

## **„Der Weg zur Therapie ist bereits Teil meiner Therapie“**

Solche Äußerungen hören wir immer wieder von den Patienten meiner „Praxis für Ergotherapie, Lerntherapie, Neurofeedback und Feldenkrais“

Eine Schlaganfall-Patientin, die regelmäßig zur Ergotherapie kommt, meint: „Jedes Mal, wenn ich mit meinem Rollator ankomme und den Therapiegarten mit seinen vielen bunten Blumen vor mir sehe, merke ich schnell, wie der Alltags-Stress von mir abfällt und ich zur Ruhe komme. Ich komme extra lange vor dem vereinbarten Termin, damit ich noch genügend Zeit habe, auf dem Weg zur Praxis immer wieder stehen zu bleiben, um diese Vielfalt an Pflanzen, Farben und Gerüchen wahrzunehmen. Und wenn mir das Gehen zu anstrengend ist, setze ich mich auf den Sitz meines Rollators und genieße diese blühende Oase“

Ein älterer Herr, der zum Gedächtnistraining in die Praxis kommt, findet es unglaublich, welche Vogelvielfalt in unserem Therapiegarten herrscht: „Amseln, Meisen und Rotkehlchen, aber auch Dompfaff, Spatz und sogar einen Kleiber konnte ich hier mitten in der Stadt beobachten“

Eine Klientin, die schon seit Jahren an der wöchentlichen Feldenkrais-Gruppenstunde teilnimmt, meint: „Schon beim Abstellen meines Fahrrades auf dem ausgeschilderten kleinen Fahrrad-Parkplatz höre ich schon das Plätschern des Baches. Besonders schön ist es im Winter, wenn der Bachlauf zugefroren ist und die Luftblasen sich unter dem Eis beobachten lassen“

Völlig entzückt berichtete ein 35-jähriger MS-Patient der Therapeutin, dass er in der herbstlichen Abenddämmerung einen Igel gesehen habe: „Das ist ja unglaublich, welche ökologische Vielfalt es hier auf diesem kleinen Grundstück mitten in der Stadt gibt“

Die Mutter eines 8-jährigen Jungen, der wegen seiner Hyperaktivität (ADHS) in die Praxis kommt, ist jedes Mal fasziniert, wie ihr Sohn vor der Therapiestunde ruhig und entspannt die Bachquelle beobachtet. Minutenlang stehe er dann da und schaue „andächtig“ auf den Born, um sich anschließend „voll und ganz“ auf seine Therapie konzentrieren zu können.

Ein anderer Junge (6 Jahre) mit der Diagnose „Autismus“ kniet regelmäßig vor dem Teich, um nachzuzählen, ob sich die Wasserläufer schon wieder vermehrt hätten. Vor kurzem konnte er sogar eine Hornisse beim Trinken sowie eine Kohlmeise beim Baden beobachten.

Eine Patientin mit gärtnerischem Fachwissen: „Das ganze Jahr über zeigen sich in diesem kleinen Gartenparadies sehr unterschiedliche Situationen. Im Frühling recken die ersten Schneeglöckchen und zahlreiche Krokusse ihre Köpfe aus der Erde, Gräser wechseln sich mit reifbedecktem Salbei und anderen niedrigen Stauden ab. Bäume

und Sträucher harmonieren in ihrer Unterschiedlichkeit. Das ganze Jahr über blüht es an irgendeiner Stelle im Therapiegarten. Margeriten, Rosen, Phlox, Iris, Mohn und viele andere Blütenpflanzen wie Nachtkerzen und Storchschnabel ergeben mit Gräsern, bodendeckenden Stauden, Zwiebelgewächsen und Gehölzen ein Bild, das zu jeder Jahreszeit Harmonie und Schönheit ausstrahlt“

Dies sind nur einige Äußerungen von Besuchern unserer Praxis, die bestätigen, dass das gestalterische Gesamtkonzept der Gartenplanung voll aufgegangen ist:

Der Therapiegarten

- wirkt einladend und schön
- hat eine hohe Aufenthaltsqualität
- bietet einen klaren Kontrast zum unruhigen, städtisch geprägten Umfeld,
- dient einerseits der Beruhigung, andererseits auch der Anregung aller Sinne (hören, sehen, riechen, tasten)
- ist ökologisch vielfältig

Die ersten Anfänge des Therapiegartens entstanden schon vor mehr als 20 Jahren. Seitdem wird konsequent jede Möglichkeit genutzt, eine für die Öffentlichkeit zugängliche „Wohlfühl-Oase“ mitten in der Stadt entstehen zu lassen. Zu Beginn war die gesamte Fläche ein versiegelter Hof mit Garage und Parkplätzen, heute präsentiert sich zwischen dem 4-geschossigen Vorderhaus und dem Hinterhaus (in dem sich die Praxis befindet) ein durch Trockenmauern strukturierter Garten mit üppigen, vielfältigen, bunt blühenden, ökologisch wertvollen Stauden- und Gehölzpflanzungen nach dem Vorbild Karl Försters.

**WEITERE INFORMATIONEN:** in der beigefügten Datei (pdf) „Stichwortartige Zusammenfassung“