

## Therapiegärten in der Steiermark: Heilung durch Natur für alle Sinne!

Therapiegärten am LKH-Univ.-Klinikum Graz fördern Heilung und Mobilität für Senioren und Patienten mit Gehbehinderungen.



NACHRICHTEN AG

**Graz, Österreich** - In der Steiermark blühen die Therapiegärten: Die KAGes hat an mehreren Standorten neue Gärten geschaffen, die nicht nur eine Augenweide sind, sondern auch aktiv zur Genesung von Patientinnen und Patienten beitragen. Diese Gärten sind speziell für ältere Menschen und für jene, die beim Gehen eingeschränkt sind, konzipiert und ermöglichen das Training auf unterschiedlichen Bodenbelägen – sei es Asphalt, Rindenmulch oder Schotter. Der neue Therapiegarten an der erweiterten Stroke Unit des LKH-Universitätsklinikums Graz, der im vergangenen Jahr eröffnet wurde, setzt hier Maßstäbe.

Die barrierefreien Gärten sind mit unterfahrbaren Hochbeeten

ausgestattet und bieten den Patientinnen und Patienten die Möglichkeit, in einer natürlichen Umgebung zu trainieren. Derartige Gärten werden zunehmend als wichtige Erholungs- und Therapieräume anerkannt und unterstützen den Heilungsprozess erheblich. „Das Gehen auf verschiedenen Bodenbelägen stärkt nicht nur die Muskulatur, sondern trägt auch zur Verbesserung der Koordination bei“, erläutert ein Sprecher der KAGes und verweist auf die fachkundige Betreuung durch das Physiotherapie- und Ergotherapie-Team.

## **Das Gartenjahr 2025**

Das Jahr 2025 wird im Rahmen der KAGes als besonderes Gartenjahr gefeiert. Anlässlich des 40-jährigen Jubiläums werden 40 klimafitte Bäume an verschiedenen LKH-Standorten gepflanzt. „Diese Bäume sollen nicht nur Schatten spenden, sondern auch ein Gefühl von Heimat und Geborgenheit vermitteln“, sagt der verantwortliche Gartenplaner.

Aber was macht einen Therapiegarten genau aus? Wie die **RKW** betont, sollten diese Räume nicht nur barrierefrei sein, sondern auch ansprechend gestaltet werden, um den Bedürfnissen der Nutzer gerecht zu werden. Ein ruhiger Platz zum Verweilen und eine ansprechende Umgebung könnten die Erholung fördern und Stress abbauen – Aspekte, die angesichts der demografischen Herausforderungen heute mehr denn je von Bedeutung sind.

## **Vielfältige Nutzungsmöglichkeiten**

Therapiegärten sind nicht nur auf die Arbeit mit älteren Menschen begrenzt. Auch die **Klinik Hietzing** nutzt diese Konzepte seit 2020 mit großem Erfolg. Der dortige Garten, der zwischen zwei zentralen Gebäuden liegt, dient nicht nur der Therapie, sondern auch als Raum für Begegnungen und Vernetzungen. So können Patientinnen und Patienten teilhaben an der Pflege und Ernte von Kräutern und Gemüse, was deren Selbstvertrauen und soziale Kompetenzen stärkt.

Zusätzlich fördern verschiedene therapeutische Angebote wie Yoga oder die morgendliche Aktivierung im Garten die Genesung. Diese Art der Interaktion in der Natur hat nachweislich positive Auswirkungen auf die Gesundheit, was durch wissenschaftliche Studien gut belegt ist. Das zeigt sich auch in der verminderten Stressbelastung der Menschen, die Zeit im Freien verbringen.

Die intelligenten Gartenlösungen und die integrierte Therapie sind nicht nur ein Schritt towards Nachhaltigkeit, sondern sie bieten auch zahlreiche Vorteile für die Volksgesundheit. Denn wie Studien zeigen, können Therapieangebote im Freien zur Senkung von Gesundheitskosten beitragen und erhöhen gleichzeitig die Lebensqualität der Nutzer.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass die Therapiegärten nicht nur grüne Oasen der Ruhe darstellen, sondern auch einen wesentlichen Beitrag zur Heilung und zum Wohlbefinden leisten. Der Blick in die Zukunft und die Investitionen in solche Projekte werden sich als wertvoller Baustein in der Gesundheitsversorgung erweisen.

Details	
<b>Ort</b>	Graz, Österreich
<b>Quellen</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• <a href="http://www.kages.at">www.kages.at</a></li><li>• <a href="http://www.rkw-kompetenzzentrum.de">www.rkw-kompetenzzentrum.de</a></li><li>• <a href="http://klinik-hietzing.gesundheitsverbund.at">klinik-hietzing.gesundheitsverbund.at</a></li></ul>

**Besuchen Sie uns auf: [aktuelle-nachrichten.at](http://aktuelle-nachrichten.at)**