



Kleine Farm mit großer Wirkung

*Was als Präventionsprojekt begann, hat sich zu einem Treffpunkt von Bewohner:innen und Angehörigen entwickelt: Die „Kleine Farm“ bereichert Besuche und fördert den Austausch der Zugehörigen untereinander. Damit haben die AWO Senioren Dienste Niederrheing GmbH den **Aktivieren Preis 2023** gewonnen.*

Text: Antje Schwarz, Ringo Schoepke

Unser kleine Farm ist ein vom Verband der Ersatzkassen e.V. (vdek) in NRW gefördertes zweijähriges tier- und naturgestütztes Projekt zur Gesundheitsförderung und Prävention in der stationären Pflege. Ziel ist es, die Bewohnenden in den Bereichen Mobilität, gesunde Ernährung und psychosoziales Wohlbefinden durch gesundheitsfördernde Angebote im Garten und mit Tieren so zu fördern, dass diese im

Gesundheitsverhalten gestärkt und Erkrankungen entgegengewirkt wird. Auch Mitarbeitende und Angehörige sollen profitieren. Schon vor Projektstart war das Bewusstsein in den teilnehmenden AWO-Einrichtungen davon geprägt, dass der Aufenthalt in der Natur und der Umgang mit Tieren positiv auf Menschen wirkt. Bewohnende können ihr Haustier mitbringen. Es gab auch immer schon Aktionen mit Besuchshunden oder anderen Tierbe-

suchsdiensten sowie vorübergehend sogar Leihhühner. Es war immer berührend zu sehen, wie positiv Bewohnende auf Tiere reagieren, sei es über das reine Beobachten, Streicheln oder über weitere Angebote rund um das Tier. Es lag also auf der Hand, ein tier- und naturgestütztes Projekt in den AWO Seniorendiensten Niederrhein umzusetzen. Im ersten Projektjahr seit März 2022 wurden zunächst in allen beteiligten Einrichtungen die Grundlagen geschaffen. In der Piloteinrichtung im Wilhelm-Lantermann-Haus in Dinslaken zogen drei Hasen und fünf Hühner in den geschützten Garten ein, den „Farmgarten“; im Seniorenzentrum Altes Rathaus in Voerde Hühner und ein Bienenvolk. Die anderen beteiligten Seniorenzentren – Karl-Jarres-Straße in Duisburg, Stadt Kamp-Lintfort und Moers-Schwafheim – arbeiten tiergestützt mit Tierbesuchsdiensten. Aquarien zum Wohlbefinden und zur Entspannung und Gärten zum Gestalten gab es zudem in fast jeder Einrichtung.

Wie Tiere die Gesundheit fördern

Es gibt viele gemeinsame Aktivitäten, die sich um die Tiere drehen. So reinigen Bewohnende mit Unterstützung regelmäßig den Hasenstall. Dieses Angebot fördert die Mobilität und die Motorik, da sich die Teilnehmenden so bewegen, wie sie es sonst nicht tun. Es wirkt auch positiv auf das psychische Wohlbefinden, regt zum gemeinsamen Schwelgen in Erinnerungen an und fördert die Kognition und das soziale Miteinander. Nach getaner Arbeit laden Betreuungskräfte zu einer gemütlichen Runde ein, was das Gemeinschaftsgefühl weiter stärkt. Tiergestützte und bewegungsfördernde Angebote, die nicht den direkten Kontakt zum Tier beinhalten, sind etwa das Basteln von Beschäftigungsmaterialien oder Fragespiele über die Tiere. In Voerde, wo im Garten ein Bienenvolk wohnt, können die Bewohnenden unter Anleitung eines Imkers den Honig schleudern und verkosten.

Zudem haben die Projektmitarbeitenden, die Bewohnenden und die Angehörigen die Gärten in den fünf teilnehmenden Einrichtungen gemeinsam neugestaltet und bepflanzt. Es wird hauptsächlich mit Hochbeeten gearbeitet. In diese wird Gemüse gepflanzt, gemeinsam gehegt und gepflegt, bis es geerntet werden kann. In Kochangeboten entstehen gesunde Mahlzeiten, oder das geerntete Gemüse wie Tomaten, Gurken oder Radieschen wird beim „Farmerfrühstück“ verzehrt. Die Teilnehmenden tauschen sich bei allen Aktivitäten über die gesundheitsfördernden Wirkungen aus und erarbeiten sich gemeinsam gesundheitsförderndes Wissen. In einigen Häusern wurden Naschgärten angelegt, in denen sich die Bewohnenden bedienen können.

Die Angebote werden in Kleingruppen durchgeführt, begleitet von den Betreuungskräften der jeweiligen Einrichtungen. Sie motivieren die Bewohnenden zur

Teilnahme, begleiten sie dabei engmaschig und begeistern durch ihr persönliches Engagement für die Aktivitäten. In den Handlungsfeldern Bewegung, Ernährung und psychisches Wohlbefinden schulen Expertinnen die Betreuungskräfte und Bewohnenden. Sie erlangen Wissen zu den gesundheitsfördernden Maßnahmen, zu Bewegung und Mobilität, gesunder Ernährung und psychischer Gesundheit. Das neue Wissen können sie dann so später auch nach Projektabschluss in ihrer täglichen Arbeit mit den Bewohnenden einsetzen. So wirken die Fachkräfte nachhaltig als kompetente Ansprechpartner:innen für die Bewohnenden. Auch die Bewohnenden und Angehörigen beteiligen sich an der Konzepterstellung. Alle Beteiligten werden so zu Multiplikatoren des erarbeiteten Wissens.

Aktivitäten fördern Mobilität und Austausch

Rund um die Farm haben sich im Laufe der Zeit gesundheitsfördernde Angebote für alle Altersgruppen entwickelt. Neben dem Reinigen des Hasenstalls sind dies etwa gemeinsame Pflanzaktionen bei „Aktiv im Garten“ sowie „gesundes Kochen“. Dazu gehören Bastelaktionen rund um die Farm wie das Bauen von Nistkästen und Insektenhotels, Angebote mit Kräutern und Tee oder monatliche Farmerkonferenzen, in denen Bewohnende, Mitarbeitende und Angehörige partizipativ in das Projekt einbezogen, informiert und nach ihren Wünschen und Anregungen gefragt werden. Diese fließen kontinuierlich in den weiteren Verlauf des Projekts ein. Die Bewohnenden, aber auch die Angehörigen, können mitgestalten. Auch die Betreuungskräfte entwickeln mit ihren Ideen das Projekt stetig weiter.



Angehörige bringen ihre Wünsche in ein und fühlen sich als Teil des Projekts.

Mehr zum Thema

Lernen Sie auch die Gewinner der letzten Jahre kennen:

aktivieren.net/aktivieren-preis Im Januar startet die Ausschreibung für 2024. Das Thema diesmal: Wege zur individuellen Unterstützung für eine beziehungsstarke Demenzbetreuung.

Bewerbungsleitfaden anfordern: aktivierenpreis@vincentz.net

Besondere Höhepunkte sind eine Farmerolympiade oder ein „Trimm-dich-Pfad“, die den Spaß an Bewegung, Ernährung und Gemeinschaft fördern sollen. Die Bewohnenden besuchen den Garten auch selbstständig, um zu schauen, wie es den Tieren geht und wie das Gemüse wächst – und auch, um sich mal ein Radieschen oder eine Gurke als Snack mit aufs Zimmer zu nehmen. Gleiches gilt auch für die Angehörigen. Selbst bei schlechtem Wetter schauen sie nach dem Rechten. Ein Bewohner kümmert sich regelmäßig um seine Rosen, die früher im heimischen Garten standen und die sein Sohn im Farmgarten eingepflanzt hat. So können Menschen die Aktivitäten, die sie früher geliebt haben, auch im Seniorenzentrum weiterführen. Alle Angebote des Projekts sind gemäß des GKV-Leitfadens zur Gesundheitsförderung und Prävention als Förder-

Angehörige motivieren, einbeziehen, aktivieren am Beispiel „Unsere kleine Farm“

Motivieren

- Informationen über das Projekt durch Angehörigenabende
- Wünsche und Anregungen in das Projekt aufnehmen
- direkte Ansprache bezüglich der Übernahme von Aufgaben

Einbeziehen

- praktische Wissensvermittlung durch Expertinnen
- Begleitung durch Betreuungskräfte
- Wertschätzung zeigen und gemeinsam erarbeiten

Aktivieren

- Angebote schaffen, bei denen sich Angehörige wohlfühlen (Gartengruppe, themenbezogene Angehörigenabende)
- Anbieten ehrenamtlicher Tätigkeiten bei der Tierversorgung und im Garten
- Teilnahme am Steuerungsgremium
- Einbezug in Angebote durch die Mitarbeitenden der Betreuung
- Unterstützung bei Foto- und Videoaufnahmen
- Angebote zum gegenseitigen Kennenlernen und Austausch schaffen

grundlage vornehmlich an Bewohnende gerichtet, aber auch für Interessierte offen. Wer den Garten nicht aufsuchen kann, erhält Angebote auf den Etagen oder im Zimmer. Dazu gehören Tierbesuche oder das Riechen an frischen Kräutern aus dem Garten zur Sinnesanregung.

Im Winter und bei schlechtem Wetter steht in Dinslaken die Farmerstube für

Innenaktivitäten zur Verfügung – ein Betreuungsraum, der direkt an den Farmgaren angrenzt. Hier können die Kräuter aus dem Garten im Herbst zum Trocknen aufgehängt, Kuchen mit den Früchten aus dem Garten und erste Pflanzen vor Beginn des Frühjahrs vorgezogen werden. Das Fach- und Handlungswissen einer Physiotherapeutin, einer Ökotrophologin, einer Psychologin sowie einer Gartentherapeutin unterstützt das Projekt fachlich. Die Expertinnen versetzen die Betreuungskräfte in die Lage, die Angebote im Sinne der Projektziele durchzuführen. In Schulungen haben die Bewohnenden erfahren, wie sie sich am gesündesten bei Tätigkeiten im Garten bewegen oder zu den Tieren beim Füttern hinunterbeugen. Die Expertinnen entwickeln die Konzepte mit und stellen Wissen zu Übungen zur Verfügung, die die Bewohnenden selbstständig durchführen können. Auch unterstützen sie bei der Erstellung eines Handlungsleitfadens und Multiplikatorenkonzepts. So können andere Einrichtungen von den Erfahrungen der Projektzeit profitieren.

Besonderer Fokus auf die Angehörigen

Besonders wichtig ist es, die Angehörigen als Multiplikator:innen in das Projekt einzubeziehen. Angehörigenabenden vermitteln nicht nur den aktuellen Stand und die Planungen des Projekts. Sie dienen auch dem Austausch untereinander, um Anregungen, Kritik und Wünsche aufzunehmen und einzubeziehen. Die Angehörigen empfinden sich so als Teil des Projekts. Dies führt zu einer hohen Identifikation mit der Kleinen Farm und damit auch dem Haus. An diesen Abenden vermitteln die Expertinnen Wissen über gesundheitsfördernde Maßnahmen. So erfahren sie, welche gesundheitsfördernden Lebensmittel sie den Bewohnenden mitbringen können, oder was sie bei der Mobilität beachten sollen, wenn sie mit ihren Verwandten nach draußen gehen (etwa auf festes Schuhwerk achten). So fühlen sich die Angehörigen noch sicherer im Umgang mit den Bewohnenden. Weitere Unterstützung erhalten sie von Mitarbeitenden der Betreuung, die dafür extra geschult werden. Diese leiten zum Beispiel die Nutzung des Trimm-dich-Pfads an und informieren Angehörige, wie die einzelnen Übungen auszuführen sind.



Informationen zum angebauten Gemüse, wie hier dem Sellerie, liefern Anknüpfungspunkte für Gespräche und Aktivitäten.

Angehörige sind auch ehrenamtlich eingebunden. Einige helfen bei der Tierversorgung mit, andere pflegen den Garten. Aus einem Angehörigenabend heraus hat sich eine Gartengruppe gebildet, die sich mehrmals im Jahr zur Gartenpflege trifft. Die Idee zu dieser Gruppe kam von den Angehörigen selbst. Diese Gartennachmittage helfen den Angehörigen, sich näher kennenzulernen und auszutauschen. Ein kulinarisches Angebot aus gesunden Gerichten, Grillwürstchen und Getränken rundet dieses nicht selbstverständliche Engagement ab. Die Mitarbeitenden der Betreuung begleiten diese Nachmittage. Sie unterstützen praktisch, sind Ansprechpartner für die Angehörigen sind und bringen ihnen Wertschätzung entgegen. So entsteht ein sehr positiver Kontakt zwischen Angehörigen und Mitarbeitenden, die sich abseits des Einrichtungsalltags anders kennenlernen und durch die gemeinsamen Tätigkeiten zusätzliche Gesprächsthemen entwickeln, die verbinden.

In Gesprächen wird schnell deutlich, dass Angehörige die Kleine Farm als eine große Bereicherung ihrer Besuche empfinden. Sie haben einen Ort, den sie mit den Bewohnenden aufsuchen, an dem sie Tiere beobachten oder das Wachstum der Pflanzen verfolgen können. Von all dem profitiert auch die Beziehung zwischen Angehörigen und Bewohnenden, die durch die Kleine Farm andere Gesprächsthemen finden als beim Besuch auf den Zimmern. Gleichzeitig erleben sie die gesundheitsfördernde Wirkungen der frischen Luft und der Beschäftigung mit den Tieren. Durch den Aufenthalt in der Kleinen Farm begegnen sich Angehörige vermehrt. Diese Austauschmöglichkeit bietet den Rahmen fürs Kennenlernen und für Gespräche untereinander. Die Mitwirkung bei der Erstellung eines Videos über die Farm oder auch die Teilnahme am Steuerungsgremium des Projekts waren weitere



Das Säubern des Hasenstalls motiviert zu Bewegungen, die im Alltag der Bewohnerschaft sonst eher nicht anfallen.

Beteiligungsmöglichkeiten. Teils finden auch zum Mitmachen einladende Teestunden oder Werkangebote im Eingangsbereich des Seniorenzentrums statt, die Angehörige gern wahrnehmen.

Um die Auswirkungen der Maßnahmen auf die Beteiligten zu messen, evaluiert das Department für Pflegewissenschaft (DPW) der Hochschule für Gesundheit in Bochum das Projekt. Zum Austausch über dessen Verlauf und weitere Planungen finden regelmäßig Treffen zwischen den beteiligten Häusern und Akteur:innen statt.

Es zeigt sich, dass „Unsere kleine Farm“ eine große Bereicherung für die Menschen in den Einrichtungen und den angeschlossenen Quartieren ist und bei der Gesundheitsförderung und Prävention sowie in der sozialen Betreuung neue Wege geht. Die Farm hat sich sehr schnell in den Seniorenzentren etabliert und ist nicht mehr wegzudenken. Einigen bange Fragen, ob die Tiere nach Ende des Projekts wieder abgeschafft würden, konnten die Projektverantwortlichen schon positiv begegnen: Die Tiere haben dort für immer ein Zuhause gefunden. ●



Ringo Schoepke, Verband der Ersatzkassen e.V. (vdek), Landesvertretung Nordrhein-Westfalen, Referent Projektmanagement, ringo.schoepke@vdek.com



Antje Schwarz, Koordinatorin Sozialer Dienst, Diplom-Sozialarbeiterin, Projektkoordinatorin, AWO Seniorenzentrum Wilhelm-Lantermann-Haus, Dinslaken, Tel. (0 20 64) 60 70, Antje.Schwarz@awo-niederrhein.de