

# Gestaltung von Aussenräumen für Demenzkranke

Empfehlungen für Institutionen  
und Baufachleute



## Kanton Bern

Gesundheits- und  
Fürsorgedirektion

Alters- und Behindertenamt



## Stadt Bern

Direktion für Bildung  
Soziales und Sport

Alters- und Versicherungsamt

## Vorwort

Liebe Leserin, lieber Leser

Gärten haben eine positive Wirkung auf unser Wohlbefinden und die Orientierung im Tages- und Jahreslauf.

Auch pflegebedürftige Menschen halten sich gerne im Freien auf. Wind, Sonne und das Ansprechen aller Sinne bedeutet gerade für ältere, in ihrer Sinneswahrnehmung beeinträchtigte Menschen eine Steigerung ihrer Lebensqualität.

Die Erfahrung zeigt, dass Aussenräume für Demenzkranke auch für das Personal entlastend wirken können: Durch eine verbesserte Befindlichkeit der Bewohnerinnen und Bewohner und durch einen entlasteten Betrieb im Hausinnern.

Damit ihnen die Benutzung des Aussenraumes auch tatsächlich ermöglicht werden kann, ist die Realisierung eines Aussenraums für Demenzkranke in das Betriebs- und Betreuungskonzept der Institution einzubetten. Mit zu berücksichtigen ist dabei der erhöhte finanzielle und personelle Aufwand, den die Pflege eines Aussenraums nach sich zieht.

Die vorliegende Broschüre wurde von der Gesundheits- und Fürsorgedirektion des Kantons Bern gemeinsam mit der Direktion für Bildung, Soziales und Sport der Stadt Bern initiiert und erarbeitet. Der Inhalt nimmt Bezug auf die «Empfehlungen für die stationäre Betreuung von demenzkranken Menschen im Kanton Bern» (GEF, Alterspolitik 2005).

Bei der Arbeit an dieser Broschüre konnten wir auf Erfahrungen von Institutionen zurück greifen, die bereits Aussenräume für Demenzkranke eingerichtet haben oder solche planen. Im weiteren stand uns Stadtbauten Bern beratend zur Seite.

Wir danken an dieser Stelle allen Fachleuten für ihre Mitarbeit an dieser Broschüre und wünschen Ihnen viel Erfolg bei der Umsetzung der Empfehlungen. •

## Einleitung

Wenn ein Garten eine Erweiterung des «heimischen» Lebensbereichs von älteren Menschen bieten soll, so ist es wichtig, dass er sich möglichst an dem orientiert, was den Bewohnerinnen und Bewohnern kulturell vertraut ist. Das, was wir selber als wohltuend und natürlich empfinden, wird auch von demenziell erkrankten Menschen geschätzt. Ein Garten, der unterschiedliche Pflanzen, Licht- und Schattenplätze sowie offene und geschützte Räume kombiniert, wirkt auch auf demente Menschen ansprechend.

Der Garten muss weder besonders ausgefallen noch «englisch» sein. Eine pflegeleichte Anlage mit einheimischen Pflanzen reicht vollkommen aus und ist auch aus Kosten- und Personalaufwand-Gründen zu bevorzugen.

Beliebt sind Früchte und Kräuter zum Selber Pflücken. Sie wecken auch die eine oder andere Erinnerung und wirken dadurch integrativ. Für manche Bewohnerinnen oder Bewohner kann die Möglichkeit von kleineren Gartenarbeiten wohltuend sein; für andere ist bereits der Aufenthalt im Freien ein Erlebnis.

Aufgrund der Veränderungen der Wahrnehmungs- und Erlebnisfunktionen der Bewohnerinnen und Bewohner sind bei der Gestaltung von Aussenräumen für Demenzkranke einige Vorgaben zu beachten.

Ohne eine Abgrenzung nach aussen kann die Sicherheit der Bewohnerinnen und Bewohner gefährdet und das Personal zur ständigen Aufsicht gezwungen sein. Je nach Lage der Institution, Grösse und Art des Aussenraums, Gefährdungspotential der Umgebung und personellen Voraussetzungen wird eine Umzäunung nicht zu vermeiden sein.

Die Anlage soll einfach «lesbar» sein – und doch vielfältig genug, um individuelle Erinnerungs-Erfahrungen zu ermöglichen. Der Garten soll alle menschlichen Sinne ansprechen sowie den unterschiedlichen Bewegungs- und Betätigungsbedürfnissen der Benützenden entgegen kommen.

Gefahrenpotentiale müssen minimiert werden, um den selbständigen Besuch des Gartens zu ermöglichen. Letzteres verlangt auch eine sorgfältige Planung und Gestaltung der Zugänge vom und ins Haus.

Es gibt bestimmte tendenzielle Gemeinsamkeiten in der Wahrnehmung und im Sozialverhalten von Demenzkranken, die krankheitsbedingt begünstigt werden, aber im Einzelfall keine Gültigkeit haben müssen. So werden z. B. spiegelnde Flächen nicht von allen als beängstigend empfunden; ein Kübel wird von manchen umgangen, während andere darüber stolpern; einige suchen die Gegenwart ihrer Mitmenschen, andere ziehen sich eher zurück.

Das heisst, dass es auch auf Aussenräume bezogen schwierig ist, allgemeingültige, detaillierte Aussagen zu machen bezüglich Über- bzw. Unterforderung von Demenzkranken durch bestimmte Hindernisse (bzw. deren Vermeidung).

Dennoch sind Lösungen anzustreben, die einerseits Demenzkranke im Anfangsstadium nicht mehr als nötig einschränken, andererseits solche in fortgeschrittenen Stadien nicht mehr als nötig verwirren und gefährden. Also weder «Hochsicherheits-» noch «Irrgarten».

Da eine Erweiterung des Lebensraums für Bewohnerinnen und Bewohner auch das Personal betrifft, sollten möglichst alle Mitarbeitenden bereits bei der Planung von Aussenräumen für Demenzkranke mitreden können.

Nicht vergessen werden darf die Abänderbarkeit einer Anlage. Aufgrund von Beobachtungen des Personals und Erlebnissen der Bewohnerinnen und Bewohner im Garten sollten Bewährtes ausgebaut und Problemstellen eliminiert werden können. ●

Auf den folgenden Seiten werden einzelne Aspekte der Gestaltung von Aussenräumen für Demenzkranke näher behandelt.

## Praktische Gestaltung

- Charakter** Grundsätzlich sind verschiedene Aussenraumcharaktere vorstellbar, bzw. es kann von vorhandenen Flächen ausgegangen werden: Park, Hausgarten, Bauernhof-Umgebung, englische Anlage, «Stadtgärtli» usw.
- Grösse** Eine optimale Grösse (und Gestaltung) vermitteln weder das Gefühl des Eingeschlossenseins noch das Gefühl des Sich-Verlieren-Könnens. Die Grösse hängt namentlich ab von der Anzahl Bewohnerinnen und Bewohner sowie von den gegebenen Grenzen des Grundstücks.
- Zugang vom Haus** Er sollte möglichst ebenerdig, schwellenlos und während den Öffnungszeiten des Aussenraums jederzeit in beiden Richtungen passierbar sein.
- Toiletten,  
Garderobe Nützlich sind Toiletten in unmittelbarer Nähe des Ausgangs. Zu empfehlen sind hier – vor allem in mehrgeschossigen Häusern bzw. Abteilungen – auch individuelle Garderobenschränke mit gartentauglichen Schuhen und Wind- oder Regenjacken.

> Praktische Gestaltung

**Wege**

«Endloswege»

Idealerweise führen alle Wege – oder wenigstens der Hauptweg – zum Ausgangspunkt zurück, d. h. zum Zugang vom Haus zum Aussenraum. Dieser Zugang sollte möglichst von jeder Stelle des Wegs aus sichtbar sein. So hat auch das Personal einen besseren Überblick über die Anlage.

Innen-Aussen-Rundgang?

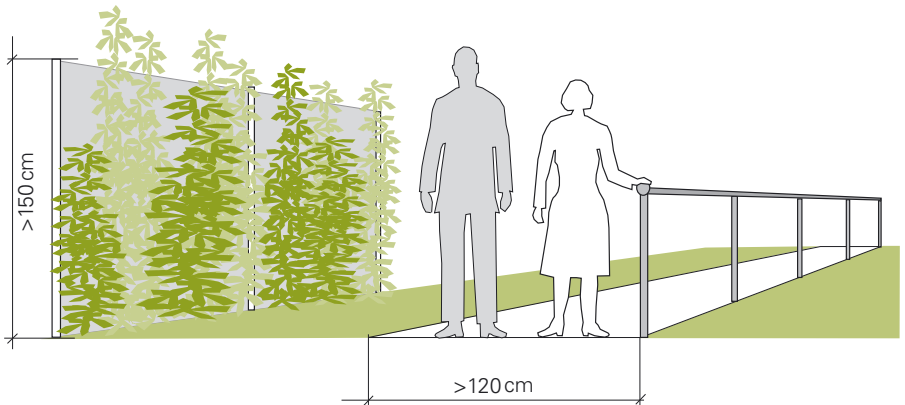
Bei geringen Platzverhältnissen im Aussenraum bietet sich u. U. folgende Lösung an: Der Rundweg führt durch den einen Ausgang aus dem Erdgeschoss hinaus ins Freie und durch einen andern Eingang wieder ins Haus. Dort ist er durch einen Korridor mit dem Ausgangspunkt verbunden. Der Rundweg kann in beiden Richtungen begangen werden.

Wegbreite

Mindestens 1.20 m. So können zwei Personen nebeneinander gehen, und das Kreuzen ist problemlos möglich.

Kreuzungen, Verzweigungen

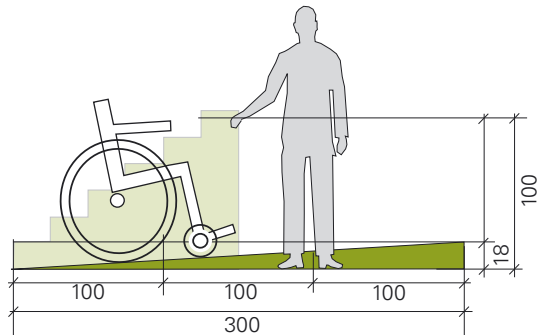
Wegkreuzungen und -verzweigungen sind auf ein Minimum zu beschränken, da sie Verwirrung und Entscheidungsblockaden auslösen können.



> Praktische Gestaltung

Geländer Bei Rampen und Treppen ist mindestens auf der einen Seite ein Geländer mit Handlauf anzubringen.

Treppen, Stufen, Rampen Treppen oder Stufen sind durch sanft ansteigende Rampen umgehbar bzw. umfahrbar zu machen (Stolpergefahr, Angst vor Hindernissen, Rollstuhlgängigkeit).



Die Steigung darf maximal 6% betragen. Das heisst: Auf einer Strecke von 1 m können höchstens 6 cm Höhenunterschied überwunden werden. Um 1 Treppenstufe (Ø Höhe: 18 cm) durch eine Rampe zu ersetzen, braucht es eine Strecke von 3 m.

Materialien, Gestaltung Der Belag soll sich farblich/strukturell deutlich von der Umgebung abheben und zum Befahren mit Rollstühlen und rollenden Gehhilfen geeignet sein.

**Umzäunung** Zum Schutz der Aussenraum-Benützer vor den Gefahren (Verirren, Verkehr) des unbemerkten Weggehens kann ein Zaun unerlässlich sein.

Material, Höhe Bewährt haben sich Maschendrahtzäune von mindestens 1.50 m Höhe.

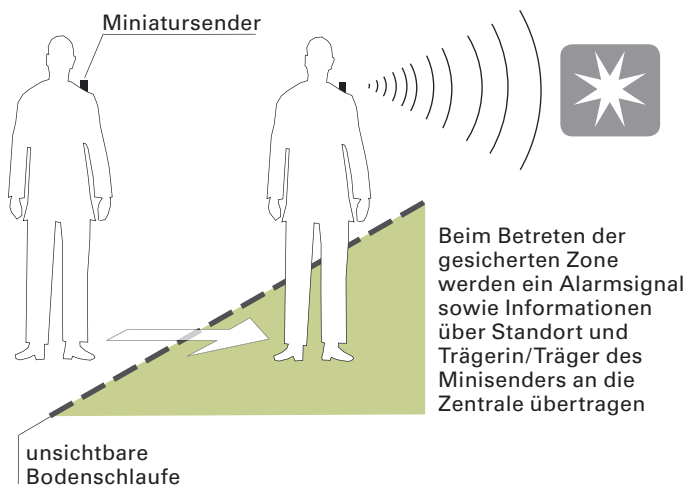
Bepflanzung Um «Käfiggefühle» zu vermeiden, ist der Zaun durch geeignete Bepflanzung zu verbergen (Hecke).

Einweg-Tore

Erwünschte Zugänge vom öffentlichen Raum ins Gelände sind durch geeignete Pflanzen zu «verstecken» und durch Einweg-Tore zu sichern (hinein=ja, hinaus=nein).

### Elektronische Systeme

Eine Ergänzung zur Umzäunung können elektronische Systeme sein, die der Trägerin/dem Träger von entsprechenden Kleingeräten den Zugang zu einem definierten Ausgangsrayon ermöglichen, bzw. beim Übertreten der festgelegten Zone beim Personal einen Alarm auslösen:



### Geländeformen

Grundsätzlich kann auf fast jeder Geländeform aufgebaut werden. Ungeeignet sind allerdings stark abfallende Gelände.

Idealerweise sind Erhebungen unmittelbar am Weg inklusive Bepflanzung höchstens 1 m hoch, um die Überblickbarkeit des gesamten Geländes auch vom Rollstuhl aus zu gewährleisten.

> Praktische Gestaltung

**Bepflanzung**

Geeignete  
Pflanzen

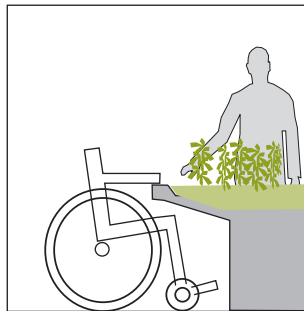
Besonders geeignet sind einheimische Pflanzen. Unbedingt zu vermeiden sind giftige sowie stachelige oder scharfkantige Gewächse [[>giftige Pflanzen](#)].

Sinnesreize,  
«Erlebnisgarten»

Sanfte Sinnesreize sind durch Farben, Formen, Düfte, Strukturen und Oberflächen sowie Geräusche zu erzielen. Alle diese Effekte sind bereits mit Pflanzen, Mauerwerk usw. und mit Hilfe des Windes zu erreichen. In diesem Sinne ist eigentlich jeder Garten ein «Erlebnisgarten».

Hochbeete

Hochbeete sind möglichst so anzulegen, dass Rollstuhlfahrende frontal nahe genug heranfahren können:



Ernte-  
möglichkeiten

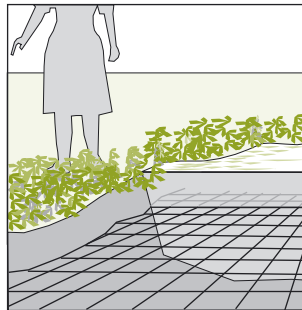
Baumobst (Niederstämme, Spalier) und vertraute, essbare, stachellose Beeren (Himbeeren, Erdbeeren) können geerntet und gegessen werden. Dies gilt auch für Küchenkräuter.

> Praktische Gestaltung

<b>Gartensitzplätze</b>	<p>Geeignete Aussensitzplätze sind 2-er-Sitzbänke sowie Stühle. Beliebt sind Hollywood-Schaukeln.</p> <p>Ein Teil der Sitzgelegenheiten sollte eine gewisse Intimität gewährleisten.</p>
Sonnenschutz	<p>Sonnenschirme oder -storen sind unbedingt nötig.</p>
Bedachung	<p>Damit sie auch bei Niederschlag genutzt werden können, sind ein Teil der Sitzgelegenheiten zu überdachen.</p>
Terrasse	<p>Eine (gedeckte) Terrasse – möglichst mit stufenlosem Übergang ins Gelände – bietet auch weniger mobilen Bewohnerinnen und Bewohnern die Möglichkeit zum Aufenthalt im Freien.</p>
Pavillon, Grill	<p>Ein gedeckter Platz (Pavillon oder ähnlich) kann mit einer fixen oder mobilen Grilleinrichtung versehen werden, die unter Aufsicht genutzt werden kann.</p>
<b>Wichtig:</b>	<p>Alle hier genannten Bauten und Möbel müssen witterungsbeständig, solide, standfest und möglichst ohne scharfe Ecken/Kanten oder «Einklemmstellen» beschaffen sein.</p>

## Wasser

Über die Gefahren von stehenden Kleingewässern (Teich, Weiher) gehen die Meinungen auseinander. Bereits vorhandene Gewässer sollten mit einer geeigneten Uferbepflanzung – ohne Stolpergefahr – abgeschirmt werden.



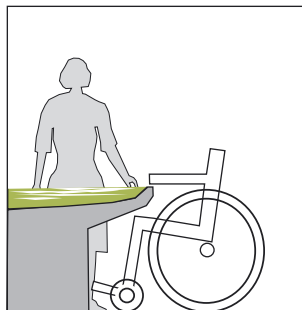
Ein Mittel gegen die Gefahr des Ertrinkens sind Gitter, die 10 cm unter der Wasseroberfläche angebracht werden.

10 cm

(Für Teiche, Weiher und Brunnen geeignet)

Eher unproblematisch sind Gewässer mit geringer Tiefe (unter 10 cm).

Eine weitere Möglichkeit sind Springbrunnen oder Wasserbecken, deren Inhalt stehend und vom Rollstuhl aus erreichbar sind:



> Praktische Gestaltung

**Tiere**

Kleintiere wie beispielsweise Zwergziegen, Kaninchen oder Vögel können eine Aussenanlage bereichern

**Wintergarten**

Ein Wintergarten hat den Vorteil der ganzjährigen Benutzbarkeit. Ausserdem entfällt das Problem des Übergangs ins Freie (Türen, Schwellen) sowie des klimabedingten Kleiderwechsels.

Bepflanzung

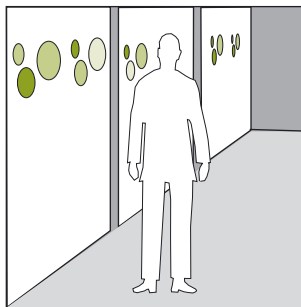
Grundsätzlich gelten für Wintergärten die gleichen Empfehlungen bezüglich Bepflanzung – wenn erwünscht und möglich – wie für Aussenräume.

Sonnenstoren

Wintergärten können unter Sonneneinstrahlung sehr warm werden; Sonnenstoren sind unabdingbar.

Glasflächen

«sichtbar» machen



Grosse Glasflächen, die bis zum Fussboden herabreichen, können leicht übersehen werden. Sie sind mit geeigneten Massnahmen «sichtbar» zu machen.

Fenster zum Garten

Wenn ein Aussenraum (noch) nicht für Demenzkranke geeignet gestaltet werden kann, gibt es die Möglichkeit, ein oder mehrere grössere Fenster, eine Veranda oder gar eine Glasfront zum Garten mit Sitzmöglichkeiten einzurichten. Auch so können die Vegetation, der Wechsel der Witterung und der Jahreszeiten usw. betrachtet werden. ●



























