Nachhaltige Entwicklung, ZHAW Life Science und Facility Management, Wädenswil.



Wo die Stadt den Wald berührt

Zwischen Vogelgezwitscher, Windrauschen und dem fernen Brummen der Autobahn liegt im Stadtwald ein stiller Rückzugsort für Mensch und Natur – ein Ort, der zeigt, wie wohltuend Nähe zur Natur im Alltag sein kann.

Wenn ich den schmalen Pfad zum Stadtwald Holziberg in der Zürcher Gemeinde Illnau-Effretikon betrete, fällt mir sofort das wechselnde Klangbild auf. Vom Wohnquartier aus noch gut hörbar, verliert sich der Klang schließlich im Rauschen der Baumkronen – nur das Hintergrund-Brummen der Autobahn bleibt. Eine ständige Erinnerung daran, dass Natur und Zivilisation hier unmittelbar nebeneinanderliegen.

Ich begeben mich in den Stadtwald, um herauszufinden, wie ältere Menschen ihn erleben – was sie dort suchen, finden, und welche Bedeutung so ein Ort für ihren Alltag hat. Dafür habe ich mich an mehreren Halbtagen in diesen und einen zweiten Wald gesetzt, jeweils morgens und nachmittags Beobachtungen durchgeführt und dabei versucht, mit denjenigen ins Gespräch zu kommen, die diese Orte kennen und nutzen: Ihre Erfahrungen, Gedanken und Routinen sollten mir helfen, Stadtwälder nicht nur als Landschaften, sondern als gelebte Räume zu verstehen.

Der Weg ist uneben, mit Baumwurzeln und Laub bedeckt – für manche ein Hindernis, für andere Teil des Walderlebnisses. Der Holziberg liegt ruhig, mit einem angrenzenden Weiher und einem kleinen Naturschutzgebiet. Es gibt eine Grillstelle und verschiedene Bänke entlang des Weges. Dennoch bleibt die Nutzung moderat. Mir fällt auf, wer hierherkommt, sucht keine Attraktion, sondern möchte die Stille und Ruhe genießen, die dieser Ort hier bietet.

Am Morgen ist das Licht weich, die Blätter fallen leise vom Himmel, das Katharinenmoos leuchtet grün zwischen den umgefallenen Bäumen hervor. Es ist nicht viel los, wenn ich mit meinem Notizbuch hier so sitze, doch wer genau hinschaut, kann hier einiges entdecken. Die Buchfinken zum Beispiel, welche neugierig von Ast zu Ast hüpfen und sich vielleicht fragen, was dieser Fremde hier so treibt? Oder die beiden Herbstspinnen, ein Männchen und ein Weibchen, welche es sich gemeinsam im Schutz der noch bestehenden Vegetation in ihrem Netz gemütlich gemacht haben.

Anders wirkt der Stadtwald Moosburg. Er liegt mitten in Illnau-Effretikon, gleich gegenüber dem Bahnhof. Ein Hügel mit Burgruine prägt das Gelände, daneben liegt ein Naturschutzgebiet mit zwei verwachsenen Weihern. Rundherum befindet sich ein großer Park mit Grillstelle, Spielplatz und vielen Sitzgelegenheiten. Familien sitzen an Tischen und picknicken, eine Gruppe älterer Herren vergnügt sich beim Bocchia-Spielen. Der Wald selbst ist vergleichsweise ruhiger besucht und wirkt im Unterschied zum Holziberg auch weniger charmant für intensive Naturerlebnisse. An meinen Beobachtungstagen ist die Nutzung ziemlich spärlich. Trotz seiner zentralen Lage bleibt der Wald wenig belebt: Die Komfortzonen im angrenzenden Park ziehen die Menschen weg. Sitzmöglichkeiten, klare Wege und Freizeitangebote sind dort zahlreicher – im Wald jedoch fehlen vergleichbare Elemente. Zwar lassen sich auch hier Pflanzen und vereinzelt Vögel beobachten, doch der Ort wirkt „eher langweilig“, wie mir ein Spaziergänger sagte. Der Weg ist ein wenig steil, der Zugang fast schon verborgen, weshalb



Bank im Holziberg © Julian Stoller

der Wald hier meist als Durchgangsraum und weniger als Ort zum Verweilen dient.

Diese Beobachtung verdeutlicht eine zentrale Spannung: Stadtwälder haben Potenzial, aber ihr Umfeld, ihre Ausstattung und ihre Wahrnehmung bestimmen, wie sehr sie genutzt werden.

Stimmen derjenigen, die ihn kennen

In meinen Gesprächen mit Menschen, die den Stadtwald regelmäßig besuchen, wird deutlich, welche persönliche Bedeutung der Ort für viele hat. Frau Beatrice Gubler, 77, erzählt: „Ich komme oft hierher (Holziberg), weil es mich beruhigt. Es ist ruhig, aber nicht einsam – genau das mag ich.“ Für sie ist der Wald ein vertrauter Ort, ein Stück Alltagsritual.

Auch das Ehepaar Heller, beide über achtzig, schätzt die stille Atmosphäre. „Man kann hier reden, ohne dauernd von irgendetwas abgelenkt zu werden“, sagt Herr Heller. „Es ist entspannter als in der Stadt.“ Seine Frau ergänzt: „Die Bänke sind wichtig. Ohne die könnte ich nicht so weit gehen.“ Der Wald ist für sie ein gemeinsamer Ort der Bewegung und Erinnerung – nicht spektakulär, aber bedeutsam.

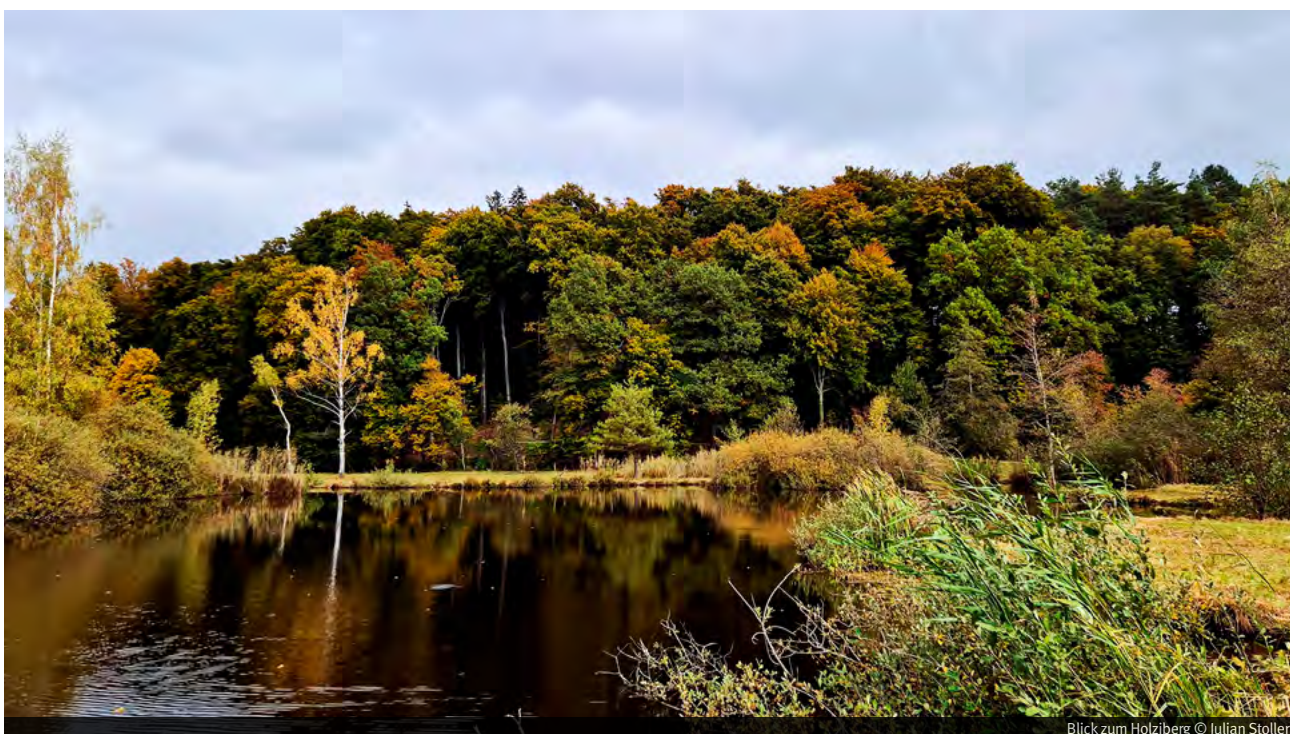
Für Frau Haddad, 68, ist der Stadtwald ein Ort der inneren Sammlung: „Ich komme hierher, wenn ich Abstand brauche. Der Wald gibt mir Ruhe, besonders am Morgen.“ Sie beschreibt, wie die Geräusche der Natur helfen, die Gedanken zu ordnen – auch wenn manchmal der Verkehrslärm der nahen Autobahn dazwischen klingt. Auch mir fällt der Lärm bei jedem Besuch auf – doch verliert man sich im Beobachten von Tieren oder genießt man die wärmenden Sonnenstrahlen, ist dieser meist nur noch Nebensache.

Ein älterer Mann, den ich an einem Nachmittag am Waldrand im Holziberg antreffe, erzählt mir, dass er hier oft „einfach stehen bleibt“. Er brauche den Blick ins Grün, sagt er, „weil man dort wieder durchatmen kann, wenn der Kopf voll ist“. Seine Worte bleiben hängen – sie beschreiben genau das, was Stadtwälder leisten: kurze Wege zur Erholung.

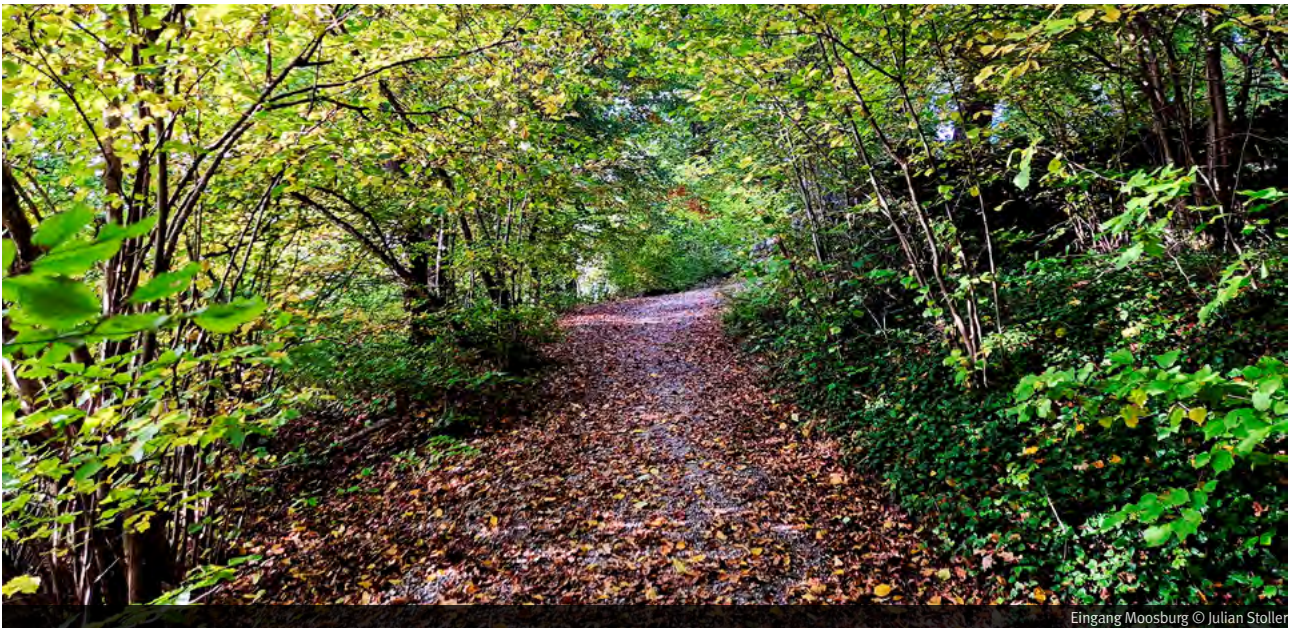
Eine junge Mutter, die ich im Moosburg-Park treffe, sagt hingegen, dass sie sich mit Kinderwagen lieber im Park aufhält. „Im Wald ist es zu unpraktisch mit dem Kinderwagen, aber ich mag die Ruhe dort. Vielleicht, wenn die Kinder größer sind“, meint sie. Solche Aussagen zeigen, dass Stadtwälder zwar Ruhe bieten, aber noch nicht für alle gleich zugänglich sind. Die Wirkung eines Stadtwaldes geht über Bewegung hinaus. Er ist Sinnesraum, Erinnerungsraum, Alltagsraum – oft für die ältere Generation, die Ruhe und Nähe zur Natur sucht. Studien im deutschsprachigen Raum bestätigen: Stadtwälder tragen zur Verbesserung von Lebensqualität und Wohlbefinden bei (Lorberg 2020; Schulz 2019).

Zwischen Naturerleben und Alltagstauglichkeit

Der Stadtwald Holziberg ist kein Park mit lauten Attraktionen, sondern ein Raum, der still funktioniert. Seine Stärke liegt im Nicht-Aufdrängen. Zugleich zeigen meine Beobachtungen, dass kleine strukturelle Faktoren großen Einfluss haben können. Der Boden ist teilweise uneben und wurzelig, Sitzgelegenheiten sind begrenzt, der Fernlärm durch die angrenzende Autobahn spürbar. Im Stadtwald Moosburg sind die Wege zwar ebener, doch das Bedeutende fehlt: der Waldcharakter, die Ruhe, das Gefühl, tatsächlich in der Natur zu sein. Das Abschalten hier fällt spürbar schwerer.



Blick zum Holziberg © Julian Stoller



Eine Studie zur Erholungsfunktion städtischer Wälder zeigt, dass gerade Ruhe- und Naturerlebnisse – und nicht nur Spaziergänge – zu messbaren Erholungswerten führen (Müller 2018). Auch die Zugänglichkeit spielt eine Schlüsselrolle: Ältere Nutzer:innen bevorzugen Waldwege, die leicht begehbar sind und Sitzgelegenheiten bieten (Köhler & Maywald 2017).

Stadtwälder haben also ein großes Potenzial: Sie können als Filterräume zwischen bebautem und natürlichem Raum dienen, als Orte der Begegnung mit sich selbst oder als Orte, um Pflanzen und Tieren zu beobachten. In meinen Erhebungen lag der Fokus auf älteren Nutzenden: Sie schätzen die Nähe, Erreichbarkeit und Ruhe. Doch das Potenzial geht darüber hinaus: In einer Zeit zunehmender Verdichtung gewinnen Grünräume wie diese an Bedeutung – ökologisch wie sozial (Bittner 2021).

Gleichzeitig zeigt sich, dass ohne nötige Anpassungen, wie Zugänglichkeit oder Ausstattung, vieles ungenutzt bleibt. Hierzu zeigt gerade der Stadtwald Moosburg, wie ein Wald in der Stadt zwar vorhanden, aber nicht wirksam genutzt sein kann.

Ein Ort der bleibt

Wenn ich den Stadtwald Holziberg verlasse, begleitet mich das Rascheln der Blätter noch eine Weile den Hang hinunter. Unten höre ich wieder das gleichmäßige Dröhnen der Autos. Der Übergang ist abrupt – und zeigt zugleich, wie eng Natur und Stadt hier beieinanderliegen. Dieser Stadtwald ist kein Ort der spektakulären Begegnung, sondern einer der beständigen Nähe. Vielleicht liegt genau darin seine besondere Qualität: Er ist unscheinbar, aber wirksam. Je länger ich hier beobachte, desto deutlicher wird mir, dass der Wert solcher Orte nicht in ihrer Nutzungshäufigkeit liegt, sondern in ihrer Beständigkeit. Stadtwälder wie der Holziberg oder

Moosburg schaffen Kontinuität – sie sind einfach da, Tag für Tag, egal ob jemand hinsieht oder nicht. In Zeiten, in denen vieles schnell, laut und digital geworden ist, erscheinen diese kleinen grünen Räume fast altmodisch – und genau das macht sie so wertvoll. Sie erinnern daran, dass Ruhe nicht immer gesucht werden muss, sondern manchmal schon längst da ist.

Literaturhinweise

- Bittner, S. (2021). Stadtwälder im Wandel – Natur- und Nutzungsräume in urbanen Räumen. *Urban Forest Research*, 16(2), S. 45–60.
- Köhler, R., & Maywald, A. (2017). Nutzung älterer Menschen in Stadtwäldern: Barrierefreiheit, Wegequalität und Sitzgelegenheiten. *Erholung & Landschaftsplanung*, 9(3), S. 33–46.
- Lorberg, H. (2020). Grünräume in Städten – Bedeutung für Gesundheit und Lebensqualität. In: K. Meier (Hrsg.), *Stadt- und Freiräume im 21. Jahrhundert* (S. 129–144). Springer.
- Müller, J. (2018). Erholung im urbanen Wald: Eine empirische Studie zur Funktion von Stadtwäldern. *International Journal of Urban Nature*, 5(1), S. 12–27.
- Schulz, P. (2019). Waldnah wohnen – Gesundheitliche Effekte von Stadtwäldern in der Schweiz. *Schweizerische Zeitschrift für Forstwesen*, 170(11), S. 606–614.

Autor:in



Julian Stoller studiert Umweltingenieurwissenschaften an der ZHAW in Wädenswil. Seit über 20 Jahren begeistert ihn die Natur – eine besondere Vorliebe hat er für alles, was ein bisschen sonderbar wirkt.



Zwischen Ewigkeit und Alltag

Friedhöfe rücken zunehmend ins Zentrum der Diskussion um die Erschliessung neuer grüner Freiräume. Ein Vergleich zwischen dem Friedhof Sihlfeld inmitten der Stadt Zürich und der Kirchengemeinde Oberrieden zeigt, wie unterschiedlich die Wege sein können.

Die Städte wachsen, die verbliebenen Freiräume schrumpfen und mit ihnen die stillen Ecken unserer Lebensräume. Während Parks, Gärten und Uferzonen deswegen zunehmend unter Nutzungsdruck geraten, entdecken viele Städte einen bislang wenig beachteten Typus urbanen Grünraums neu: den Friedhof. Denn Tatsache ist auch, dass die Nachfrage nach Einzelgräbern in den vergangenen Jahren stetig gesunken ist, wodurch die Grabfelder zunehmend weniger Raum einnehmen. Immer mehr Menschen entscheiden sich für Gemeinschaftsgräber oder eine Kremation. Zudem werden auch die Urnen immer häufiger von den Angehörigen mit nach Hause genommen – eine Besonderheit in der Schweiz, welche beispielsweise in Deutschland oder Österreich nicht möglich ist. Und so werden Friedhöfe, die einst ausschließlich Orte der Trauer und Erinnerung waren, zunehmend zu Freiräumen mit sozialem, kulturellem und ökologischem Potenzial. Doch wie weit darf man gehen, wenn man die Grenzen zwischen Gedenkort und öffentlichem Freiraum neu zieht?

Dieser Frage sind wir im Rahmen des Moduls „Grünraum und Stadtleben“ an der ZHAW nachgegangen. Dabei haben wir einen Blick auf zwei sehr unterschiedliche Beispiele geworfen: den [Friedhof Sihlfeld in Zürich](#), in dem Friedhof und Park heute teilweise nebeneinander existieren sowie den ehemaligen Friedhof rund um die Dorfkirche [Oberrieden](#), einer Agglomerationsgemeinde mit rund 5.400 Einwohner:innen am linken Zürichseeufer, der vollständig in einen Begegnungspark umgewandelt werden soll.

Friedhof Sihlfeld: Andacht, Begegnung und Bewegung

Als größter Friedhof der Stadt bietet der Friedhof Sihlfeld mit seinen mehr als 28,8 Hektar Fläche einer Vielzahl von Bevölkerungsgruppen einen Begegnungsraum.



Abb. 1: Verhaltensvorschriften im Friedhof Sihlfeld © Nina Seifert

Zwischen alten Platanen, mächtigen Eichen, Grabstätten und Wiesen treffen Jogger:innen und Fahrradfahrer:innen auf Trauernde. Es treffen Familien und Arbeitskolleg:innen in der Mittagspause auf Andachtstende und alle Besuchende auf ein unermüdlich in Kleinlastern umherfahrendes Gartenpflegepersonal. Abgesehen vom dumpfen Lärm einer Großbaustelle, welche außerhalb der Friedhofsmauern selbst die hochgewachsenen Bäume überragt, ist es außerordentlich ruhig – und das inmitten der Stadt Zürich. Es ist ein Ort der Begegnung und zugleich der Kontemplation und – abgesehen von den Sporttreibenden, die offensichtlich die am Friedhofseingang ausgehangenen Verhaltensvorschriften missachten – ein gelungenes Beispiel dafür, wie Friedhof und Park nebeneinander stattfinden können.

Die Nutzer:innen sehen das ähnlich.

„Ich finde es wirklich schön, dass man sich hier auf die Wiese und unter diese Bäume setzen darf, also das Naturbelassene, dass es hier nicht so streng geregelt ist [...], das finde ich wirklich cool.“

Regina

„Sonst in der Stadt muss man immer aufpassen mit dem Verkehr, wir können ihn [ihren Sohn] selten einfach laufen lassen, da er den Verkehr noch nicht abschätzen kann. [...] Und mein Mann und ich finden beide, dass der Ort hier wirklich etwas Entschleunigendes hat. Man kommt in den Friedhof rein und es ist so grün - das ist auch fürs Auge erholsam.“

Verena hat ihren Sohn im Kleinkindesalter dabei

Schon seit 1962 ist die Mehrfachnutzung des Friedhofs Sihlfeld als öffentliche Parkanlage ein Thema für Zürich. Damals hatte man sich im Zürcher Stadtrat für die Umwandlung bestimmter Bereiche des Friedhofs zu Parkflächen ausgesprochen, während andere bestehende Grabflächen des Friedhofs zur Wahrung des hohen kunsthistorischen und städtebaulichen Werts der Anlage als solche erhalten bleiben sollten. Dabei ist auch im heutigen Kontext längst nicht eindeutig, wo die schrittweise Transformation des Friedhofs zum Park ihr Ende finden soll. Denn auch wenn in anderen Friedhöfen wie Luzern mit dem [„Café unter der Linde“](#) ein Pionierprojekt den Friedhof belebt und zu positiven Reaktionen aus der Bevölkerung geführt hat, äußern sich die Befragten Nutzer:innen auf dem Friedhof Sihlfeld zurückhaltender.

„Solange die Würde der Verstorbenen beibehalten werden kann, sehe ich kein Problem damit, den Friedhof alternativ oder erweitert zu nutzen. [...] Man muss sich einfach bewusst sein, dass die Toten noch immer dort unten liegen.“

René (Name geändert)

„Für Aktivitäten im Stil eines Kinos oder Events, welche friedlich und gut geplant sind, bin ich sehr offen. Aber (hektische) mega-Events mit vielen Leuten - Das fände ich irgendwie ein bisschen nervig, ich finde das passt nicht an diesen Ort.“

Lukas

Vom Friedhof zum Park für alle

Ganz anders präsentiert sich die Situation in Oberrieden, in unserem Interview vertreten durch Berthold Haerter, Pfarrer der Reformierten Kirche Oberrieden, Christophe Voisarel, Umweltbeauftragter der Kirchenpflege und Esther Furrer, Mitglied der Kirchenpflege. Die Kirchengemeinde plant, den ehemaligen Friedhof rund um die Dorfkirche vollständig aufzuheben und

in einen offenen Begegnungspark zu verwandeln. Das Areal befindet sich schon seit längerer Zeit in einem unbefriedigenden Stagnationszustand und wurde vor allem zur Durchgangszone zum angrenzenden Bahnhof. Entsprechend groß sind der Enthusiasmus und die Bandbreite der Ideen für die Umgestaltung. Ziel ist es – dies betonen die drei Fachexpert:innen immer wieder im Laufe des Gesprächs – einen belebten Ort für alle Menschen, insbesondere Familien mit Kindern, zu schaffen. Dafür müssten die meisten bestehenden Friedhofsstrukturen, wie Mauern und große Gehölze, zugunsten eines Begegnungsorts mit freien Sichtachsen verschwinden. Nur wenige Überbleibsel, wie der symbolische Grabstein des ersten Pfarrers der Kirche in Oberrieden, sollen an den ehemaligen Friedhof erinnern.



Abb. 2: Grabstein des ersten Pfarrers in Oberrieden. © Nina Seifert

„Der Friedhof hier wird nicht mehr als Friedhof wahrgenommen. [...] Wir möchten, dass sich ein Zusammenleben entwickelt und dass dieses bewahrt wird. Oberrieden ist relativ klein und man kennt sich. Wir möchten, dass das (Miteinander) nicht verloren geht. Da können wir einen großen Beitrag leisten.“

Esther Furrer, Mitarbeiterin Kirchenpflege Oberrieden

„Die Mauern sollen weg, das war das Erste, was wir beschlossen haben. [...] Naturnah, aber für Familien, für Menschen – die Idee ist, dass man das mit den Leuten zusammen macht. [...] Außerdem müssen wir den Zugang zur Kirche wieder begradien, aufgrund der Gräber, die unter der Erde sind, ist dieser Weg sehr hügelig und damit eine Stolperfalle für Besucher:innen.“

Berthold Haerter Pfarrer der reformierten Kirche Oberrieden

„Es gibt viele Leute, die hier sitzen und hier zu Mittag essen. Und Jugendliche, welche abends hier auf den Bänken sind. [...] Es gibt hier (in Oberrieden) nicht viele Entspannungsmöglichkeiten oder park-ähnliche Anlagen. [...] Die Gemeinde ist ohnehin interessiert, dass hier etwas gestaltet und auch genutzt wird, die Grundeinstellung ist sehr positiv.“

Christophe Voisarel, Umweltbeauftragter Kirchengemeinde Oberrieden

Einigkeit zwischen Stadt und Agglomeration

Man könnte meinen, dass die Leute innerhalb einer pulsierenden Stadt die Idee der Belebung der Ruheinsel Friedhof tendenziell ablehnen, während die Bewohner:innen der etwas ruhigeren Agglomeration eine Aufwertung mit innovativen, alternativen Nutzungsformen eher begrüßen. Tatsächlich zeigte die Befragung aber eine überraschende Einigkeit zwischen den beiden Gruppen.

„Ein Friedhof ist für mich ein Friedhof. Ein Ort der Ruhe und der Besinnlichkeit. Wenn jemand stirbt, dann sollen die Angehörigen diesen Ort besuchen können. Wenn daneben Kinder spielen und Jubel und Trubel vorhanden ist, dann ist es nicht mehr besinnlich.“

A, Besucher des Friedhofs Oberrieden

„Gerade als während COVID viele Freizeitaktivitäten und auch Alkoholkonsum auf dem Friedhof aufeinandertrafen... da habe ich persönlich etwas Mühe damit. Auch mit Konzerten oder ähnlichem - Für mich ist der Friedhof ein Ort der Andacht. Da finde ich es befremdend, wenn dann plötzlich solche Aktivitäten stattfinden würden.“

Regina, Besucherin des Friedhofs Sihlfeld

Gründe dafür können das starke Bevölkerungswachstum, der immer stärker werdende Druck und Dichtestress im Alltag, die Sehnsucht nach Ruhe, vielleicht auch Meditation und innerer Einkehr sein. Aber auch konservativere Prägungen, die in der ländlicheren Agglomeration teilweise verbreitet sind, können die Offenheit gegenüber alternativer Nutzungsformen beeinflussen. So stellt eine befragte Person auf dem Friedhof Sihlfeld auch klar: „Ich finde es grundsätzlich schon schön, wenn es Begegnungsorte gibt, wo sich ältere und jüngere Menschen auch treffen.“ Eine andere fügt an „Es kommt auch auf die kulturelle Prägung an.“, und ergänzt: „Gerade in südamerikanischen Kulturen wird mit dem Tod viel spielerischer umgegangen, dort ist es etwas belebter.“

Zukunftsort Friedhof: (Be-)Leben oder Innehalten?

Zusammenfassend bleibt vor allem eines: Der verbindende Wunsch der Friedhofnutzenden – sowohl in der Stadt als auch in der Agglomeration – nach einer Ruheinsel zur Einkehr im turbulenten Alltag. Dem gegenüber steht der diametrale Gegenentwurf der Gemeinde Oberrieden, ihren Einwohner:innen einen belebten, offenen Raum zu bieten – eine Vision, deren Erfolg wahrscheinlich maßgeblich von der Aufhebung der Friedhofsfläche und aller daran erinnernden Strukturen getragen werden wird. Denn unsere Schlussfolgerung aus der Befragung zeigt auf: Eine parallele Nutzung eines Friedhofs als Park stößt vor allem in der „light“-Version auf Akzeptanz. Und vielleicht ist das auch gut so. Vielleicht ist die Sehnsucht der Menschen nach Stille ein Zeichen, die Grenzen der alternativen Nutzung mit Bedacht zu wählen. Vielleicht sind Friedhöfe nicht nur im Tod, sondern auch im Leben unsere „letzten Ruhestätten“.

Autor:innen



Aline Iff, Desirée Vara, Lena Schmutz, Nina Seifert sind Studentinnen BSc Umweltingenieurwesen mit Vertiefung in Urbane Ökosysteme, ZHAW Life Science und Facility Management, Wädenswil

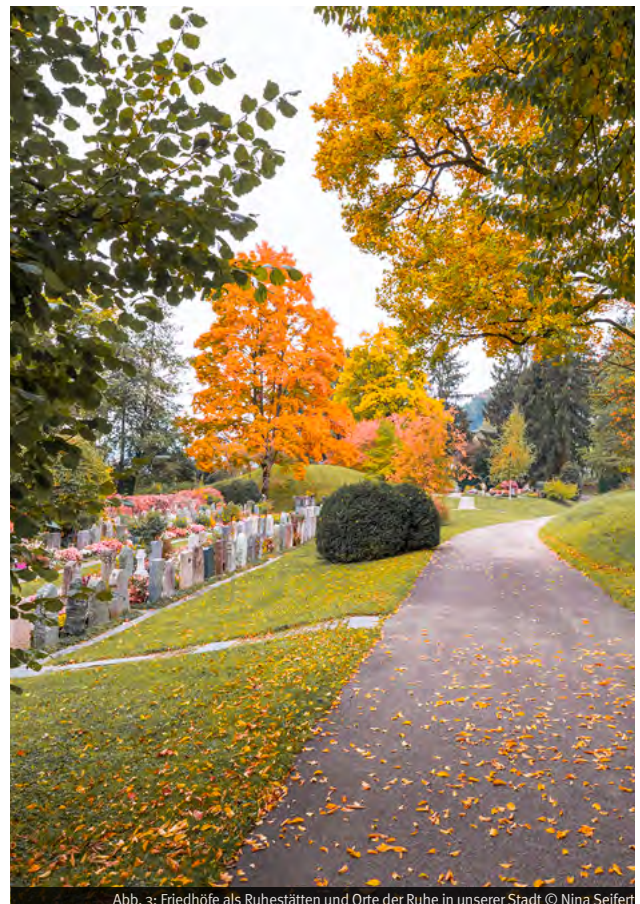


Abb. 3: Friedhöfe als Ruhestätten und Orte der Ruhe in unserer Stadt © Nina Seifert



Gartenarbeit als Chance

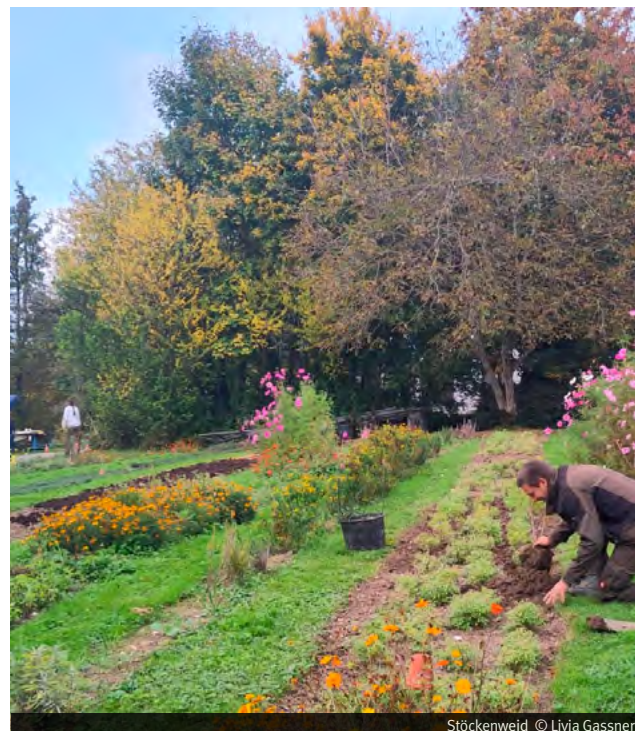
Gartenarbeit gilt als förderlich für psychische und physische Gesundheit. In den Gärtnereien der Stiftungen Balm und Stöckenweid wird dies genutzt, um die Fähigkeiten von Menschen mit Beeinträchtigungen zu stärken und ihre soziale Teilhabe zu fördern.

Der Anfahrtsweg führt weit vorbei am Dorf, durch Wiesen und rotgold leuchtende Wälder. Dort hinten, mitten im Nirgendwo, ist die [Stiftung Balm](#) in Rapperswil-Jona, am Zürichsee, zu Hause. Es ist ein kühler Morgen und nicht viel los auf dem Gelände. Man hört die gefleckten Schweine grunzen und den Hahn krähen. Links erstreckt sich ein Gemüsefeld, daneben sind einige Gewächshäuser aneinandergereiht. Jemand auf dem Feld kämpft lautstark mit den verblühten Sonnenblumen, die sich in den Himmel erstrecken. «Jetzt habe ich dich vernichtet!», brüllt er freudig. Dieser Gemüsebetrieb hat etwas Besonderes an sich: Hier arbeiten Menschen, die sonst kaum Platz im regulären Arbeitsmarkt finden – Menschen mit kognitiven Beeinträchtigungen, psychischen Problemen oder solche, die nach Sucht oder Krankheit langsam wieder Fuß in der Arbeitswelt fassen wollen. Ähnlich bei der [Stiftung Stöckenweid](#) in Feldmeilen über dem Zürichsee, die wir im Rahmen dieses Moduls ebenfalls besucht haben. Die beiden Stiftungen bieten Wohnheime und Werkstätten zur Beschäftigung, Ausbildung und Eingliederung von Menschen mit körperlichen und kognitiven Beeinträchtigungen. Die Gärtnereien sind ein Teil der Stiftungen.

Welchen Beitrag die Gartenarbeit für die Klient:innen, die dort arbeiten, zu ihrer Gesundheit leisten kann und mit welchen Herausforderungen die Gärtnereien konfrontiert sind, wollten wir für dieses Projekt herausfinden. Dazu haben wir beide Institutionen besucht und mit den Klient:innen sowie den Betreuenden gesprochen.

Am Rande der Gesellschaft und doch mittendrin

Beide Stiftungen befinden sich weit ab vom Dorfkern. Dies ist kein Zufall (dazu später mehr). Die Stiftung Stöckenweid befindet sich auf dem obersten Punkt der Gemeinde Feldmeilen an der sogenannten Goldküste vom Zürichsee. Diese Bezeichnung wird verständlich



Stöckenweid © Livia Gassner

auf dem Weg vom Bahnhof zur Stiftung aus. Je weiter man den Hügel hinaufgeht, desto prunkvoller die Häuser. Und hier soll eine Stiftung für Menschen mit Beeinträchtigungen sein? Die Lage wirkt zunächst ungewöhnlich. Der Hügel wird steiler und steiler, die Villen werden weniger, und dann steht man plötzlich mitten im Grünen. Geradeaus ein großes Gemüsefeld. Der Gehweg geht direkt in das Gelände der Stiftung über. Hier mag es mehr Platz geben für das Gelände einer Stiftung als mitten im Dorf, Platz für Landwirtschaft und weitere Nutzungsmöglichkeiten. Wenn man sich die Geschichte anschaut, ist der Grund für die Abgeschiedenheit jedoch weniger erfreulich: Inklusion war zu Zeiten des Baus der Stiftungen kein Thema, ganz im Gegenteil. Man wollte Menschen mit Beeinträchtigungen von der Gesellschaft trennen, möglichst so, dass man ihnen nicht begegnet. Heute ist der Ansatz

ein völlig anderer: Die Klient:innen beider Gärtnereien gehen mit ihren Produkten wöchentlich auf den Markt im Dorf, die Gärtnerei der Stöckenweid beliefert zusätzlich einige Bio-Läden in der Region. Die Menschen sind so mitten in der Gesellschaft aktiv.

Warum Gartenarbeit?

Bei der Stiftung Balm arbeiten die Menschen oft nur wenige Monate, als Integration, um langsam wieder Fuß im regulären Arbeitsmarkt zu fassen. Auch in Stöckenweid ist bei manchen Klient:innen das Ziel, im ersten Arbeitsmarkt arbeiten zu können, viele bleiben aber auch langfristig. Martin*, einer der Arbeiter:innen, mit dem wir gesprochen haben, ist schon seit fast 30 Jahren Teil des Gärtnerei-Teams. Stolz führt er uns durch den Betrieb und erklärt uns sorgfältig jede Pflanze. Seine Leidenschaft ist spürbar „Vor allem auch die Natur gefällt mir gut [...] Jede Jahreszeit hat eine andere Aufgabe. Es gibt immer wieder etwas Neues. Wenn etwas vorbei ist, pflanzt man etwas Neues.“

Das übergeordnete Ziel der beiden Betriebe ist es, den Menschen einen normalen Arbeitsalltag zu ermöglichen, ihre individuellen Interessengebiete zu fördern und ihnen dabei Struktur zu geben. In Stöckenweid wird jemand, der sich für Maschinen interessiert, auch Arbeiten mit Maschinen machen können, im Gegenzug wird jemand, der keine Affinität dafür hat, auch nie etwas mit Maschinen zu tun haben. Gesundheitliche Ziele für ihre Klient:innen verfolgen beide Betriebe per se nicht. Die Gärtnereien bieten auch keine Therapiemaßnahmen im Garten an, die reguläre Gartenarbeit steht im Vordergrund. Aber Flavio Hetz, Betreuer und Gärtner von der Stiftung Stöckenweid, findet „Gartenarbeit an sich ist schon therapeutisch.“



Flavio Hetz, Betreuer und Gärtner von der Stiftung Stöckenweid © Livia Gassner

Die gesundheitlichen Vorteile des Kontakts mit dem Boden und Pflanzen sind generell wissenschaftlich belegt. Studien zeigen eine Reduktion von Depressionen, Angstzuständen und Stress sowie positive Effekte auf die körperliche Gesundheit, wie eine verbesserte allgemeine Fitness und ein stärkeres Immunsystem (van den Berg et al., 2010; Gonzalez et al., 2011). Darüber hinaus fördert gemeinsames Gärtnern den sozialen Zusammenhalt (Kotozaki, 2014).

Die positiven Effekte, die Gartenarbeit auf den Körper haben, spüren auch die Klient:innen: Fabian*, 46, findet: „Bringt halt Ruhe. Im Kopf. Vor allem im Kopf.“ Silja, eine andere Klientin, berichtet: „Mental bin ich abends entspannt. Ich habe mich daran gewöhnt, lange zu arbeiten und merke auch wirklich, dass ich nicht mehr so müde bin körperlich.“

Doch auch wenn die Arbeit als erfüllend angesehen werden kann, ist es vor allem ein Knochenjob. Sarina klagt zum Beispiel im Gespräch mit uns über die körperliche Belastung und den Einfluss des Wetters. Als wir sie fragen, ob sie deshalb lieber woanders arbeiten möchte, verneint sie und fügt hinzu, dass es ihr Ziel sei, die Ausbildung zur Gärtnerin zu machen.

Auch für die Betreuungspersonen ist die Arbeit nicht einfach: Zu den körperlichen Strapazen kommen noch ganz andere Herausforderungen dazu. Auf diesen Gemüsebetrieben geht es nicht darum, möglichst effizient zu arbeiten, der Fokus liegt auf den Menschen. Dies sei die größte Herausforderung, sagt Manuela, Gärtnerin und Betreuerin der Gärtnerei Balm. Sie spricht vom „Spagat in der Arbeitsagogik“: Die Balance zwischen rechtzeitiger Erfüllung von Kundenaufträgen und dem Management der Klient:innen. Die Verfassung der Klient:innen würde dies aber nicht immer zulassen: „[...] da kann es sein, dass fünf gleichzeitig ausfallen und dann muss man den Auftrag trotzdem erledigt haben. Wie machst du das dann? Das ist eine große Schwierigkeit in dem Berufsfeld. Und auch gerade in einem Garten oder allgemein in der Produktion kann man nicht sagen: Heute können wir die Pflanze nicht gießen, wir haben niemanden, der das machen kann. Bis dahin sind sie kaputt. Man muss da ziemlich unkonventionell agieren können, also der Situation anpassen und das erschwert es schon sehr“.

Ein Ort zum Aufbauen

Barbara*, eine weitere Klientin der Gärtnerei Stöckenweid, erwähnt die Bedeutung, die solche Arbeitsplätze haben: „Es ist gut, dass es Plätze gibt für Leute, die Beeinträchtigungen haben, die von Geburt auf sind oder von heute auf morgen durch einen Unfall. Die Chance haben, das an einem Ort wieder aufzubauen und ins Leben starten zu können. Mit guten Tagen, mit schlechten Tagen, dass man Hilfe bekommt und aus Fehlern zu lernen.“

Die Gärtnereien sind damit nicht nur Arbeitsstätten, sondern Orte der Rehabilitation und Integration. Fabian* bringt es bildhaft auf den Punkt: „Ja, es erdet halt, oder? Schlussendlich kommen wir ja aus dem Boden. Irgendwie, wenn man ein bisschen im Einklang ist mit dem Boden, dann geht es einem auch besser.“ Für viele Klient:innen ist die Arbeit ein Mittel, um wieder Selbstvertrauen, Struktur und Lebensfreude zu gewinnen.

Begriffserklärung Arbeitsagogik

Arbeitsagogik ist ein Begriff aus dem Schweizer Sozialbereich. Darunter versteht man das professionelle Begleiten von Menschen, die aus verschiedenen Gründen, z.B. einer kognitiven Beeinträchtigung oder psychischen Erkrankung, nicht in der Lage sind, im regulären Arbeitsmarkt zu arbeiten. In der Arbeitsagogik werden Kompetenzen vermittelt, die ihnen dabei helfen sollen, ihren Alltag selbstständig zu gestalten und eine (Wieder-)Eingliederung in die Gesellschaft und den Arbeitsmarkt ermöglichen.

Mehr Gärtnern statt Fitnessstudio

Fabian* würde Gartenarbeit gerne überall sehen: „Ja, es wäre sicher sinnvoll, wenn die Leute mehr Gärtnern würden. Sie gehen immer ins Fitnessstudio, oder? Es wäre besser, sie hätten einen Schrebergarten und würden mehr Gärtnern als Muckis aufpumpen. Ich glaube, das würde zufriedener machen.“ In einer Welt, die Effizienz und Produktivität oft über persönliche Entwicklung stellt, sind diese Gärtnereien ein Gegenmodell: Arbeitsplätze, die Menschlichkeit, Individualität und Heilung in den Vordergrund stellen. Gartenarbeit wird so zu einem Werkzeug für Inklusion, körperliche und mentale Gesundheit, zur Verbindung von Menschen und Natur. Sie zeigt, dass Arbeit mehr sein kann als ein Mittel zur Erwerbstätigkeit. Sie kann ein Ort sein, an dem Menschen wieder ins Leben finden.

Fazit

Die Gärtnereien von Balm und Stöckenweid demonstrieren eindrucksvoll, dass Arbeitsplätze für Menschen mit Beeinträchtigungen nicht isoliert oder versteckt sein sollten, sondern sichtbar, wertvoll und integrativ gestaltet werden können. Sie verdeutlichen, dass Arbeit ein Mittel zur Rehabilitation, persönlichen Entwicklung, Stärkung des Selbstbewusstseins und gesellschaftlichen Teilhabe sein kann.

Hier wird die Natur selbst zur Partnerin: Pflanzen lehren Geduld, Pflege erfordert Verantwortung, Ernte belohnt Engagement. Menschen, die hier arbeiten, erfahren Struktur, Stabilität und Erfolgserlebnisse, die ihnen

sonst vielleicht verschlossen blieben. Gleichzeitig entsteht ein Modell, das Gesellschaft und Arbeitswelt inspirieren kann. Einen Ansatz, der Menschlichkeit, Flexibilität und Wertschätzung in den Mittelpunkt stellt. Die Stiftungen zeigen, dass Gartenarbeit mehr als Gemüse hervorbringen kann. Sie kann Lebensfreude, Selbstvertrauen und Zugehörigkeit säen.

*Name geändert

Literaturhinweise

- Gonzalez, M. T., Hartig, T., Patil, G. G., Martinsen, E. W., & Kirkevold, M. (2011). A prospective study of group cohesiveness in therapeutic horticulture for clinical depression: Therapeutic Horticulture in Depression. *International Journal of Mental Health Nursing*, 20(2), 119–129. <https://doi.org/10.1111/j.1447-0349.2010.00689.x>
- Kotozaki, Y. (2014). Horticultural therapy as a measure for recovery support of regional community in the disaster area: A preliminary experiment for forty five women who living certain region in the coastal area of Miyagi Prefecture. *International Journal of Emergency Mental Health*, 16(2), 284–287.
- van den Berg, A. E., van Winsum-Westra, M., de Vries, S., & ME van Dillen, S. (2010). Allotment gardening and health: A comparative survey among allotment gardeners and their neighbors without an allotment. *Environmental Health*, 9.

Autor:innen



Livia Gassner, Camil Müri und Efraim Däster (v.l.n.r.) studieren Umweltingenieurwesen mit den Vertiefungen Erneuerbare Energien und Ökotechnologien, Naturmanagement sowie Biologische Landwirtschaft und Hortikultur.



Stiftung Balm © Livia Gassner



Grünraum oder Niemandsland?

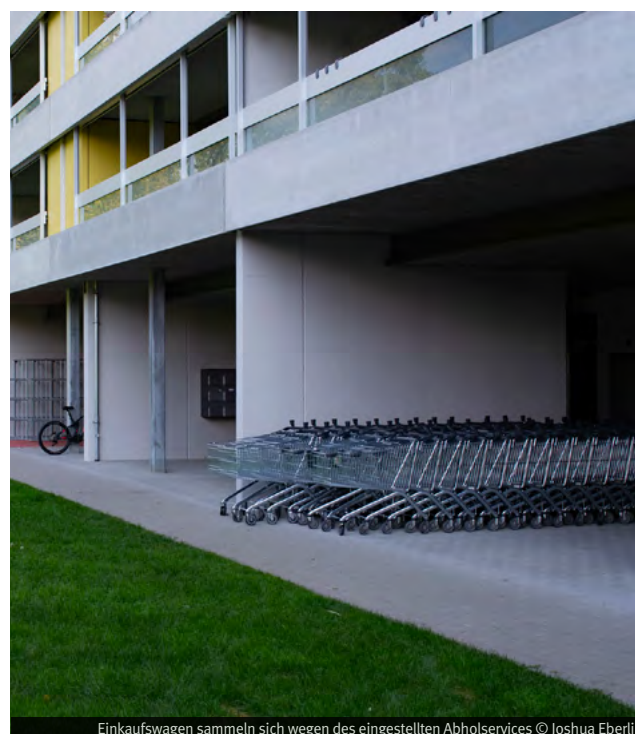
Zwei Siedlungen, gleicher Ursprung, andere Wirkung. Im Telli belebt der Grünraum das Miteinander, im Käfergrund bleibt es still. Was zeigt uns dieser Gegensatz über die Wirkung von Wohnaussenräumen auf das soziale Leben?

Am Stadtrand von Aarau, der Kantonshauptstadt des Kantons Aargau in der Nordwest-Schweiz, liegen die zwei Siedlungen Telli (telliportal.ch) und Käfergrund. Die in den 1970er Jahren gebauten Wohnsiedlungen haben auf den ersten Blick vieles gemeinsam. Sie sind umgeben von Wald und Grünräumen und stehen exemplarisch für den modernen städtischen Wohnbau ihrer Zeit. Die Bauten der Nachkriegszeit sind häufig geprägt von orthogonaler Formgebung und besitzen Außenräume, die nicht für die Nutzung durch Bewohnende, sondern nur als Raumfüller, als sogenanntes „Abstandsgrün“ geplant wurden. Durch die Position beider Überbauungen am Rande der Stadt wurde jedoch dem Anspruch, das Wohnen im Grünen mit urbanem Komfort zu verbinden, Rechnung getragen: Beide Quartiere liegen in Wald- und Naturnähe, was sie bis heute, zu beliebten Wohnlagen

macht. Doch ihre Maßstäblichkeit unterscheidet sich grundlegend: Obwohl im Käfergrund die Wohnhäuser eine überschaubare Nachbarschaft mit Abstandsgrün bilden, bleibt das Miteinander dort erstaunlich verhalten. In der Telli Siedlung hingegen, wo Wohnraum für rund 4.000 Menschen besteht, scheint das Miteinander trotz der geringeren Überschaubarkeit aktiver und lebendiger zu sein. Die vier langen, markanten Wohnzeilen der Siedlung schließen mit ihren Terrassen eine gut gestaltete Parklandschaft ein. Gerade die bewusste und zielgruppenorientierte Gestaltung der Grünräume fördert hier die Gemeinschaft. Die unterschiedlichen Größendimensionen und die jeweilige Gestaltung beeinflussen das Zusammenleben: Im Käfergrund bleibt die Stimmung trotz der Kleinräumigkeit anonym, im Telli wird durch die vielen Menschen und ihre Dynamik das Miteinander gelebt.



Siedlung Käfergrund - nüchterne Ordnung mit Rasenflächen © Dario Britschgi



Einkaufswagen sammeln sich wegen des eingestellten Abholservices © Joshua Eberli

An zwei Erhebungstagen besuchten wir jeweils einen Halbtage lang beide Siedlungen. Wir führten kurze, leitfadengestützte Interviews mit Bewohner:innen und Verantwortlichen und hielten systematisch Beobachtungen im Außenraum fest.

Grünräume als soziale Bühne

Die Gestaltung des Außenraums prägt entscheidend, wie Menschen miteinander in Kontakt treten. Die soziale Komponente wurde beim Telli bereits bei der Planung in den 70er-Jahren mitgedacht. Zwischen den großen Wohnblöcken öffnen sich autofreie Wege, Spielplätze und Grünflächen, welche den Blick in die Natur lenken. Wiesen, Bäume, ein kleiner Bach und ein leicht hügelig modelliertes Gelände schaffen eine Atmosphäre, die Bewegung und Begegnung fördern. Spazierwege verbinden Wohnzeilen, Sitzbänke unter Pergolas laden zum Verweilen ein. Das Telli ist offen und durchlässig, für Jung und Alt, für spontane Gespräche, für gemeinsames Leben.

Im Käfergrund hingegen zeigen sich klare Strukturen und eine fast nüchterne Ordnung mit Rasenflächen als Abstandszonen, wenig Vegetationsvielfalt und funktionalen Wegen. Die meisten Flächen sind weder privat noch öffentlich, sie bleiben Zwischenräume, die kaum zum Bleiben einladen. Ein zentraler Spielplatz mit einer alten Eichen-Gruppe bildet einen Ort, an dem sich Begegnungen spontan ergeben können. Sonst dominiert ein zurückhaltendes, manchmal gar abweisendes Grün. Schilder mit der Aufschrift „Hier ist Fußball spielen strikte verboten!“ zeigen, dass die intensive Nutzung der Außenräume weder geplant noch erwünscht ist.

Telli: Architektur, die Begegnung fördert

Das Lebensgefühl im Telli ist eng mit der Außenraumgestaltung verbunden.

Spielplätze, Spazierwege und Gemeinschaftszonen wurden bewusst so angelegt, dass sie den Austausch zwischen den Bewohner:innen fördern. Kinder können allein in die Kita oder die Schule gehen, weil sie keine Straße überqueren müssen. Dazu kommen Treffpunkte wie der Telli-Treff, wo heute Kochgruppen, Nachbarschaftscafés und Veranstaltungen stattfinden. Hier kochen Menschen verschiedener Generationen und Herkunft gemeinsam, teilen Rezepte, Geschichten und stärken nebenbei ihr Quartierbewusstsein. Ein Tennisplatz, ein Sportplatz und eine Minigolfanlage ergänzen das Angebot für gemeinsame Bewegung und Begegnung. Der Grünraum zwischen den Häusern ist gut vernetzt und verbindet die Siedlung mit dem nahegelegenen Fluss Aare. Im Sommer erwacht das Ufer zum Badeort mit Grillstellen und Orten zum Verweilen. Anastasia, die seit drei Jahren mit ihrer Familie in der Siedlung wohnt, schätzt die Nähe zum Fluss: „Der Weg entlang der Aare zur Altstadt ist wunderbar.“. Der Fluss und die Umgebung der Häuser stellen wichtige Lebensadern dar, an welchen spontane Begegnungen zum Alltag gehören. Auf den Wegen bleibt man stehen, man hilft sich beim Tragen der Einkaufstaschen oder leiht den Nachbar:innen Werkzeug aus. Die grünen Zwischenräume sind jene Orte, an denen sich das Leben hier abspielt. An den kalten und regnerischen Tagen können die Bewohnenden bei diversen Aktivitäten im Quartiertreff teilnehmen. So ist beispielsweise Reto, der mit seiner Partnerin seit über drei Jahren



Telli - Siedlung mit Grünflächen, die soziales Miteinander fördern ©Joshua Eberli

in der Siedlung lebt, bei einem Kochklub dabei. Die Gruppe mit Personen zwischen 25 und 93 Jahren trifft sich regelmäßig zu Kochabenden im Quartiertreff, erzählt Reto und meint lachend: „Wenn du einen hast von einem Büro, der so grammgenu kochen muss - und dann kommt einer wie ich, der kreativ ist, so ein bisschen Freestyle, da treffen Welten aufeinander.“ Dieser Austausch schenkt der Siedlung ihre Lebendigkeit, die auch zwischen den Häusern zu spüren ist. Wie stark Gestaltung auch Alltagsroutinen prägt, zeigt eine kleine Anekdote, das Einkaufswagen-Phänomen: Zwischen Hauszugängen parken immer wieder unzählige Einkaufswagen. Weil das Telli autofrei ist, holen viele Bewohner:innen ihre Einkäufe mit Wägen vom nahen Einkaufszentrum direkt zu ihrem Wohnblock vor die Haustür. Ältere Menschen nutzen die Wägen auch als Gehhilfe. Früher gab es einen offiziellen Abholservice des Supermarktes, doch aktuell wurde dieser eingestellt, weshalb sich die Einkaufswagen nun ansammeln und so für Aufsehen sorgen.

Käfergrund: Zwischen Ruhe und Distanz

In der Siedlung Käfergrund auf der anderen Seite Aaraus wirkt der Außenraum bei unseren Besuchen ruhig. Die gepflegten Rasenflächen werden gemäht, die Wege sauber gehalten, doch Begegnung findet wenig statt. Wer sich begegnet, grüßt meist höflich, geht dann aber schnellen Schrittes weiter. Die wenigen gemeinschaftlichen Orte konzentrieren sich auf den Spielplatz, den Weg am Waldrand und den kleinen Supermarkt am Rande des Quartiers. Auf dem zentralen Spielplatz treffen sich Kinder, Eltern und manchmal Großeltern. Abseits davon herrscht Ruhe, vielleicht auch ein bisschen Einsamkeit. Die schlichten Bauten stehen nackt auf den Rasenflächen und besitzen so kaum identitätsschaffende Eigenschaften. Einige Bewohner:innen schätzen das, andere wünschen sich mehr natürliche Struktur, mehr Bäume, eine Möglichkeit zum Gärtnern und generell mehr Möglichkeiten für nachbarschaftliche Zusammenkünfte. Der Außenraum

Warum der Käfergrund so heißt

Kaum eine Siedlung in Aarau trägt einen so kuriosen Namen wie der Käfergrund. In den 1940er-Jahren sammelten Schulkinder und Erwachsene während der sogenannten Maikäferflugjahre tausende Maikäfer, um die Landwirtschaft zu schützen. Allein 1948 kamen in Aarau rund 11 Tonnen dieser Käfer zusammen. Sie wurden verbrüht und an diesem Ort verscharrt, wo später die heutige Siedlung entstand. Als 1954 eine neue Straße durch das Wiesenland gebaut wurde, erhielt sie den Namen „Im Käfergrund“, eine Erinnerung an jene Käferjagd.

der Siedlung wird durch große, offene Rasenflächen geprägt. Im Sommer gibt es dadurch kaum Schatten; so sei der Spielplatz an Sommertagen kaum nutzbar, meint eine Mutter mit zwei Kindern. Der Käfergrund gilt als ordentlich, ruhig und sicher. Doch diese Qualitäten haben ihren Preis, es fehlt an spontanen Momenten und an gemeinsamer Lebendigkeit.

Dabei ist das Potenzial da, direkt hinter den Häusern beginnt der Wald. Natur ist unmittelbar erlebbar, nur wird sie nicht als gemeinschaftlicher Raum verstanden, sondern als Rückzugsort. Parallel zur angrenzenden Straße soll im Rahmen eines Ersatzneubauprojekts ein neuer Quartierplatz entstehen. Vielleicht öffnet das den Käfergrund etwas mehr für Begegnung, Gemeinschaft und Leben zwischen den Häusern.

Außenraumgestaltung als Spiegel des Miteinanders

Der Vergleich zeigt: Wohnaußenräume sind weit mehr als eine grüne Kulisse. Sie formen den Alltag, die Beziehungen und das Gefühl von Zugehörigkeit.

Im Telli schafft die Vielfalt der Außenräume Vertrauen und Gemeinschaft, vom Spielplatz bis zum schattigen Spazierweg. Die Menschen teilen Räume, Verantwortung und Lebensfreude. Sie identifizieren sich mit ihrem Wohnort, nennen sich Tellianner:innen und bilden eine Gemeinschaft, trotz vieler Nationalitäten. Selbst Weggezogene schätzen den Ort und kommen gerne wieder.

Im Käfergrund dagegen wird der Außenraum vor allem als Hintergrund wahrgenommen.

Beide Siedlungen zeigen, dass soziale Qualität und räumliche Gestaltung untrennbar verbunden sind. Die eingangs gestellte Frage lässt sich demnach so beantworten: Dort wo Grünräume einladen, wo sie vielfältig und durchlässig sind, entsteht auch soziales Leben. Wo sie hingegen nur trennen oder ordnen, bleibt Nachbarschaft flüchtig.

Das Telli und der Käfergrund erzählen zwei Geschichten einer Stadt und zwei Haltungen zum Wohnen im Grünen. Die eine Siedlung lebt vom Miteinander, die andere vom Rückzug. Beide sind Teil eines städtebaulichen Kapitels, welches zeigt, wie entscheidend die Gestaltung des Dazwischen ist. Denn dort, wo Menschen sich begegnen, wächst Gemeinschaft.

Autor:innen

Joel Weber, Dario Britschgi, Katja Lange und Joshua Eberli studieren Umweltingenieurwesen an der ZHAW in Wädenswil, Schweiz. Im Rahmen eines Studienprojekts betrachteten sie, wie die Gestaltung von Wohnaußenräumen das soziale Miteinander beeinflusst.



Young-Science-Tage an Schulen

Erstmals lud der OeAD mit dem Wettbewerb "Young-Science-Tage" Schulen in ganz Österreich ein, ihre Klassenzimmer in Forschungswerkstätten zu verwandeln. Die spannendsten Forschungstage wurden am 23. Oktober beim Young-Science-Kongress ausgezeichnet.

Mit spürbarer Aufregung erwarteten die Kinder und Jugendlichen am 23. Oktober die Preisverleihung der „Young-Science-Tage an Schulen“. Rund 100 Schüler:innen, Lehrkräfte und Schulleitungen waren zum Young-Science-Kongress an die Johannes Kepler Universität Linz gekommen, um ihre Young-Science-Tage zu präsentieren und ihre Sieger-Plakette persönlich entgegenzunehmen. Verliehen wurden die Preise von Mag. (FH) Stefan Duscher (BM für Frauen, Wissenschaft und Forschung) und Mag. Petra Siegele (OeAD – Agentur für Bildung und Internationalisierung).

Forschungstage voller Vielfalt

Was diese elf Schulen eint, wird recht schnell klar: Mit viel Elan, Neugier und Experimentierfreude haben sie im Schuljahr 2024/25 einen Forschungstag an der Schule organisiert. Die Kinder und Jugendlichen konnten Experimente und Untersuchungen durchführen, mit Forscher:innen in Dialog treten, Science Shows besuchen, Forschungsrätsel lösen, und vieles mehr. Die Themenvielfalt war beeindruckend: Von Robotik und Künstlicher Intelligenz, über die Sustainable Development Goals (SDGs), Farben, Böden, Wasser, Mehrsprachigkeit bis hin zu Klimawandel und Virologie.

Bis zum Schuljahres-Ende hatten die Schulen Zeit, das Erlebte und Gelernte zu dokumentieren und beim OeAD für den Wettbewerb einzureichen. Die dabei entstandenen Videos, Fotos und Zeichnungen geben einen lebendigen Eindruck davon, wie forschendes Lernen funktionieren kann. Die Kinder und Jugendlichen setzten sich nicht nur praktisch mit ihren Forschungsfragen auseinander, experimentierten mit möglichen Lösungen und tauschten sich mit Forscher:innen aus, sondern präsentierten ihre Erkenntnisse auch kreativ – etwa in Form von Videos oder Präsentationen vor der Schulgemeinschaft – und teilten so ihr Wissen mit anderen.

Zurück zur Preisverleihung: Mit Spannung verkündete die Moderatorin Melanie Flicker (ORF), welche Schule den 3. Platz, den 2. Platz und den 1. Platz gewonnen hat. Großer Jubel! Nacheinander kommen die Schüler:innen nach vorne, um von ihrem Young-Science-Tag zu berichten – wer hat den Forschungstag organisiert? Welche Stationen gab es? Waren einzelne Klassen, die gesamte Schule oder gar ein ganzes Bildungsgrätzl dabei? Welche Forscher:innen haben die Schule besucht? Wie wurde der Tag nachbereitet und wer war für die Dokumentation zuständig? Die VS-Donau-City beschränkt sich dabei nicht nur aufs Erzählen, die Schüler:innen sangen und tanzten auf der Bühne.

Dem Publikum wird im Zuge der Verleihung eindrucksvoll vor Augen geführt, wie groß die Freude der Kinder und Jugendlichen über die Anerkennung ihres Forschungsgeistes ist – und wie wirkungsvoll eine interaktive, praxisnahe Wissenschaftsvermittlung sein kann. Gleichzeitig wird klar: Ohne engagierte Lehrpersonen und Schulleitungen, die zusätzliche Arbeitsstunden auf sich nehmen, koordinieren und im Hintergrund unzählige Fäden ziehen, wären solche Erlebnisse nicht möglich. Ihnen gilt der finale Applaus.

Der Wettbewerb geht in eine neue Runde!

Auch im aktuellen Schuljahr haben alle Schulen wieder die Möglichkeit, einen Young-Science-Tag abzuhalten, zu dokumentieren und beim OeAD einzureichen. Damit die Einreichung gültig ist, muss die Veranstaltung mindestens einen halben Tag dauern, von mehr als einer Klasse besucht werden, das Event muss aus mindestens drei verschiedenen Programmpunkten (z.B. Stationen, Vorträgen) bestehen und es müssen mindestens zwei Forscher:innen beteiligt sein. Für Schulen, die keine Kontakte zu Forscher:innen haben, eignet sich die OeAD-Initiative Wissenschaftsbotschafter:innen ideal: Mehr als 570 Forscher:innen aus ganz Österreich besuchen ehrenamtlich Schulen und kommen gerne im

Zuge eines Young-Science-Tages mit den Kindern und Jugendlichen ins Gespräch.

Eine Jury, bestehend aus Expert:innen der Wissenschaftsvermittlung und schulischen Bildungsarbeit begutachtet im Sommer die Einreichungen, damit die Gewinner-Schulen im Herbst ihre Teilnahme an der Preisverleihung, die auch 2026 wieder im Zuge des Young-Science-Kongresses stattfinden wird, planen können.

Die Einreichfrist endet am 10. Juli 2026.

Einblicke in die Praxis

Die VS Donau-City widmete ihren Young-Science-Tag im vergangenen Schuljahr den Sustainable Development Goals. Gemeinsam mit Forscher:innen der im Nebengebäude liegenden UNO beschäftigte sich die gesamte Schule mit globalen Themen wie Armut, Hunger und Klimawandel. In altersgemischten Gruppen forschten die Kinder an 14 Stationen und zeigten dabei, wie viel Neugier und Engagement schon junge Menschen in die Zukunft unserer Welt einbringen können.

Die VS Donau-City ist eine öffentliche Schule der Stadt Wien mit rund 200 Schüler:innen.

2024 wurde die VS Donau-City vom BMFWF und dem OeAD mit dem Young-Science-Gütesiegel für Forschungspartnerschulen ausgezeichnet. Beim Wettbewerb „Young-Science-Tage an Schulen“ belegte sie im Schuljahr 2024/25 den 2. Platz in der Kategorie Primarstufe.



Miriam Platzer, Lehrperson an der VS Donau-City, gibt im Gespräch mit Lydia Glaser (OeAD) Einblicke in den Young-Science-Tag:

OeAD: Wie ist die Idee zu einem Young-Science-Tag entstanden?

Miriam Platzer: Seit längerer Zeit gibt es an unserer Schule pro Schuljahr zwei Ateliertage, das sind spezielle Schultage, an denen der normale Klassenunterricht durch übergreifende Projekte und gemeinsames Lernen ersetzt wird. Wir haben also bereits eine Tradition mit solchen übergreifenden Projekten. Der Wettbewerb kam uns daher sehr gelegen und hat uns zusätzlich motiviert.

OeAD: Warum haben Sie die SDGs als Thema gewählt?

Miriam Platzer: Zum einen, weil heuer das zehnjährige Jubiläum der SDGs gefeiert wird, und zum anderen, weil wir als PUMA-Schule (Anm: Programm Umweltmanagement im Magistrat) Teil des Umweltprogramms der Stadt Wien sind. Die SDGs fügen sich also ideal in

unseren Schulschwerpunkt ein. Zudem gibt es eine räumliche Nähe zur UNO.

OeAD: Beschreiben Sie bitte den Young-Science-Tag, was ist hier an Ihrer Schule alles passiert?

Miriam Platzer: Wir haben den Tag mit einer gemeinsamen Einführung durch eine Forscherin der UNO gestartet, danach gab es klassenübergreifend im ganzen Schulhaus Stationen, die die Schüler:innen selbstständig besucht haben. Jede Station wurde von einer Lehrperson betreut. Wir beendeten den Tag gemeinsam mit unserem Lied „Together we can change the world“.

OeAD: Welche Rückmeldungen gab es von den Schüler:innen zum Science Day?

Miriam Platzer: Sehr gute, sie freuen sich, aus dem Schulalltag auszubrechen und was Neues zu erleben. Die klassenübergreifende Zusammenarbeit gefällt den Kindern und fördert den Austausch und das Gemeinschaftsgefühl innerhalb der Schule. Außerdem bringen solche Tage einen Schwung und neue Ideen in den Schulalltag.

OeAD: Welche Ziele haben Sie mit dem Young-Science-Tag verfolgt?

Miriam Platzer: Wir möchten den Schüler:innen etwas über die SDGs beibringen und ihr Bewusstsein dafür stärken. Jetzt wissen sie nicht nur, wofür die Ziele stehen, sondern auch, wie sie selbst handeln und etwas bewirken können.

OeAD: Was waren besondere Erfolgsmomente? Und welche Herausforderungen gab es bei der Organisation und Durchführung?

Miriam Platzer: Als ganze Schule zusammenzukommen, ist für uns immer eine Freude und etwas Besonderes. Aber auch für uns im Kollegium war es insofern ein Erfolg, als es uns gezeigt hat, dass wir auch übergreifend gut zusammenarbeiten und jede Lehrperson ihre Stärken einbringen kann.



Herausfordernd war bestimmt die Organisation dahinter. Die Aktivitäten sollen für Kinder mit unterschiedlichem Alter passen und spannend sein und alle Stationen sollen ungefähr gleich lang dauern, damit der Wechsel funktioniert. Dabei hat uns geholfen, dass eine Kollegin die Organisation des Zeitplans übernommen hat.

OeAD: Ihre Schule ist nicht nur eine der Gewinner-Schulen des Wettbewerbs „Young-Science-Tage an Schulen“, Ihnen wurde 2024 auch das Young-Science-Gütesiegel für Forschungspartnerschulen verliehen. Wissenschaftsvermittlung spielt an Ihrer Schule offenbar eine zentrale Rolle. Warum haben Sie diesen Schwerpunkt gewählt?

Miriam Platzer: Wissenschaftsvermittlung liegt uns sehr am Herzen, weil uns bewusst ist, dass unsere Schüler:innen die nächste Generation von Forscher:innen bilden. Wir möchten ihnen die Möglichkeiten und die Vielfalt in der Wissenschaft zeigen. Mit dem

Abschied von Vorbildern – wie etwa Jane Goodall – braucht es umso dringender Menschen, die sich für unsere Erde und die Umwelt einsetzen und die für den Umweltschutz kämpfen.

OeAD: Haben Sie Tipps für Lehrpersonen, die in diesem Schuljahr am „Young-Science-Tage-Wettbewerb“ mitmachen möchten?

Miriam Platzer: Mein Tipp wäre: Setzt euch als Team zusammen, nutzt eure Stärken und seid Vorbilder für die Schüler:innen.

Weitere Infos zum Wettbewerb und den Gewinner-Schulen des Schuljahres 2024/25: youngscience.at/young-science-tage

Autor:in



Mag. Lydia Glaser ist seit über zehn Jahren im OeAD im Bereich der schulischen Wissenschaftsvermittlung tätig und betreut u.a. diesen Wettbewerb.

Die Gewinner-Schulen 2024/25

Wien: VS Donau-City, BRG/ORG 15 Henriettenplatz, GTVS Kirschenallee

Burgenland: BG/BRG Neusiedl am See

Oberösterreich: VS 8 Goetheschule

Tirol: HLWest Innsbruck

Kärnten: BAfEP Kärnten

Steiermark: VS Gleinstätten, MS Passail und HLW FSB Weiz

Niederösterreich: Landessonderschule Hinterbrühl

Preise

je Kategorie (Primarstufe, Sekundarstufe I, Sekundarstufe II)

- Hauptpreis 1.000 Euro
- 2. Platz 500 Euro
- 3. Platz 300 Euro
- + in Summe 5 Anerkennungspreise



VS Donau City © OeAD APA Fotoservice Greindl



Gemeinden stärken, Zukunft sichern

Green Care bietet viele Chancen für den ländlichen Raum, wie diese zwei Praxisbeispiele aus Österreich zeigen.

Ländliche Gemeinden stehen vor enormen Herausforderungen: Alterung, Abwanderung, steigende Betreuungskosten und der Anspruch auf mehr Lebensqualität stellen die lokale Politik auf die Probe. Gleichzeitig entstehen neue Chancen – vor allem dort, wo Gemeinden ihre sozialen Netzwerke stärken und innovative Lösungen entwickeln. Green Care kann dabei ein Schlüssel sein: Bauernhöfe, die ihre Ressourcen für soziale Dienstleistungen nutzen, schaffen wohnortnahe Angebote, fördern das Wohlbefinden und machen den ländlichen Raum widerstandsfähiger.

Gemeinden unter Druck

Die demografische Entwicklung zeigt eine klare Richtung: Österreich wächst seit Jahren fast ausschließlich durch internationale Zuwanderung, während die Geburtenbilanz negativ ist. 2024 wurde bereits zum fünften Mal in Folge ein Rückgang verzeichnet – um 11.248 Personen. Gleichzeitig verschiebt sich die Altersstruktur dramatisch. Fast 20% der Bevölkerung sind bereits 65 Jahre oder älter, und der Anteil der Hochaltrigen ab 80 Jahren wird sich bis 2050 verdoppeln. Das bedeutet: Der Pflegebedarf steigt massiv. Bereits heute leben rund 170.000 Menschen mit Demenz in Österreich – bis 2050 wird ihre Zahl deutlich höher sein. Hinzu kommt: Immer weniger Menschen können auf die Unterstützung ihrer Angehörigen zählen. Familienstrukturen werden kleiner, mehr Menschen leben allein, und das Potenzial für informelle Pflege sinkt. Schon heute wird ein wachsender Anteil der Betreuung durch die öffentliche Hand und professionelle Einrichtungen geleistet. Auch die Kinderbetreuung ist ein drängendes Thema. Während 94,6% der Drei- bis Fünfjährigen eine Einrichtung besuchen, beträgt die Quote bei den unter Dreijährigen lediglich 36,9%. Besonders im ländlichen Raum fehlen Plätze und Fachpersonal. Für junge Familien ist das oft ein Grund, den Heimatort zu verlassen. Die Folge: Gemeinden geraten finanziell und struktu-

rell unter Druck. Sie müssen mehr soziale Infrastruktur bereitstellen, damit die Menschen vor Ort bleiben und das Gemeindeleben aktiv mittragen.

Was Gemeinden stark macht

Starke Gemeinden benötigen Arbeitsplätze, leistbaren Wohnraum, Mobilitätskonzepte und Breitbandinternet – aber sie brauchen noch mehr als das. Sie leben von etwas, das sich nicht in Euro und Quadratmetern messen lässt: von ihrem sozialen Kapital. Darunter versteht man die tragenden Netzwerke, das Vertrauen der Menschen untereinander, die Bereitschaft, Verantwortung zu übernehmen und sich in Vereinen oder Initiativen einzubringen.

Wo dieses Fundament vorhanden ist, können Gemeinden Krisen besser bewältigen und Veränderungen aktiv gestalten. Ein wichtiger Baustein dafür ist die Beteiligung der Bürger:innen. Sie funktioniert nur, wenn sie



© Ulrich Zinell

ernsthaft gemeint ist, früh ansetzt und spürbare Wirkung entfaltet.

Ein Beispiel dafür sind die sogenannten Caring Communities. Sie entstehen dort, wo Menschen, Organisationen und Betriebe systematisch zusammenarbeiten, um ein sorgendes Miteinander zu entwickeln. Ziel ist nicht, staatliche Leistungen zu ersetzen oder Verantwortung ins Private zu verschieben, sondern die kommunalen Angebote zu ergänzen. Caring Communities schaffen Räume, in denen Nachbarschaftshilfe selbstverständlich wird, Einsamkeit abnimmt und Vertrauen wächst.

Green Care als Teil der Lösung

Genau hier setzt Green Care an. Bauernhöfe können weit mehr sein als Orte der Lebensmittelproduktion – sie können Teil der sozialen Infrastruktur einer Gemeinde werden.

Ob in der Kinderbetreuung, in Tageszentren für Senior:innen, mit Bildungsprogrammen oder als Treffpunkte der Dorfgemeinschaft: Green Care-Angebote entstehen dort, wo Landwirtschaft und Soziales zusammenfinden.

Dabei geht es nicht nur um Versorgung, sondern um Wirkung: Naturerfahrungen, Bewegung, gesunde Ernährung und der Kontakt zu Tieren fördern nachweis-

lich das Wohlbefinden. Sie schaffen Begegnung, regen an und beugen Einsamkeit vor. „Grün wirkt“ – vom Kindergartenkind, das am Hof die Kreisläufe der Natur entdeckt, über Jugendliche, die in Krisen mit tiergestützten Therapien begleitet werden, bis hin zu älteren Menschen, die Abwechslung und Gemeinschaft erleben.

Für die Gemeinden bedeutet das: mehr Lebensqualität und Attraktivität. Für die Landwirt:innen eröffnen sich neue Perspektiven – zusätzliche Einkommensquellen, eine sinnvolle Diversifizierung und die Möglichkeit, ihre vielfach vorhandenen außerlandwirtschaftlichen Qualifikationen und Kompetenzen einzubringen. Green Care zeigt, dass Landwirtschaft auch soziale Innovation sein kann.

Zwei Höfe, zwei Beispiele

Alpakapoint Pointner – Tagesbetreuung am Bauernhof (Oberösterreich)

In Kooperation mit dem Sozialhilfverband Freistadt betreibt die diplomierte Gesundheits- und Krankenpflegerin Renate Pointner in Windhaag bei Freistadt ein Tageszentrum für Senior:innen mit besonderen Bedürfnissen am Hof. Die Besucher:innen erleben dort Tierkontakte mit Alpakas, Kaninchen, Ochsen und Ziegen, sie garteln, kochen gemeinsam mit regionalen



© Ulla Sladek

Produkten, machen Gedächtnis- und Bewegungstraining oder singen und spielen Karten. Ein barrierefreier Gemeinschaftsbereich, ein Sinnes- und Demenzgarten und große Sichtfenster zu den Tieren schaffen eine Atmosphäre von Sicherheit und Lebendigkeit. Für viele Gäste ist der Hof zu einem zweiten Zuhause geworden – ein Ort der Zugehörigkeit.

Schweinzger Hof (Steiermark)

Pädagogin Nina Schweinzger verbindet auf ihrem Betrieb in Labuttendorf Landwirtschaft, Direktvermarktung und Green Care-Angebote auf vielfältige Weise. Neben Freilandhühnerhaltung und prämiierter Nudelproduktion bietet sie Bildungs- und Präventionsprogramme an. Kinder lernen bei „Schule am Bauernhof“, wie Lebensmittel entstehen – vom Ei bis zur Nudel oder vom Kürbis bis zum Kernöl. Erwachsene nehmen an Workshops zu Ernährung, Bewegung oder Handwerk teil. Besonders wertvoll sind die generationenübergreifenden Aktivitäten: gemeinsames Kochen, Kräuterwanderungen oder kreative Angebote, die Jung und Alt verbinden. Der Hof ist so zu einem lebendigen Treffpunkt im Ort geworden, an dem Bildung, Prävention und Gemeinschaft ineinandergreifen.

Ausblick: Die Vision einer Green Care-Gemeinde

Wie sähe eine Gemeinde aus, in der Green Care selbstverständlich Teil der Infrastruktur ist? Qualifizierte Bäuer:innen betreuen auf ihren Höfen Kinder, begleiten Senior:innen, bieten Bildungs- und Präventionsprogramme an und sind vernetzt mit Schulen, Sozialträgern und Gesundheitseinrichtungen. Solche Gemeinden verfügen über kürzere Wege der Versorgung, über



© Ulrich Zinell

naturnahe Orte der Begegnung und über innovative Betriebe, die ihre Ressourcen vielfältig nutzen. Sie sind dadurch widerstandsfähiger gegenüber Krisen, weil ihr soziales Kapital gestärkt wird. Green Care kann so zum Motor werden – für Lebensqualität, regionale Entwicklung und ein neues Miteinander am Land. Damit knüpft die Idee einer Green Care-Gemeinde auch an die Zielbilder der Vision 2028+ des Bundesministeriums für Land- und Forstwirtschaft, Regionen und Wasserwirtschaft an: Landwirtschaft gewinnt dort an Zukunft, wo sie soziale Innovation ermöglicht und aktiv zum Leben im ländlichen Raum beiträgt.

Literaturhinweise

- Statistik Austria (2025). Bevölkerungswachstum 2024 geringer als im Vorjahr. Pressemitteilung vom 26. Mai 2025. Wien.
- Statistik Austria (2025). Österreich. Zahlen. Daten. Fakten 24/25. Wien.
- Statistik Austria (2025). Kinderbetreuungs-Monitoring 2024/25. Bericht zur elementaren Bildung. Wien.
- Statistik Austria (2025). Zukünftige Bevölkerungsentwicklung Österreichs 2024–2080 (2100). Wien.
- GÖG – Gesundheit Österreich GmbH (2025). Österreichischer Demenzbericht 2025. Im Auftrag des Bundesministeriums für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz. Wien.
- KDZ – Zentrum für Verwaltungsforschung (2023). Resiliente Gemeinden – Whitepaper. Wien: KDZ.
- Universität Graz / Österreichisches Rotes Kreuz (2022). Handbuch Caring Communities. Sorgenetze stärken – Solidarität leben. Graz/Wien.
- Bundesministerium für Land- und Forstwirtschaft, Regionen und Wasserwirtschaft (2025). Vision 2028+. Endbericht Umsetzungsphase. Wien.

Autor:in



Mag. (FH) Clemens Scharre
Green Care Entwicklungs- und Beratungs-GmbH

Mit Unterstützung von Bund, Ländern und Europäischer Union

Bundesministerium
Land- und Forstwirtschaft,
Klima- und Umweltschutz,
Regionen und Wasserwirtschaft

WIR leben Land
Gemeinsame Agrarpolitik Österreich

Kofinanziert von der
Europäischen Union



Rezensionen

Die Geschichte der Botanik in 300 Büchern

Von: Carolyn Fry und Emma Wayland |
Verlag: Haupt Verlag, Bern | Jahr: 2025
| Seiten: 272 | ISBN: 978-3-258-08409-1

Die Geschichte der Botanik mit ihrer Benennung, Unterteilung und Beschreibung von Pflanzen samt ihrer Wirkungsweisen ist ein faszinierendes Thema. Sie erzählt neben dem wandelnden Pflanzenwissen durch verschiedene Epochen ebenso viel über die jeweils prägenden kulturell-gesellschaftlichen, technischen, politischen und wirtschaftlichen Prozesse. Die

Journalistinnen und Autorinnen Carolyn Fry und Emma Wayland bemühen sich, all diese Aspekte in ihrem wunderschön bebilderten und sorgfältig recherchierten Überblick zumindest anzureißen. Zwar lässt sich nicht jede Facette dieser Zusammenhänge in einem einzigen Werk ausführlich behandeln, doch bietet das Buch einen herrlichen Streifzug durch die Geschichte der Botanik – und eignet sich bestens als Weihnachtsgeschenk für alle Interessierten.



Bäume – der Atem der Welt

Von: Tony Kirkham | Verlag: HMidas Verlag, Zürich | Jahr: 2025 | Seiten: 352 | ISBN: 978-3-03876-330-7

Mindestens ebenso zum Genießen und als Geschenk empfehlenswert ist diese Neuerscheinung. Auf 352 Seiten beeindruckt sie mit fantastischen Abbildungen und kurzen Beschreibungen, die auf einen kulturellen und geschichtlichen Streifzug durch die

Darstellung und Wahrnehmung von Bäumen mitnehmen. Beim Durchschmökern – idealerweise mit einer guten Tasse Tee – stellt sich nicht nur wohlthuende Entschleunigung ein, sondern auch ein geschärftes Verständnis für die ökologische, gesellschaftliche und emotionale Bedeutung von Bäumen. „Bäume – der Atem der Welt“ ist so schön anzusehen, dass es einem fast den Atem verschlägt!



Mentale Gesundheit durch Yoga

Von: Kai Hill | Verlag: Scorpio im Europa Verlag | Jahr: 2025 | Seiten: 272 | ISBN: 978-3-95803-634-5

Wer noch nicht ausreichend entspannt ist, kommt mit diesem Werk auf seine Kosten. Besonders gefällt mir, dass Kai Hills Yoga-Buch nicht bei der Darstellung verschiedener Übungen stehenbleibt, sondern einen ganzheit-

lichen Ansatz wählt: etwas Theorie zu Yoga und Gehirnfunktionen, darauf aufbauend die erwarteten Übungen und Techniken sowie ergänzend Ernährungsprinzipien und Alltagstipps. Eine schöne, runde Sache, wie ich finde, um von regelmäßiger Yoga-Praxis zu profitieren und sie wirklich ins Leben zu integrieren.



Der Bahnsteig-Streuner

Von: Stephen Hogtun | Verlag: Pattloch Verlag | Jahr: 2025 | Seiten: 48 | ISBN: 978-3-629-01532-7

Als Märchenbuch für Kinder getarnt kommt dieses liebevoll gestaltete und berührend geschriebene Buch des norwegischen Autors und Illustrators Stephen Hogtun daher. Klar, man kann es Kindern vorlesen, sie die Bilder ansehen lassen und es dann ins Regal stellen. Oder man kann sich selbst an einem ruhigen Abend damit beschäf-

tigen und die wichtigen Themen des mit- und füreinander Daseins, die darin enthalten sind, für sich persönlich entdecken und darüber reflektieren. Ein schönes Märchen, das, wie ich finde, mehr für Erwachsene geeignet ist als für Kinder.



Ratten

Von: Irene Weinberger | Verlag: Haupt Verlag, Bern | Jahr: 2025 | Seiten: 224 | ISBN: 978-3-258-08315-5

Von Streunerkatzen kommen wir nun zu einer ebenfalls oftmals kritisch betrachteten Tiergruppe – Ratten. Es stimmt, sie können Krankheiten übertragen; es stimmt, sie werden als Labortiere großem Schmerz und Elend ausgesetzt; und es stimmt auch, dass sie hoch soziale und intelligente Säugetiere sind, die kaum wie eine andere (nicht domestizierte) Tierart als Kulturfolger den Weg in menschliche Lebensräume geschafft hat – vermehrt auch als (dann schon domestiziertes)

Haustier. Ein Sprichwort besagt, dass, egal wo man sich gerade befindet, die nächste Ratte durchschnittlich nicht mehr als 7 Meter entfernt ist. Dabei handelt es sich zumeist um die Wanderratte, wobei die bei uns ursprünglich heimische Hausratte inzwischen auf der Roten Liste steht. Diese und viele weitere spannende Einblicke in eine sehr kontroverse Tiergruppe liefert dieses fundiert geschriebene Werk.



How to Read a Chicken's Mind

Von: Melissa Caughey | Verlag: Haupt Verlag, Bern | Jahr: 2025 | Seiten: 128 | ISBN: 978-3-258-08450-3

Wir bleiben im Tierreich und schauen noch kurz, was sich am Büchermarkt zu der Frage tut, wie Hühner denken, fühlen und kommunizieren. Denn genau darum geht es hier: Die Autorin Melissa Caughey vermittelt uns spannende Aspekte zur Intelligenz, den Emotionen, Persönlichkeiten und sozialen Dynamiken innerhalb einer Hühnerschar, mit besonderem Augenmerk auf die Hühnersprache:

Hühner teilen ständig Informationen über ihre Umwelt und ihre derzeitige Verfassung, verstehen andere Tierarten, nutzen Tonfall, Lautstärke und Melodien und können menschliche Wörter erkennen. Das alles zeigt, wie intelligent und sozial diese Wesen sind. Dieses Buch ist für alle, die Hühner ohnedies schon lieben, oder die sie lieben lernen wollen.



News



Mach mit beim aktuellen GartenWörterKunstProjekt

... begegnen, freuen, helfen, träumen, bewegen, beleben, lachen, (ein)fühlen, mitmachen, geborgen, regenbogen, planen, erde, schnee, farbenpracht, hummeln, lesen, heiß, düfte, gruschteln, sonne, wohlfühlen, kalt, schaukeln, langsamkeit, zeit, sand, probieren, eis(würfel), hängematte, strohhut, sonnencreme, entdecken, forschen, wasser, wundern, versinken, rennen, tun, träumen, tanzen....

Und wie (er)lebst du Deine Gartenzeit mit Kindern und welche Wörter verbindest Du damit?

Worum es im Projekt der Kunsttherapeutin Sandra Küchlin geht und wie Du mitmachen kannst, erfährst Du [hier](#).

Soziale Landwirtschaft und die Auszeithöfe

Herzerwärmend könnte dieses Sammlerstück sein: Ein September-Filmbeitrag des Bayerischen Rundfunks zu den Auszeithöfen für Menschen mit Demenz. Für das Format „Aus Schwaben und Altbayern“ wurde Birgit Freudenstein auf ihrem Sembauerhof besucht. Die Bäuerin betreibt seit Jahren die Soziale Landwirtschaft, öffnet Herz und Sinn und sorgt für Gänsehautmomente.

Ein riesiges Vergelt's Gott an unseren Verein und alle Türöffner:innen!

[Direkt zum Filmgenuss - BR](#)

Kürbiszeit in der Sozialen Landwirtschaft

Nachhaltig und fruchtbar für alle Seiten ist die Kooperation der Regens-Wagner-Stiftung Holnstein mit der Seminar-Absolventin Kathrin Götz. „Unser-Land“ war dies einen frohgemuten TV-Beitrag im Frühjahr wert. Jetzt darf die Ernte bewundert und voller Stolz vermarktet werden. Sammlerwert: sehr hoch!

[Inklusives Kürbisfeld Projekt im Bayerischen Fernsehen - Regens Wagner](#)

ZDF-Format "37 Grad" und ein kleiner, besonderer Hof

Mit dem Blick nach vorne könnten Sie diesen Beitrag genießen. Die Soziale Landwirtschaft kann für alle Bereiche des Lebens Richtiges und Wichtiges bieten. Dieses Seminar unterstützt Sie in der Findungsphase! Das ZDF unterstützt ebenfalls.

[Zum Filmbeitrag - ZDF](#)

Datenbank für gute Ideen

Werden Sie Teil der guten Ideen: die Bayerische Fachstelle für Demenz und Pflege macht's möglich. Durchforsten Sie die Datenbank und entdecken alte Bekannte!

[Gute Ideen sammeln - demenz-pflege-bayern.de](#)

News / Veranstaltung

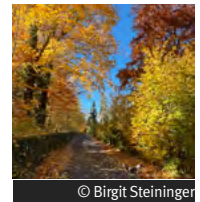
Frischer, bunter Inhalt voller Veranstaltungen

Unsere bayerische Broschüre steht online! Alle Qualifizierungsmaßnahmen können Sie, eifrige Wissbegierige, erforschen, bei den rührigen Veranstalter:innen womöglich nachfragen oder sich sogleich anmelden. Sie finden Anregungen, Gleichgesinnte, regen Austausch, lebenslang wertvolle Kontakte und fahren mit Ihrem wunderbaren Wissenszuwachs die Ernte ein.

[Akademie Diversifizierung: Qualifizierungen online buchen - Staatsministerium](#)

Internationaler Forschungsdialog Green Care 12.12.2025 ONLINE

Wie kann die gesundheitsfördernde Wirkung von Pflanzen und Tieren erforscht werden? Welche Aspekte sind zu beachten und wie werte ich die Ergebnisse aus? Der Internationale Forschungsdialog Green Care befasst sich mit aktuellen Studien und Themen rund um dieses spannende und junge Forschungsgebiet. Referent:innen aus dem In- und Ausland stellen die Ergebnisse der Studien vor und beantworten Fragen aus der Praxis. Studierende, Praktiker:innen und interessierte Personen sind herzlich zum Dialog eingeladen. Hier finden Sie [Programm und kostenlose Anmeldung](#) – Anmeldeschluss ist der 10. Dezember.



Frohe Weihnachten & ein gutes neues Jahr

wünscht Ihnen das Team der
Fachzeitschrift GREEN CARE!



Welt der Wissenschaft

Wir selektieren die hier gelisteten Artikel nach bestem Wissen und Gewissen und wählen nur solche aus, die auch in ihrer vollständigen Version zum Download zur Verfügung stehen. Falls es doch nicht klappt: In der Publikationsliste der Website www.greencare.at/publikationen sind sie ebenfalls gelistet.

Gärtnern

- Daly, F., Lenehan, S.A., O’Riordan, J. (2025). Green Landscapes of Care: The Potential of Gardens to Support the Well-Being of Asylum Seekers in Ireland. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 22(9), S. 1410. [Download hier](#)
- Sun, Y., et al. (2025). Exploring the preferences of college students for horticultural therapy activities based on a new classification framework. *Scientific Reports* 15, 32121. [Download hier](#)
- Yanming, Z., et al. (2025). The impact of horticultural activities on negative psychological emotions among Chinese residents: A cross-sectional study of a national representative sample based on propensity score matching, *Complementary Therapies in Medicine* 95, 103293. [Download hier](#)

Soziale Landwirtschaft

- Liang, K.L., Hung, Y.C. (2025). Cross-Sectional Study of Health Promotion and Recreation Effectiveness on Quality of Life Among Rural Older Adults. *INQUIRY: The Journal of Health Care Organization, Provision, and Financing* 62. [Download hier](#)
- Tate, C., et al. (2026). A systematic review of horticultural therapy and urban agriculture interventions targeting depression, anxiety, and acute stress disorder, *Cities* 169, 106554. [Download hier](#)
- Tsunashima, H. (2025). *Farming and Social Inclusion in Japan*. Springer Nature. [Download hier](#)

Tiere

- Farrand, K.M., Jung, J.Y. (2025). Exploring How a Therapy Dog Intervention in a Tier 3 Classroom Influences Mental Health Components of Well-Being: A Case Study. *Behavioral Sciences* 15(11), S. 1585. [Download hier](#)
- Holmberg, S., Gunnarsson, A.B. (2025). Animal-assisted and nature-based intervention on a farm for young adults with autism and social withdrawal – A one-year follow-up with a socioeconomic approach. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy* 32(1). [Download hier](#)
- Russo, G., et al. (2025). A Pre-Screening Tool to Assess Dog Suitability for Animal-Assisted Interventions: Preliminary Results for Dog-Suitability Tests (SuiTe). *Veterinary Sciences* 12(12), S. 1110. [Download hier](#)

Wald und Flur

- Chauvenet, A.L.M., et al. (2025). Duration and economic value of a walking-in-nature therapy programme: Implications for conservation. *People and Nature* 7 (11), S. 2895-2910. [Download hier](#)
- Hansen, M.M., Jones, R., Tocchini, K. (2017). Shinrin-Yoku (Forest Bathing) and Nature Therapy: A State-of-the-Art Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 14, S. 851. [Download hier](#)
- Ratan, Z.A., et al. (2025). The essential elements for successful implementation of nature therapy programs in mental health services: A systematic review with narrative synthesis. PREPRINT available at Research Square. [Download hier](#)



Sie wollen alte Ausgaben?

Die Druckversionen der Zeitschrift bis einschließlich Ausgabe 4/22 können als Einzelhefte über die [Green Care Website](https://www.greencare.at) bestellt werden.

Dort finden Sie auch ausführlichere Informationen und Leseproben über die gedruckten Ausgaben.

Ausgabe 1/23 und alle weiteren stehen gänzlich online zur Verfügung.



Ausgabe 3/25

Gartentherapie im Wandel;
Kindheit in der Natur; Stimmen
aus dem Hintergrund; Netzen,
erinnern, gestalten



Ausgabe 2/25

Natur zum Großwerden; Kraftorte im
Grünen; Mit Stall und Seele, Neues
aus der Gartentherapie



Ausgabe 1/25

Grüne Aktivierungsräume;
Draußen stark werden; Waldkraft;
Forschung und Wissenschaft



Ausgabe 4/24

Garten-Effekte; Grundlagenarbeit;
Forschung verbindet;
Grünraum und Stadtleben

IMPRESSUM

Herausgeber
Hochschule für Agrar- und Umweltpädagogik,
Dr. Thomas Haase
Angermayergasse 1, 1130 Wien, Österreich
www.haup.ac.at

In Zusammenarbeit mit der Internationalen Gesellschaft
für Gartentherapie und dem
Verein GartenTherapieWerkstatt

Medieninhaber und Verlag
Hochschule für Agrar- und Umweltpädagogik,
Angermayergasse 1, 1130 Wien, Österreich
www.haup.ac.at

Chefredaktion
Dr.ⁱⁿ Dorit van Meel (geb. Haubenhofer)
dorit.vanmeel@haup.ac.at

Redaktionsteam
Armanda Bonomo, Andreas Niepel,
DIⁱⁿ Roswitha Wolf

Anzeigen
Verwaltung: Marianna Muzsik
marianna.muzsik@haup.ac.at
<http://www.greencare.at/fachzeitschrift>

Grafik
Petra Bahr, petra.bahr@gmx.at

Erscheinungsweise
4 Ausgaben jährlich
ISSN-L 2296-4924 |
ISSN (Online) 2296-4932

Coverbild/Bild Rückseite
Simon Berger auf Pixabay

Alle Artikel im Heft stehen unter der Lizenz [CC BY-SA 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)
zur Verfügung.

© 2025, Hochschule für Agrar- und Umweltpädagogik,
Wien

GREEN CARE ist Mitgliederzeitschrift des Vereins
GartenTherapieWerkstatt
www.greencare.at

Offenlegung nach § 25 Mediengesetz: Periodisch erscheinendes internationales Informationsblatt. Die Inhalte der Beiträge geben die Meinung der Autor*innen wider und müssen nicht mit der Meinung der Redaktion übereinstimmen. Für unaufgeforderte Manuskripte und Abbildungen übernimmt die Redaktion keine Verantwortung. Die Redaktion behält sich das Recht vor, Beiträge zu überarbeiten.





HOCHSCHULE FÜR
Agrar- und Umweltpädagogik