

## Gärten

### für Menschen in Krisensituationen

*Bernadette Winder*

bernadette.winder73@gmail.com

Die Arbeit im Gemüse- oder auch Kräutergarten mit Menschen, die an einer psychischen Erkrankung leiden, stellt eine wertvolle Bereicherung zu ihrer Genesung dar. Der Garten bietet nicht nur Raum für körperliche Betätigung, sondern trägt auch wissenschaftlich belegt zur Förderung des seelischen Wohlbefindens bei. Diese positiven Effekte zeigen sich in der gemeinsamen Arbeit, diese stärkt das Gefühl der Gemeinschaft, fördert Achtsamkeit und wirkt heilend auf körperlicher und seelischer Ebene.



ZUKUNFT GARTEN

