

Der Garten im Alter - Lebenslust statt Alltagsfrust

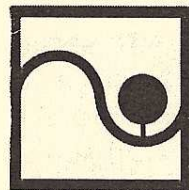
Tipps für die altersgerechte
Umgestaltung oder Neuanlage
eines Gartens

Kuenzlen & Samtlebe

Garten- und Landschaftsbau GmbH
Molkereistr. 65 / 30826 Garbsen

05131/54932 Fax 52055
internet: kuenzlen-samtlebe.de

Ihr Experte für
Garten & Landschaft



Mein Garten - Ein Ort voller Lebensfreude



Viele Menschen sehen ihren Garten mit zunehmendem Alter immer mehr als Belastung an und vergessen dabei ganz, wieviel Freude ein Garten bereiten kann und welche außerordentliche Bereicherung des Alltags er darstellt, gerade wenn der alltägliche Bewegungsradius durch körperliche oder auch geistige Einschränkungen zunehmend verkleinert wird.

Damit Sie die Freude am Garten nicht verlieren, sollten Sie rechtzeitig und Schritt für Schritt den Garten altersgerecht gestalten. Die Umgestaltung unterliegt zwei wesentlichen Gesichtspunkten,:

- **Reduzierung des Pflegeaufwandes**
- **altersgerechte Anpassung der Baulichkeiten**

Pflege

Wenn Ihre eigene Einsatzfähigkeit im Garten allmählich nachläßt, haben sie zwei Möglichkeiten:

1. **Sie besorgen sich professionelle Hilfe, die in einer Ganz-Jahrespflege Ihre Arbeit übernimmt.**

Dabei sind wir Ihnen gerne behilflich. Wir haben hervorragend ausgebildete Landschaftsbau-Facharbeiter-(innen) für Pflegearbeiten aller Art:

- Gehölz- und Heckenschnitt
- Baumfällungen und Baumschnitt (mit Klettertechnik)
- Pflege von Staudenflächen
- Rasenpflege
- Winterdienst

2. **Sie reduzieren den Pflegeaufwand.**

Durch geschickte Um- und Neupflanzungen werden Pflanz- und Pflasterflächen so angelegt, dass Sie nur für besondere Arbeiten z.B. für den Frühjahrsputz und die Herbstpflege auf Fremdhilfe angewiesen sind.

Unser Team von Diplom Ingenieuren der Landespflege und Landschaftsarchitektur

- erstellt Bestandspläne
- entwickelt Um- und Neupflanzungsvorschläge
- erstellt Pflegekonzepte
- führt die Arbeiten zusammen mit unseren eigenen Facharbeitern aus
- berät und unterstützt Sie bei allen Pflegearbeiten

„Pflegeleicht“ heisst nicht „langweilig“. „Pflegeleicht“ sind z.B. auch die neuen, von der Schweizer Hochschule Wädenswil entwickelten Stauden-Kompositionen, die bei minimalem Pflegeaufwand viel Farbe in den Garten bringen. Sie haben die Wahl zwischen „Sommernachtstraum“, „Silbersommer“, „Indian Summer“ und „Pink Paradise“.

Unsere als „Staudenprofi“ ausgezeichneten Mitarbeiter sorgen für eine optimale Anlage.

Mit reicher Gehölzauswahl, bunter Rosenvielfalt und mehr als 3000 verschiedener Stauden- und Gräserarten schaffen wir blühende Landschaften mit jahreszeitlichen Schwerpunkten.



Altersgerechte Umgestaltung der Baulichkeiten

1. **Barrierefreie Wege und Plätze**

Verzichten sie auf unnötige Höhensprünge. Plätze und Wege sollten auf einer Ebene angelegt werden, um Stolperfallen zu vermeiden. Ist dies aufgrund der örtlichen Gegebenheiten nicht möglich ist das Wichtigste eine ...

2. **Sichere Ausführung von Treppen und Rampen**

- **Rampen** sind nur anzulegen, wenn ein Rollstuhlfahrer im Haushalt lebt. Eine bequem allein zu bewältigende Rampe darf nicht mehr als 5% Gefälle aufweisen. Rampen sind unbedingt mit einer Treppenanlage zu begleiten, da sie bei einer Gehbehinderung deutlich schlechter zu bewältigen sind als Treppen.

- **Treppen** sind unter dem Sicherheitsfaktor zu betrachten.

- Die Stufenhöhe sollte nicht über 15 cm betragen.

- Die Auftrittstiefe darf nicht unter 33 cm liegen, so daß beide Füße sicher abgesetzt werden können, ehe man den nächsten Schritt macht.

- Ein einseitiger Handlauf erhöht Sicherheit und Bequemlichkeit.

- Eine gute Ausleuchtung der Treppenanlage ist unbedingt erforderlich.

3. **Trittfeste und ebene Oberflächen**

Bei der Auswahl der Materialien sollte rechtzeitig bedacht werden, daß Trittsicherheit und Sehvermögen mit dem Alter nachlassen.

- **Ebene Oberflächen** erleichtern das sichere Gehen. Als Materialien eignen sich gesägte Natursteinplatten, Klinker (nicht glasiert und ohne Fase) oder auch Betonwerksteinplatten.

- **Trittsicherheit hat Priorität vor Pflegeleichtigkeit.** Die Plattenmaterialien sollten keine Oberflächenversiegelung aufweisen, die dazu führt, dass sie bei Feuchtigkeit glatt und rutschig werden. Viele Plattenhersteller arbeiten mit Symbolen. Eine Platte für einen altersgerechten Garten muss „3 Stiefel“ aufweisen, das bedeutet trittsicher.

- **Holz** sollte nicht in regelmäßig begangenen Bereichen eingesetzt werden, da auch die modernen Riffelbohlen bei Nässe rutschig werden. Ein Holzdeck in der Funktion einer Sonnenterrasse kann in den Garten integriert werden. Die tragende Konstruktion ist aufzuständern, um ein schnelles Abtrocknen der Hölzer zu gewährleisten.

4. **Ausreichende Dimensionierung der Wegeflächen**

- Eine **bequeme Wegebreite** beträgt 1m, damit über die Ränder wachsende Stauden und/oder Gehölze nicht zur Stolperfalle werden. Zudem sind gehbehinderte Familienmitglieder oft auf den Einsatz einer Gehhilfe angewiesen, die zusätzlichen Bewegungsraum verlangt.

- **Trittplattenwege** sind ungeeignet, da Schrittmaß und Schritthöhe mit dem Alter immer kleiner werden. Kies oder Pflanzenwuchs zwischen den Platten machen das Gehen unbequem.

5. **Wege mit wassergebundener Decke**

Eine kornabgestufte, wassergebundene Decke mit einem leichten Splittüberwurf ist eine preiswerte Möglichkeit, sichere Wege im Garten anzulegen. Die Altersforschung hat

ergeben, dass die Sicherheit bei dieser Art des Wegebelages am höchsten ist: Stürze führen viel weniger zu Knochenbrüchen als auf harten Belägen.

6. Wegeverlauf

- Regelmäßig genutzte Sitzplätze sollten auf kurzen Wegen zu erreichen sein.
- Ein geschwungener Wegeverlauf ist für Rollstuhlfahrer geeigneter.
- Ein Rundweg durch den Garten mit Sitzmöglichkeiten erhöht die Erlebbarkeit und ist erforderlich, wenn ein Haushaltsmitglied unter Altersdemenz leidet. Hierfür, wie auch bei Sehbehinderung kann ein einseitig montierter Handlauf eine zusätzliche Orientierungs- und Gehhilfe bilden.

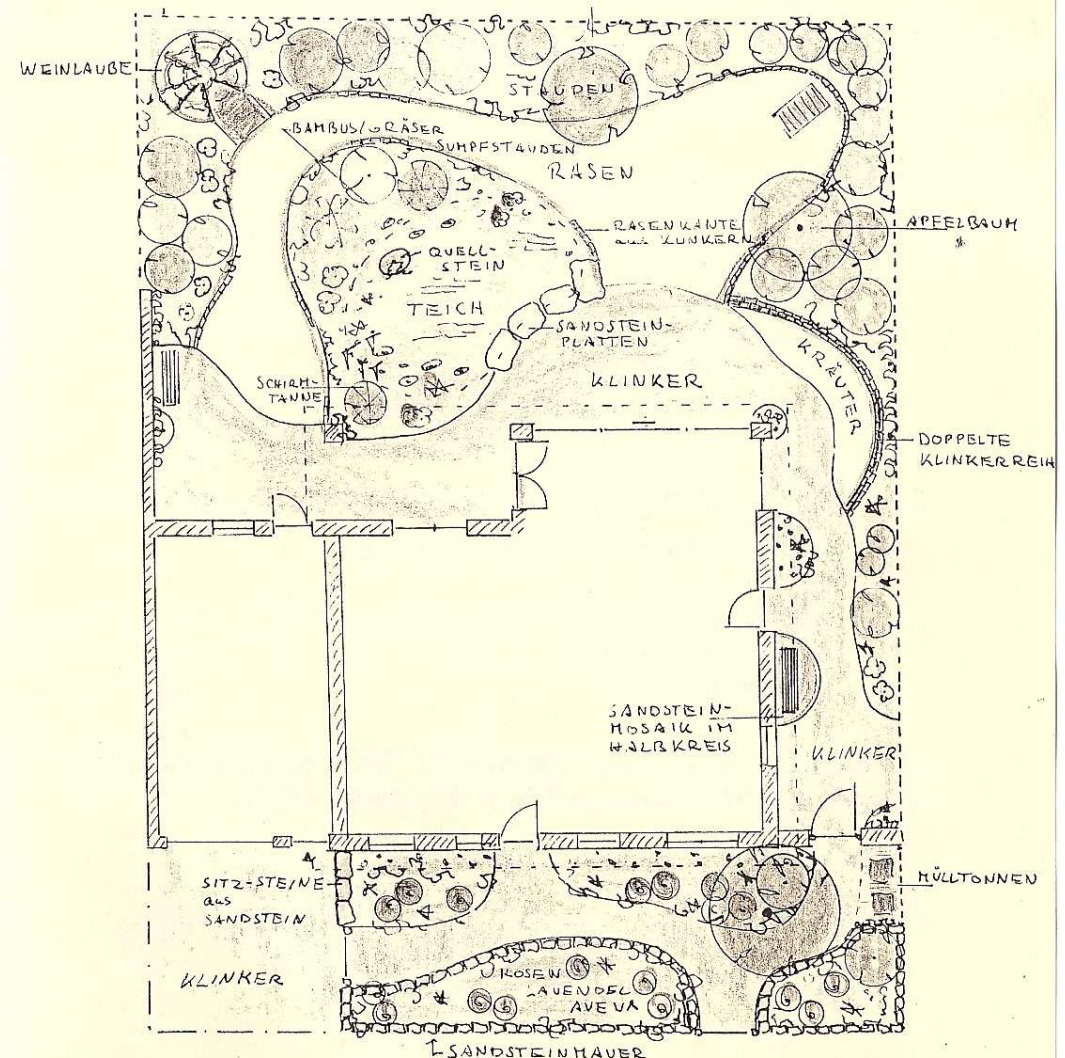
7. „Bequeme“ Ausstattungselemente

- Diverse Hersteller haben altersgerechte Bänke im Sortiment. Diese weisen eine geringere Sitztiefe und eine größere Sitzhöhe auf.
- Für Hobbyköche lohnt sich die Anlage allseitig zugänglicher Kräuter-Hochbeete in Tischhöhe.
- Beerenobst auf Hochstamm ist leicht zu ernten. Auch die Anlage von Spalierobst garantiert eine bessere Erreichbarkeit. Der Einsatz von Leitern birgt dagegen ein unnötiges Sicherheitsrisiko.

Abbildung rechts:

Ein Beispiel für einen Erlebnispark unter besonderen Voraussetzungen: Ein Familienmitglied ist bereits gehbehindert und rechnet damit in absehbarer Zeit im Rollstuhl zu sitzen.

Alle Wege sind sanft geschwungen und von bequemer Breite. Zahlreiche kleinere Sitzplätze ermöglichen eine optimale Erlebbarkeit. Teich und Wasserspiel bilden das Zentrum und sind auch vom Haus aus einsehbar. Alle Pflanzflächen werden flächendeckend bepflanzt. In den hausnahen Flächen liegt der Schwerpunkt im Frühjahr und Herbst. Wenn der Rollstuhl erforderlich wird, kann die kleine Rasenfläche aufgelöst werden. Sie weicht dann einem sanft geschwungenen Klinkerweg, der in eine Stauden-Systempflanzung eingebettet wird. Aufgrund der vollsonnigen Situation bieten sich die „Sonnentänzer“ oder der „Sommernachtstraum“ an.



Wenn Sie fachmännische Hilfe benötigen, rufen Sie uns an.

Die Firma Kuenzlen & Samtlebe ist seit 1977 in Garbsen ansässig und weist eine besondere Kompetenz bei der Planung, Ausführung und Umgestaltung von privaten Hausgärten auf .

Unser Team umfasst Dipl.Ingenieure der Garten- und Landschaftsarchitektur, Gartentechniker, Meister, Landschaftsbau-Facharbeiter und -Auszubildende. Damit garantieren wir in jeder Bauphase eine optimale Beratung und fachgerechte Ausführung.

Wir planen und führen aus:

- **Wege und Terrassen**
- **Natur- und Kunststeinarbeiten**
- **Pflasterarbeiten**
- **Teich- und Bachlaufbau,**
Wasserspiele und Schwimmteiche
- **Pflanz- und Pflegearbeiten**
- **Rasenansaat**
- **Pergolen**
- **Carportanlagen und Gerätehäuser**
- **Holzzäune**
- **Stabmattenzäune**
- **Dachbegrünungen**
- **Baumfällungen**

Ein besonderer Service: **der Gartencoach**. Wir liefern Materialien, organisieren den Bauablauf und leisten Hilfe zur Selbsthilfe.

Copyright

Kuenzlen & Samtlebe