

Hochbeet

Menschen mit einer Beeinträchtigung haben das Bedürfnis nach Erlebnissen, erfahrbaren Erfolgen und der Auseinandersetzung mit den eigenen Grenzen. Intensive Naturerfahrungen und erlebnisorientiertes Lernen ermöglichen es, vorhandene Potenziale zu eröffnen und zu stärken.

Was aber genau ist nun ein Gartenhochbeet?



Das Hochbeet ist wie eine kleine Intensivkultur. Auf derselben Fläche kann mehrmals im Jahr angesät und geerntet werden wie in einem normalen Gemüsegarten. Um einen optimalen Ertrag erzielen zu können, benötigt das Hochbeet ein Substrat. Dieses reguliert die Wasseraufnahme, Verdunstung und Versorgung mit Nährstoffen.

Ein Hochbeet ermöglicht ergonomisches Arbeiten und ist vorzüglich für Rollstuhlfahrer geeignet. Die vielseitigen Möglichkeiten des Pflanzungsprozesses ermöglichen es, über den Tast-, Riech-, Geschmacks- und Sehsinn neue Erfahrungen zu machen. Die fokussierte Sinneswahrnehmung kann bei vielen Menschen mit einer Beeinträchtigung frühere Erinnerungen und Vorlieben hervorrufen. Dies wiederum kann fördernd für die Weiterentwicklung und Erhaltung des körperlichen, motorischen, kognitiven und emotionalen Zustands sein und das Wohlbefinden der Betroffenen steigern.

Der Ernteertrag des Hochbeets kann vielseitig weiterverarbeitet werden: Tee, Konfitüren, Dörrobst oder ein Mittagsmenü mit selbst angepflanztem Gemüse. Dieser weiterführende Prozess ist eine Abwechslung und der Betreute ist in verschiedene kreative Stationen eingebunden. Die Arbeiten am Hochbeet ermöglichen das Erleben und Beobachten von Natur, Pflanzen, Insekten und Farben, wodurch die Lebensqualität der Betreuten intensiviert wird und neue Inspirationen entstehen. Diese miteinander teilen zu können, stärkt den Gruppenzusammenhalt und wenn das selbst Gepflanzte gemeinsam genossen wird, schmeckt es umso besser.