Das Projekt „Sinneshochbeet“

(Marion Lange und Carmen Ellermann)

Die Idee:

→ Ein Hochbeet im Park Neuenkirchen unter dem Thema „Sinnesgarten“
→ ca. 2m x 1m x 0,70m
→ Material: Holzbretter, Pfähle bzw. Holzbohlen
Hasendraht als Schutz vor Nagern durch den Boden
Folie zum Auskleiden
Pflastersteine als Rasenkante
Schrauben, großer Tacker
Befüllung der Beete: Reisig, grobes Schnittmaterial, Kompost,
- Grassoden, Mutterboden

Pflanzenbeispiele Therapie- Hochbeete

Kräuter

- Origanum vulgare, Oregano, Staude
- Salvia officinalis, Küchensalbei, Staude
- Lavandula angustifolia, Lavendel, Staude
- Mentha spicata, Minze, Staude
- Petroselinum crispum, Petersilie, einjährig
- Ocimum basilicum purparescens, Roter Basilikum, einjährig
- Allium schoenophrasum, Schnittlauch, mehrjährig

Farbauffällige Pflanzen

- Calendula officinalis, Ringelblume, ein-mehrjährig, gelb-orange
- Solanum annuum ´Teddy Bear`, niedrige Sonnenblume, einjährig, gelb
- Tropaeolum majus, Kapuzinerkresse, einjährig, gelb-orange
- Tagetes patula, Studentenblume, einjährig, gelb-orange

Gemüse

- Lactuca sativa, Salat, einjährig,
- Brassica oleracea, Kohlrabi, einjährig
- Beta vulgaris var.cicla, Mangold, einjährig, rote Sorte
- Beta vulgaris var. vulgaris, Rote Bete, einjährig

- Frühjahrsblüher als Lückenfüller und Farbtupfer

Mögliche Bepflanzung:

(Quelle: unbekannt)

Warum ein Hochbeet?

Der Umweltfaktor:

- → Insektenfreundliche Flächen sind in Neuenkirchen im öffentlichen Bereich kaum vorhanden, daher sollen Kräuter und andere Pflanzen im Hochbeet einen Ort für diese schaffen.
- → Auch andere Tiere (vor allem Vögel) finden dort Nahrung in Form von Insekten oder Samen.

Der soziale Faktor (ein Sinnesbeet):

- → Die Pflanzen werden so ausgewählt, dass durch Duft und Farbe verschiedene Sinne (sehen, riechen, fühlen) angeregt werden. Dies soll vor allem Kinder und ältere Menschen (z.B. auch Demenzkranke) aktivieren.
- → Sinnesbeete bieten Konzentrationsförderung und Stressreduktion für jeden Menschen und laden zu einer kleinen Auszeit im Park ein.
- → Kommunikation: Die Pflanzen und Kräuter sollen zum Gespräch anregen. Hierbei können zum Beispiel Erinnerungen geteilt werden oder Lernprozesse (insbesondere bei Kindern) angeregt werden (Beispielsweise:
  - „Fühl mal, die Blätter sind ganz weich."
  - „Das riecht wie Pizza."
  - „Das haben wir früher immer in die Suppe getan."
  - „Hörst du die Biene summen?"
  - Usw.)

Ausblick

- → Bei Bewährung des Beetes ist eine Ausweitung auf andere Teile des Ortes möglich (u. a. Dorfplatz, Rathaus…)
- → Das Sinnesbeet selbst kann zum Beispiel durch weiteres Material ausgestattet werden (Holzstücke, Steine, Kastanien, Tannenzapfen…)
- → Infotafel mit Wissenswertem über wechselnde Pflanzen sowie Gesprächs- und Betrachtungsanregungen.