

Der Weg zur Grünen Stunde

Zeit



Kosten



Die Grüne Stunde im Tobias-Haus in Ahrensburg ist gut durchdacht: Geeignete Räumlichkeiten, in denen ungestört gewerkelt werden kann, eine hauswirtschaftliche Grundausstattung und jede Menge Pflanzenwissen seitens der Gartentherapeutin ermöglichen es den 12–15 Senioren, die aufregende Natur neu kennenzulernen. Jährliche Mehrkosten in Höhe von 400 Euro entstehen lediglich für Rohware, die nicht aus dem eigenen Garten stammt, und für ausgefallenes Arbeitsmaterial, wie es zum Beispiel für die Seifen- und Salbenherstellung gebraucht wird. Gut über die Runden kommen Sie mit folgenden Dingen:



Zutaten

- Gemüse- und Kräutergarten, Hochbeete oder Pflanzkübel und große Blumentöpfe
- Saatgut, vorgezogene Pflänzchen, Erde
- Gießkannen, Unkrauthacken, Scheren und weitere Gartenhelfer
- Schutzfolien/-hüte und Netze für sensible Gewächse
- Raum mit Tischen und Stühlen
- Herdplatten, Ofen, Koch- und Backgeschirr
- Einmachgläser, Flaschen, Dosen, Schüsseln
- Schneidbretter, Scheren, Pinsel, Bindedraht, Aufkleber zur Beschriftung

Notizen:

Lassen Sie Ihrer Fantasie freien Lauf, was die Auswahl an Gemüse, Obst und Kräutern angeht! Fragen Sie außerdem Ihre Senioren, was sie gerne anbauen, kochen, backen und herstellen möchten!



Vorab zu klären

Gibt es einen Hauptverantwortlichen? Wer plant die Grüne Stunde, wer führt sie durch?

Kann ab sofort mit der Pflege des Gartens und der Verarbeitung der Pflanzen gestartet werden oder müssten zunächst entsprechende Beete angelegt und bepflanzt werden?

Wer kümmert sich um die regelmäßige Bewirtschaftung des Gemüse- und Kräutergartens?

Gibt es ein zu verwendendes Budget für den Zukauf von Rohware, die nicht aus dem Garten stammt?

Soll vor Beginn der Grünen Stunde in Zusammenarbeit mit den Senioren festgelegt werden, was in Zukunft verarbeitet werden soll?

So vielfältig kann die Grüne Stunde sein:

Jana Morche empfiehlt, jede Einheit sorgfältig vorzubereiten, dabei saisonale Gegebenheiten zu beachten und die Fähigkeiten der Teilnehmer im Rahmen einzelner Arbeitsschritte zu berücksichtigen.

In der Grünen Stunde kann alles hergestellt werden, was in der Ideenfabrik durch die verantwortliche Betreuungskraft, Bewohner und Mitarbeiter ausgeklügelt wird. Jana Morche hat gute Erfahrungen gemacht mit: Marmelade, Kräuterkekse, kandierten Früchten, Erdkammersirup, Maronenmus, Apfelstrudel, Erdbeereis, Rosmarin-Lavendelseife oder Aloe-Vera-Gel. Es weckt nicht nur die Neugier der Teilnehmer, sondern auch die Begeisterung der restlichen Bewohner, wenn der Duft der Zutaten durchs Haus strömt. Stolz präsentieren die Senioren an-

Tipps

- Planen Sie jede Grüne Stunde einzeln – das Equipment und die Zutaten variieren stark, je nachdem, was zubereitet oder hergestellt werden soll!
- Bedenken Sie den regelmäßigen Einsatz für die Bewirtschaftung des Gemüse- und Kräutergartens. Die Grüne Stunde soll größtenteils mit eigens angebauten Pflanzen durchgeführt werden. Fragen Sie bei Bedarf auch im näheren Umfeld, ob Zutaten aufgrund einer zu großen Ernte kostenfrei zur Verfügung gestellt werden können!

schließend ihr Selbstgemachtes, lassen andere davon kosten und erzählen Geschichten von der just vergangenen Grünen Stunde.

Sobald das Konzept steht

Starten Sie die Grüne Stunde zum Beispiel mit der Aufzucht eigener Pflänzchen im Garten oder in Pflanzkübeln. Die Themen der Grünen Stunde sollten Sie den vorhandenen Gemüse-, Kräuter- und Obstsorten anpassen oder aber neue Pflanzen als Projekt anlegen. Jana Morche und ihre Senioren widmen sich gerade dem Erdnussanbau und sind gespannt, ob es eine Ernte geben wird. So zählt nicht immer nur das Ergebnis in Form von Ess- und Nutzbarem, sondern manchmal auch einfach nur die Beschäftigung. Getreu dem Motto: Der Weg ist das Ziel!

Expertenmeinung:

„Mit ein bisschen Kreativität sind der Grünen Stunde – und was sich daraus ergibt – keine Grenzen gesetzt. Aus unserer Erdbeereisherstellung hat sich zum Beispiel im hausinternen Café die Atmosphäre einer kleinen Eisdielen entwickelt – das führte zu einem regen und freudigen Treiben im Tobias-Haus. Wundervoll ist auch die Gruppendynamik, die während einer Einheit entsteht. Jede Einrichtung, die neu mit der Grünen Stunde beginnt, wird erstaunt sein, was für Ressourcen in ihren Senioren stecken.“
Jana Morche, Gartentherapeutin, Tobias-Haus Ahrensburg

