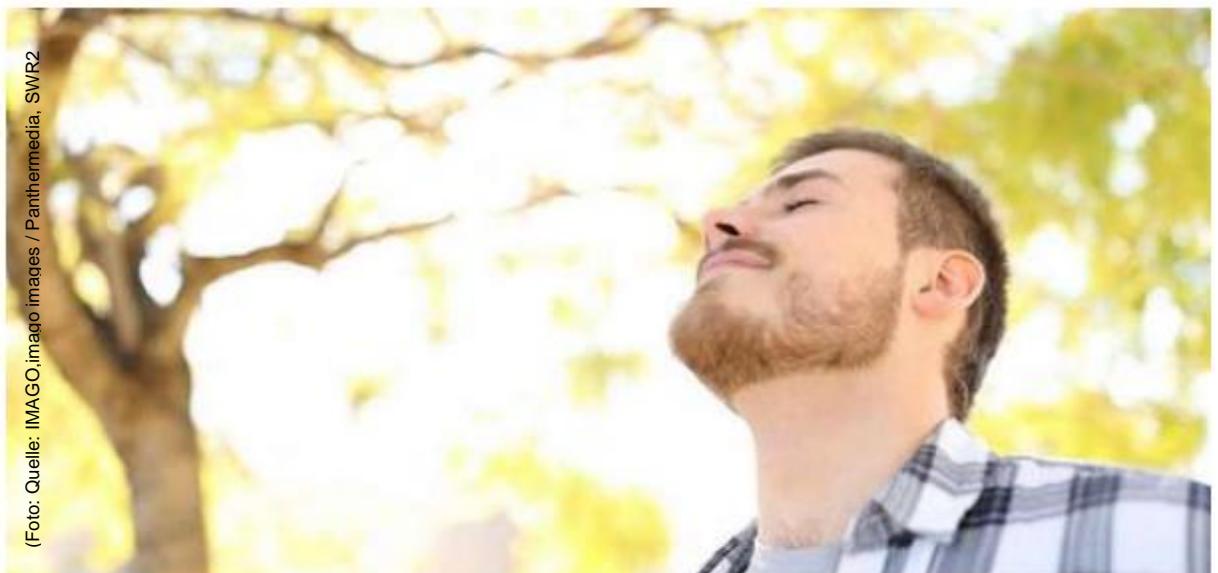




Potentialentfaltungsstudie

# Gesunde Parks und Gärten



(Foto: Quelle: IMAGO, imago images / Panthermedia, SWR2)

## Abschlussbericht

Gefördert und fachlich begleitet



Niedersächsisches Ministerium  
für Ernährung, Landwirtschaft  
und Verbraucherschutz

*Neun Zehntel unseres Glücks  
beruhen allein auf der Gesundheit.*

Arthur Schopenhauer

# Potentialentwicklungsstudie Gesunde Parks und Gärten

## Abschlussbericht

### **Auftraggeber:**

LandPark Lauenbrück gGmbH  
Wildpark 1, 27389 Lauenbrück

[www.landpark.de](http://www.landpark.de)

### **Auftragnehmer:**

Arbeitsgemeinschaft  
pro-t-in GmbH  
Planungsgruppe Stadtlandschaft  
freiraumforum schoelkopf

### **Bearbeitungszeitraum:**

April 2020 – Juni 2022

*Lingen/Hannover, 07. November 2022*



# Inhalt

<b>1</b>	<b>EINLEITUNG.....</b>	<b>10</b>
1.1	Aufgabenstellung.....	10
1.2	Methodik .....	11
1.2.1	Wissensbasis .....	12
1.2.2	Lokale Ebene LandPark Lauenbrück .....	13
1.2.3	Regionale Ebene GesundRegion Wümme-Wieste-Niederung .....	14
1.2.4	Ebene Land Niedersachsen und Gartenhorizonte .....	14
1.3	Projektstruktur, Akteure, Gremien und Symposium .....	14
1.3.1	Akteure und Gremien .....	14
1.3.2	Symposium.....	15
1.4	Zielgruppen der Studie .....	16
<b>2</b>	<b>WISSENSBASIS .....</b>	<b>18</b>
2.1	Wissensstand zu gesundheitsfördernden Wirkungen von Parks und Gärten .....	18
2.1.1	Historischer Überblick .....	18
2.1.2	Auswertung von Studien .....	21
2.1.3	Forschungsergebnisse zu Wirkmechanismen .....	25
2.1.3.1	Gesundheitsschützende Wirkung.....	25
2.1.3.2	Gesundheitsfördernde Wirkung.....	26
2.1.3.3	Weitere Wirkmechanismen .....	28
2.1.3.4	Wirkungen von Gartenarbeit .....	29
2.1.4	Zusammenfassung.....	31
2.2	Projektleitende Ansätze, Gedanken und konzeptionelle Eingrenzungen .....	32
2.2.1	Gesundheit.....	32
2.2.2	Abgrenzung „Parks und Gärten“ – „Natur“ .....	33
2.2.3	Bezug zu den BNE Nachhaltigkeitszielen.....	34
2.2.4	Gärten im ländlichen Raum.....	36
2.2.5	Gesundheitsfördernde Parktypen .....	38
2.2.6	Ökonomische Bedeutung von Gesundheit .....	39
2.2.7	Gesundheit und Tourismus .....	40
2.2.8	Gesundheit als Aspekt in der Entwicklung, Vernetzung und Vermittlung von Parks und Gärten	
	42	

<b>2.3 Symposium Gesunde Parks und Gärten als Übergang von Wissensbasis zu Praxisbezug .....</b>	<b>46</b>
<b>3 GESUNDHEITSFÖRDERNDE CLUSTER UND ERSTE ANSÄTZE ZU DEREN KOMMUNIKATION .....</b>	<b>49</b>
<b>3.1 Bedeutung der Cluster innerhalb der Studie .....</b>	<b>49</b>
3.1.1 Eingrenzung „Cluster“ .....	49
3.1.2 Ziele und Kriterien zur Clusterung und zur Anwendung .....	49
3.1.3 Querschnittsorientierte Ansätze zur gesundheitsfördernden Wirkung von Parks und Gärten	50
<b>3.2 Sieben Cluster zur gesundheitsfördernden Wirkung von Parks und Gärten .....</b>	<b>52</b>
3.2.1 Cluster 1: Parks und Gärten für gesunde Ernährung und Gartenarbeit .....	52
3.2.2 Cluster 2: Parks und Gärten für die gesunde Entwicklung von Kindern und Jugendlichen..	54
3.2.3 Cluster 3: Parks und Gärten für Gesundheit durch Therapie und Pflege .....	57
3.2.4 Cluster 4: Parks und Gärten für Gesundheit durch Bewegung im Freien.....	59
3.2.5 Cluster 5: Parks und Gärten für Gesundheit durch Entspannung, Entschleunigung und Einkehr .....	62
3.2.6 Cluster 6: Parks und Gärten als gesundheitsschützende grüne Infrastruktur .....	64
3.2.7 Cluster 7: Vernetzungsstrukturen für gesundheitsfördernde Parks und Gärten .....	66
<b>3.3 Externe Kommunikation der Cluster.....</b>	<b>68</b>
3.3.1 Kommunikationskonzept .....	68
3.3.2 Interaktive Vermittlung der gesundheitsfördernden Parks und Gärten im Internet.....	70
<b>4 ERFASSUNG UND ANALYSE DES GESUNDHEITSFÖRDERNDEN POTENTIALS IN NIEDERSACHSEN .....</b>	<b>71</b>
<b>4.1 Erfassung.....</b>	<b>71</b>
4.1.1 Zielsetzung und Vorgehensweise zur Erfassung und Bewertung der gesundheitsfördernden Parks und Gärten .....	71
4.1.2 Matrix zur Erfassung der gesundheitsfördernden Parks und Gärten in Niedersachsen.....	72
<b>4.2 Analyse auf lokaler Ebene „LandPark Lauenbrück“.....</b>	<b>73</b>
4.2.1 Erfassung und Bewertung des LandParks unter Aspekten der gesundheitsfördernden Wirkung .....	75
4.2.2 Teilnehmende Beobachtung im LandPark Lauenbrück.....	77
4.2.3 Auswertung der permanenten Befragung der Besucher:innen.....	79
4.2.4 Vor-Ort-Interviews mit den Besucher:innen .....	84
4.2.5 LandFrüchte als potentielles Laborprojekt im LandPark Lauenbrück.....	88
4.2.6 Zusammenfassung LandPark Lauenbrück .....	89

<b>4.3</b>	<b>Analyse auf regionaler Ebene „GesundRegion“ .....</b>	<b>90</b>
4.3.1	Ziele, Akteure und Aktivitäten in der GesundRegion Wümme-Wieste-Niederung .....	90
4.3.2	Erfassung von Parks und Gärten in der GesundRegion Wümme-Wieste-Niederung .....	95
4.3.3	Bedeutung für den Tourismus auf regionaler Ebene und Übertragbarkeit auf die Landesebene	
	96	
<b>4.4</b>	<b>Analyse auf der Ebene „Land Niedersachsen“ und „Gartenhorizonte“ .....</b>	<b>97</b>
4.4.1	Gartenkulturelle Initiativen und deren Bezug zur gesundheitsfördernden Wirkung von Parks und Gärten in Niedersachsen .....	97
4.4.2	Landesinitiative Gartenhorizonte und ihr Bezug zur Gesundheitsförderung durch Parks und Gärten .....	101
4.4.3	Gesundheitsfördernde Parks und Gärten im Land Niedersachsen .....	103
4.4.4	Gesundheitsfördernde Wirkung ausgewählter Parks.....	104
<b>5</b>	<b>LEITBILD UND ZIELE ZUR AKTIVIERUNG DES GESUNDHEITSFÖRDERNDEN POTENTIALS.....</b>	<b>107</b>
<b>6</b>	<b>ZIELGRUPPENSPEZIFISCHE HANDLUNGSEMPFEHLUNGEN .....</b>	<b>108</b>
6.1	Ausrichtung der Handlungsempfehlungen .....	108
6.2	Definition der Aufgabenfelder .....	109
6.3	Empfehlungen für Garten- und Parkbetreiber:innen.....	110
6.4	Empfehlungen für Gesundheitsanbieter:innen .....	123
6.5	Politik.....	127
6.6	Verwaltung .....	132
6.7	Wirtschaft.....	138
6.8	Wissenschaft, Forschungs- und Lehreinrichtungen.....	142
6.9	Bürgerschaftliches Engagement.....	146
6.10	Netzwerk Gartenhorizonte.....	153
6.11	7-Punkte-Plan der studienbezogenen Handlungsempfehlungen .....	160
<b>7</b>	<b>EMPFEHLUNGEN FÜR DEN PILOTSTANDORT LANDPARK LAUENBRÜCK .</b>	<b>161</b>
7.1	Ausrichtung zukünftiger Aktivitäten des Pilotstandorts LandPark Lauenbrück .....	161
7.2	<b>Laborprojekt LandFrüchte .....</b>	<b>166</b>
7.2.1	Entwicklung des Ansatzes LandFrüchte .....	166
7.2.2	Förderprojekt ZILE .....	168

7.2.3	Exemplarische Entwicklung eines Förderkonzeptes für das Cluster Parks und Gärten für gesunde Ernährung und Gartenarbeit.....	169
<b>8</b>	<b>FÖRDERMITTEL.....</b>	<b>176</b>
8.1	<b>Leitfaden zur Entwicklung von Förderprojekten .....</b>	<b>176</b>
8.2	<b>Potentielle Förderprogramme.....</b>	<b>179</b>
<b>9</b>	<b>ZUSAMMENFASSUNG UND AUSBLICK.....</b>	<b>182</b>
<b>10</b>	<b>QUELLENVERZEICHNIS.....</b>	<b>185</b>
10.1	<b>Literatur.....</b>	<b>185</b>
10.2	<b>Gesetze, Verordnungen und Normen .....</b>	<b>193</b>
10.3	<b>Internetseiten und Newsletter.....</b>	<b>193</b>
<b>11</b>	<b>ABBILDUNGS- UND TABELLENVERZEICHNIS .....</b>	<b>198</b>



# 1 Einleitung

## 1.1 Aufgabenstellung

Volkskrankheiten haben in den letzten Jahrzehnten zivilisationsbedingt drastisch zugenommen. Gärten und Parks sind Orte, die einen gesünderen Lebenswandel fördern. Sie blicken auf eine lange Tradition von den Heilpflanzengärten im Mittelalter über die frühen Gesundbrunnen des Barocks oder die Volksgärten der beginnenden Industrialisierung bis hin zu den heutigen Therapiegärten oder Green Gyms zurück. Die therapeutische, gesundheitsfördernde und präventive Wirkung von Gärten und Parks auf verschiedene Krankheitsbilder wie Suchterkrankungen und Burnouts, aber ebenso auf Rehabilitationen, auf Nachsorgepatienten oder körperlich wie geistig behinderte Menschen und viele andere mehr, werden durch vielfältige Untersuchungen bestätigt<sup>1</sup>. Der Aufenthalt „im Grünen“, das Erleben von Pflanzen, Bäumen und Sträuchern, Wiesen und Blühstreifen mit ihrer spezifischen Tierwelt fördert die leibliche Gesundheit<sup>2</sup> und gewinnt in der öffentlichen Gesundheitspflege an Bedeutung. Gemessen an ihrem Beitrag zur Gesunderhaltung und Heilungsunterstützung werden Gärten und Parks mit ihren Anforderungen an einen qualifizierten Gartenbau trotz dieser Erkenntnisse in der medizinischen Therapie und in der Gesundheitspflege noch nicht ausreichend wahrgenommen. Die Deutsche Gartenbau-Gesellschaft von 1822 e.V. geht davon aus, dass diese Wirkungsunterschätzung vor allem an zu wenigen garten- und parkbasierten Untersuchungsergebnissen liege<sup>3</sup>. Eine Vision, die auf dem Kongress Garten und Medizin im Jahr 2017 formuliert wurde, war die konkrete Untersuchung des Themas in einer Modellregion oder einem Modellprojekt.

Mit der vorliegenden Potentialentfaltungsstudie Gesunde Parks und Gärten werden nun die Potentiale und Wirkungen von Gesundheitsaspekten zur zukünftigen Gestaltung von Parks und Gärten am Beispiel des LandPark Lauenbrück analysiert und entwickelt. Dieses Potential muss weiter erschlossen und den Menschen und Betreibern nähergebracht werden. Es gilt, Angebote und Räume dementsprechend zeit- und bedarfsgerecht auszugestalten sowie für alle Bevölkerungsgruppen zugänglich zu machen. Zur Erhöhung und Sicherung der Aussagewerte und Konkretisierung der Ergebnisse dient der LandPark Lauenbrück in dem Bezugsraum GesundRegion Wümme-Wieste-Niederung hierfür als Beispiel. Übergeordnetes Ziel der Studie ist es, die Vernetzung und Strahlkraft der ländlichen, grünen Ausflugsziele und Erholungs- sowie Lernorte in Niedersachsen und den angrenzenden Bundesländern zu erhöhen. Ziel ist es auch, mit den gewonnenen Erkenntnissen das niedersächsische Gartennetzwerk "Gartenhorizonte" zu fördern und zu stärken.

Die LandPark Lauenbrück gGmbH initiierte zu Beginn des Jahres 2020 die Studie „Gesunde Parks und Gärten“. Dieses niedersächsische Modellvorhaben wird gefördert und fachlich begleitet vom Niedersächsischen Ministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz. Die Vorbereitungen und ersten Überlegungen zur Durchführung des Modellvorhabens starteten bereits im Jahr 2019. Die Studie hat im Projektverlauf eine zusätzliche Relevanz erhalten, indem durch die Einschränkungen der Covid-19-Pandemie Freiluftanlagen an Bedeutung gewonnen haben. Gleichzeitig stand die Thematik Gesundheit verstärkt in der

---

<sup>1</sup> Vgl. Kapitel 2.

<sup>2</sup> vgl. hierzu BMEL, Garten und Medizin (Tagungsband), Stand Februar 2018.

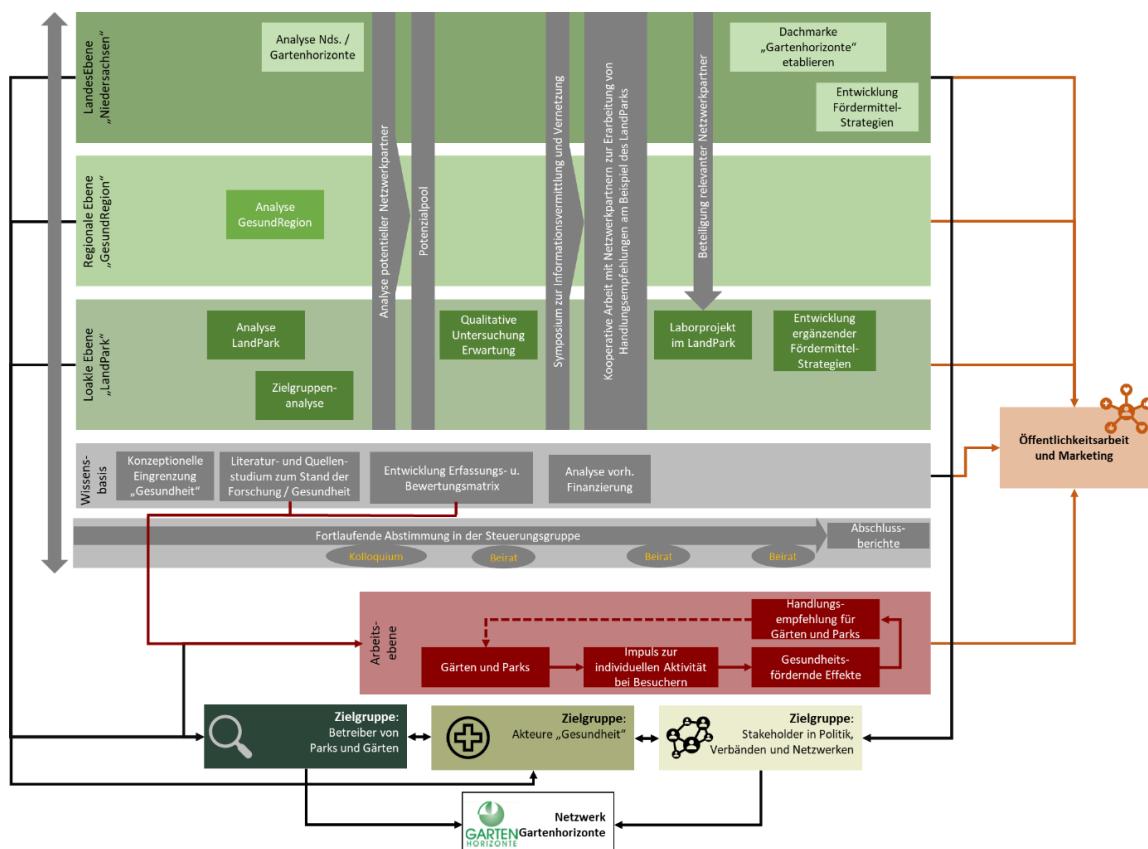
<sup>3</sup> vgl. ebd.

öffentlichen Diskussion – ebenso wie die Auseinandersetzung mit der Ausgestaltung gesundheitserhaltender Angebote.

Für ein Auftragsauswahlverfahren hat der LandPark gemeinsam mit dem Niedersächsischen Ministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz eine Leistungs- und Aufgabenbeschreibung verfasst, in der die Zielsetzung des Auftrages beschrieben wurden. Die formulierte Zielsetzung ist „.... mögliche Synergien und Entfaltungspotenziale der Gesunden Gärten und Parks zu identifizieren, die auf lokaler und regionaler Ebene wirken und deren Resonanz sich auf Landesebene zeigen...“ (vgl. Leistungs- und Aufgabenbeschreibung S. 3). Dies Papier bildet die Grundlage für den Prozess zur Erarbeitung der Studie.

## 1.2 Methodik

Die Praxisstudie Gesunde Parks und Gärten setzt auf einen kooperativen Arbeitsansatz. In diesem werden drei Ebenen betrachtet, die in ihrer Analyse unterschiedlich auf die Studie wirken. Auf der Landesebene liegt der Fokus auf den Gärten und Parks in Niedersachsen. Auf der regionalen Ebene wird die GesundRegion Wümme-Wieste-Niederung mit den jeweiligen Einzelangeboten und deren Zusammenwirken betrachtet. Für den LandPark Lauenbrück selbst – die lokale Ebene – werden bestehende gesundheitsfördernde Angebote und Infrastrukturen analysiert sowie konkrete Maßnahmen erarbeitet. Hier sollen inhaltliche Angebote im Laborprojekt und als niedersächsisches Vorbild entwickelt werden. Die nachfolgende Grafik verdeutlicht die Analyse- und Wirkungszusammenhänge, die im Rahmen des Studienverlaufs angelegt wurden.



**Abbildung 1: Methodischer Ansatz der Potentialentfaltungsstudie**  
**(Quelle: Arbeitsgemeinschaft Studie Gesunde Parks und Gärten)**

Kern des Ansatzes ist die Vernetzung des Wissens bei Akteuren von Gärten und Parks in Niedersachsen. Hierfür werden zunächst Wissensgrundlagen geschaffen, ehe die Analyse praxisbezogener Anlagen und die Formulierung von Handlungsempfehlungen erfolgt. Die Studie zielt auf eine Potentialentfaltung ab. Das bedeutet im Kern, dass Grundlagen und gute Beispiele auf Basis vorliegender Studienlagen gesichtet und die Potentiale für die Betrachtungsebenen und Zielgruppen herausgearbeitet wurden. Diese Potentiale finden sich in Form von Handlungsempfehlungen je Zielgruppe wieder.

### 1.2.1 Wissensbasis

Der Arbeit auf den genannten drei Ebenen wird eine Wissensbasis zugrunde gelegt, die auf Literaturrecherchen und der Sammlung von Erfahrungswissen rekuriert.

#### Konzeptionelle Eingrenzung „Gesundheit“

Zu Beginn der Studie wurde ein gemeinsames Verständnis von Themen und Begriffen entwickelt. Dazu wurde eine konzeptionelle Eingrenzung der Inhalte zu „Gesundheit“ im Kontext des Projektes vorgenommen. Es wurden Wirkungen von Gärten und Parks auf die Gesundheit im Sinn eines interdisziplinären und nachhaltigen Ansatzes definiert, der ökologische, sozio-ökonomische und kulturelle Faktoren einbezieht. Dieses gemeinsame Verständnis wurde inhaltlich vorbereitet und mit dem Projektbeirat abgestimmt.

#### Stand der Forschung zum Thema Gesundheit und Gärten

Die positive Wirkung von „Draußensein“ bzw. des Aufenthalts in Gärten und Parks ist bereits aus unterschiedlichen Perspektiven wissenschaftlich aufbereitet worden. Ausgehend von den Themenclustern wird in einer Bibliografie der Stand der Forschung umrissen. Die Effekte von Gärten und Parks auf die Gesundheit werden unter Einbeziehung von Expert:innen aus den Bereichen Gartentherapie und Gesundheitswissenschaft beschrieben. Ziel dieser „Kurzforschung“ ist es, eine Begriffsbestimmung vorzunehmen und eine einheitliche Sprachbasis zu legen. Dazu wird folgendes Design angelegt:

- Gliederung der Gesundheitseffekte und gesundheitsfördernden Aspekte in die Wirkungskategorien präventiv, kurativ und palliativ
- Definition des Gartens als gesundheitsförderndem Ort und als Ort für Gesundheitsförderung
- Systematisierung nach Parktypen
- Clusterung anhand der gesundheitsfördernden und -erhaltenden Auswirkungen

#### Erfassungs- und Bewertungsmatrix

Ausgehend von der Begriffsbestimmung wurde eine Erfassungs- und Bewertungsmatrix aufgebaut, die eine Erstellung von Kurzprofilen für lokale, regionale und überregionale Orte, Projekte, Beiträge und Akteure zur Gesundheitsförderung ermöglicht. Mittels einer Potentialbewertung erfolgte eine Einordnung in die zuvor definierten Kategorien.

Diese Matrix wurde auf den LandPark, die GesundRegion und Garten- und Parkanlagen im Land Niedersachsen angewendet.

Alle Inhalte der „Wissensbasis“ wurden auf einem Symposium mit dem Netzwerk geteilt. Damit wurden der Wissenstransfer zur Gesundheitsförderung und zusätzlich die Vernetzung der Akteure gefördert.

### **1.2.2 Lokale Ebene LandPark Lauenbrück**

#### Analyse LandPark Lauenbrück

In einer Analyse werden Projekte, Beiträge und Akteure zur Gesundheitsförderung im Kontext des LandPark Lauenbrück zusammengetragen und folgendermaßen aufbereitet:

- Status-Quo-Betrachtung des LandParks Lauenbrück mittels qualitativer Untersuchung (Interviews vor Ort etc.)
- Bewertung und Analyse des LandParks Lauenbrück in einer Erfassungs- und Bewertungsmatrix
- Auswertung der permanenten Besucherbefragung

#### Zielgruppenanalyse

Ausgehend von der Frage, auf wen die Angebote des LandParks ausgerichtet werden sollen, erfolgt eine umfangreiche Zielgruppenanalyse. Der Fokus liegt dabei auf dem Gesundheitsbedürfnis und den Erwartungen von Menschen in urbanen und in ländlichen Räumen.

#### Qualitative Untersuchung zur Erwartungshaltung

Die Besucher:innen des LandParks kommen mit konkreten Erwartungen bzw. haben ein Motiv, warum sie den LandPark aufsuchen. Diese Motive und auch die Aktivitäten im LandPark wurden qualitativ erfasst im Rahmen einer Besucherbefragung im LandPark mit teilnehmender Beobachtung

Ziel war es, die Motive und Erwartungen der vorhandenen Gäste zu nutzen, um die Entwicklungsperspektiven im Kontext gesunder Parks und Gärten zu definieren.

#### Laborprojekt im LandPark Lauenbrück

Der LandPark soll als Reallabor kooperativ betrachtet und entwickelt werden. Ziel ist es, die Erfahrungen von Partnern des Netzwerks Gartenhorizonte zu nutzen. So entsteht ein Katalog mit Handlungsempfehlungen für die regionale Ebene und die Betreiber:innen von Gärten und Parks. Ergänzend gilt es, Arbeitsstrukturen für eine „kollegiale Beratung“ im Netzwerk zu etablieren, die auch für andere Parks genutzt werden können. Der LandPark ist hier zunächst ein Modellpartner, für den auf Basis der Potentialbewertung Handlungsempfehlungen entstehen.

Für die Teilmaßnahmen des Laborprojektes im LandPark Lauenbrück sollen zur Umsetzung erste Fördermittel eingeworben werden.

### **1.2.3 Regionale Ebene GesundRegion Wümme-Wieste-Niederung**

Der LandPark Lauenbrück ist Teil der GesundRegion Wümme-Wieste-Niederung, in der sich unterschiedliche Orte, Projekte, Beiträge und Akteure zur Gesundheitsförderung durch Freiräume verbinden. Das bestehende regionale Angebot wird bezüglich der Synergien und Entfaltungspotentiale analysiert. Dazu erfolgt eine Auswertung vorliegender Konzepte und Analysen sowie Gespräche relevanter Multiplikatoren von strategischer wie operativer Seite. Dabei werden nicht nur Akteure und Institutionen in direktem Bezug zur GesundRegion Wümme-Wieste-Niederung betrachtet, sondern vielmehr ein ganzheitlicher Ansatz unter Berücksichtigung unter anderem des Tourismusverbandes, der Gesundheitsregion und einzelner Projektträger:innen verfolgt.

### **1.2.4 Ebene Land Niedersachsen und Gartenhorizonte**

In Niedersachsen gibt es zahlreiche Gärten und Parks, die sich zum Teil der Initiative Gartenhorizonte angeschlossen haben. Zunächst erfolgt eine Betrachtung der Ausgangssituation im Land Niedersachsen, indem bestehende Initiativen und konzeptionelle Grundlagen herangezogen werden. Anschließend wird eine Potentialbetrachtung vorgenommen. Hierfür werden herausragende Beispiele der Garteninitiative und des Gartenlandes Niedersachsen analysiert und in eine Erfassungsmatrix überführt. Dabei werden gesundheitsfördernde Infrastrukturen und Angebote erhoben und in einer interaktiven Karte sichtbar gemacht. Es entstehen Kurzprofile der Orte, Projekte, Beiträge und Akteure, die als Wissensbasis dient.

## **1.3 Projektstruktur, Akteure, Gremien und Symposium**

Die Studie Gesunde Parks und Gärten zeichnet sich durch den stetigen Austausch mit Expert:innen und Multiplikator:innen aus. Aus diesem Grund wird projektbegleitend eine Beteiligungsstruktur aufgebaut, die sowohl organisatorisch wie auch inhaltlich die Studie bereichern soll.

### **1.3.1 Akteure und Gremien**

#### **Steuerungsgruppe**

Die Steuerungsgruppe wird zu Beginn des Prozesses gegründet. Sie setzt sich aus der Projektgruppe, Vertreter:innen der LandPark Lauenbrück gGmbH sowie dem fachlich begleitenden Niedersächsischen Ministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz zusammen. In regelmäßigen Abständen bewertet die Steuerungsgruppe den Projektfortschritt, stimmt das weitere organisatorische sowie inhaltliche Vorgehen ab und bildet eine Plattform zum Informationsaustausch.

## Projektbeirat

Die Praxisstudie Gesunde Parks und Gärten zielt auf eine netzwerkbasierte Wissensermitlung und -vermittlung ab. Da die Studie einen interdisziplinären Ansatz verfolgt, ist es von Beginn bedeutend, möglichst alle relevanten Disziplinen in einem Projektbeirat und Netzwerk zusammenzubringen. Gemeinsam mit der Steuerungsgruppe wird ein Personenpool aufgestellt, der sowohl Akteure aus der Wissenschaft wie der Praxis einbeziehen soll. Insgesamt werden unter anderem die folgenden Disziplinen angesprochen:

- Garten- & Landschaftsgestaltung
- Umwelt- und Ernährungsbildung
- Gesundheit und Prävention
- Tourismus und Naherholung
- Medien und Öffentlichkeitsarbeit

Die potentiellen Netzwerkpartner:innen werden im Rahmen eines digitalen Kolloquiums über die Studie und die Mitwirkungsmöglichkeiten im Projektbeirat informiert. Den Akteuren steht die Möglichkeit offen, zwischen festen Beiratsmitgliedern oder Netzwerkpartner:innen zu differenzieren. Ziel ist es, möglich viele Perspektiven und interdisziplinäres Wissen im Netzwerk des Expertenbeirats zu bündeln und gleichzeitig eine Flexibilität der Beteiligung zu ermöglichen.

Der Projektbeirat gibt im Verlauf des Prozesses inhaltliche Impulse und dient als Plattform, Zwischenergebnisse einzuordnen und zu konkretisieren. Darüber hinaus werden Expert:innen des Projektbeirates als Impulsgeber:innen für das Symposium gewonnen.

### 1.3.2 Symposium

Im Kontext der Praxisstudie Gesunde Parks und Gärten ist ein Symposium zum Wissenstransfer zwischen Akteuren der Wissenschaft und der Praxis vorgesehen. Im Rahmen einer Tagesveranstaltung werden grundsätzliche Rahmenbedingungen der Potentialentfaltungsstudie, u.a. zu der Eingrenzung von Gesundheit, Natur sowie Parks und Gärten gegeben. Gleichzeitig werden Einblicke in Best-Practice-Beispiele gewährt. Das Symposium war ursprünglich für den Einstieg in den Erarbeitungsprozess der Studie vorgesehen, wurde jedoch aufgrund der pandemiebedingten Einschränkungen zu einem späteren Zeitpunkt gelegt. Dabei besteht der Vorteil, dass erste Erkenntnisse aus der Studie durch die Teilnehmenden eingeordnet werden können.

## 1.4 Zielgruppen der Studie

Die Potentialentfaltungsstudie Gesunde Parks und Gärten nimmt zwei Ebenen von Zielgruppen in den Fokus. Dabei handelt es sich um die **internen** und **externen Anspruchsgruppen**. Insgesamt sollen die im Kontext der Studie formulierten Handlungsempfehlungen den Anspruchsgruppen helfen, die Entwicklung und Bedeutung des gesundheitsorientierten Angebotes in Gärten und Parks zu stärken und die Relevanz im Land Niedersachsen deutlich machen.

Die internen Anspruchsgruppen setzen sich aus den Betreiber:innen von Parks und Gärten sowie den Gesundheitsanbietern zusammen. Bei der Zielgruppenbetrachtung der **Betreiber:innen von Parks und Gärten** ist zu beachten, dass die Grundstruktur sehr heterogen ist. Neben Garten- und Parkanlagen, die bereits seit vielen Jahren das Themenfeld Gesundheit als Kernelement in ihre Ausgestaltung aufgenommen haben, gibt es eine Vielzahl an Betreiber:innen, die das Potential bisher nicht ausgeschöpft haben. Mit der Praxisstudie Gesunde Parks und Gärten werden positive Beispiele aufgenommen, um die Vielfalt im Land Niedersachsen sichtbar zu machen. Gleichzeitig bietet die Studie diesen Betreiber:innen die Chance, ihre Strukturen einem breiten Publikum sichtbar zu machen. Aus dieser Bestandsanalyse ergibt sich die Möglichkeit, das Netzwerk Gartenhorizonte thematisch aufzuladen und neue Mitglieder zu binden.

Neben den Gärten und Parks, die bereits gesundheitsfördernd wirken, spricht die Studie vor allem solche Betreiber:innen an, die das Potential einer Besucheransprache unter der Thematik Gesundheit zunächst erfassen müssen. Die Studie liefert mit ihren Handlungsempfehlungen und der Clusterung in Arbeitsfelder die Möglichkeit, interessierten Garten- und Parkanlagen einen Weg aufzuzeigen, der eigenen Anlage ein neues Profil zu verleihen und damit neue Zielgruppen zu erreichen. Ziel der Studie ist es nicht, alle Gärten und Parks der thematischen Spezialisierung Gesundheit zuzuordnen. Vielmehr geht es darum, den Einrichtungen, die auf der Suche nach einer thematischen Ausrichtung sind, eine Perspektive aufzuzeigen.

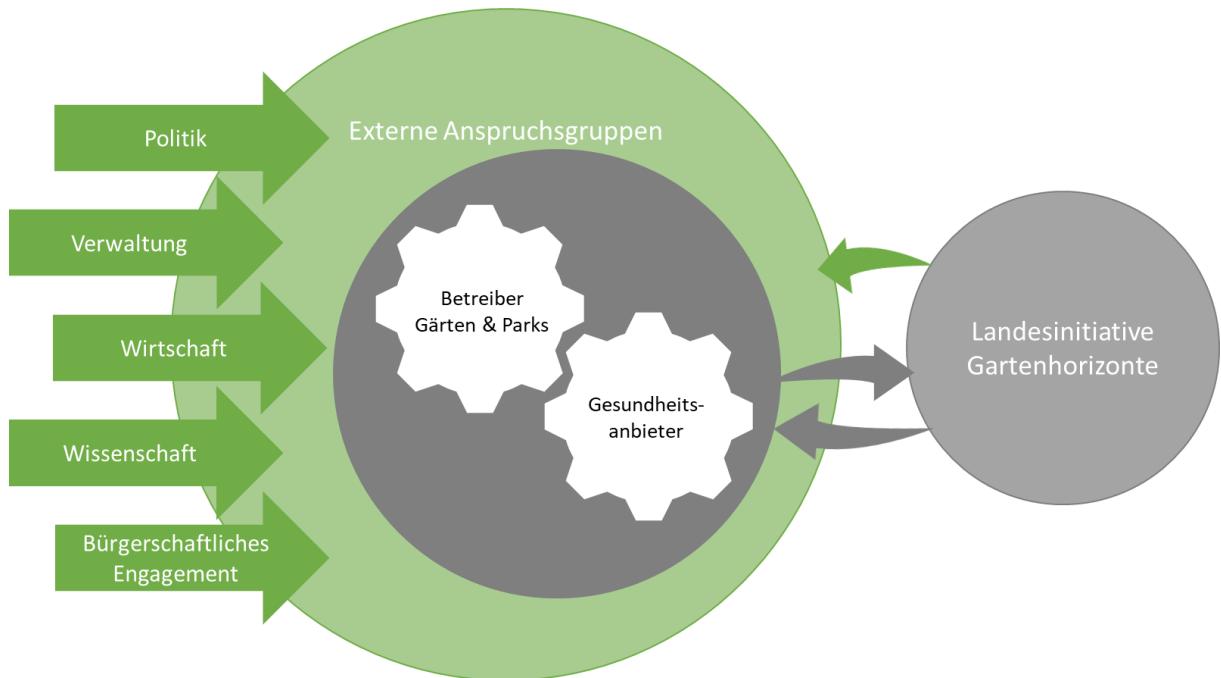
Gärten und Parks wirken von sich aus bereits vielfach gesundheitsfördernd. Gleichzeitig bietet die Raumkulisse auch die Möglichkeit, durch die Einbindung von **Gesundheitsakteuren** das Angebot zu diversifizieren. Hierfür bedarf es einer Zusammenführung von praxisbezogenen Akteuren aus der Fachrichtung Gesundheit und den Betreiber:innen von Gärten und Parks. Ziel ist es, durch die Bereitstellung von Gärten und Parks an (privatwirtschaftliche) Akteure im Bereich Gesundheit eine Wertschöpfung auszulösen, die die Garten- oder Parkanlage aus ihren Kapazitäten nicht erreichen könnten. Damit zielt die Studie auf eine Vernetzung von Akteuren und gleichzeitig einer Inwertsetzung ab.

Die internen Anspruchsgruppen können unmittelbare Effekte auf der lokalen und regionalen Ebene realisieren. Für die Verfestigung des Themas gesunder Parks und Gärten bedarf es jedoch einer ganzheitlichen Betrachtung. Aus diesem Grund hat auch die überregionale, landesweite Ebene eine hohe Relevanz im Kontext dieser Studie.

Auf der Ebene der externen Anspruchsgruppen werden **Stakeholder** aus verschiedenen Disziplinen und Institutionen angesprochen. Die Studie soll dabei Bekanntes bündeln und die Relevanz eines Umdenkens sichtbar machen. Das Gartenland Niedersachsen verfügt über ein enormes ungenutztes Potential, das es durch die Studie sichtbar zu machen und zu heben gilt. Das Thema Gesundheit soll im Kontext von Gärten und Parks implementiert und in vor- und nachgelagerte Bereiche der Stakeholder und damit der externen Anspruchsgruppen etabliert werden.

Die Studie folgt dieser Zielgruppenbetrachtung, um den Akteuren der jeweiligen Anspruchsgruppe aufzuzeigen, welche Einflussmöglichkeiten vorhanden sind. Dabei bedingen sich interne und externe Anspruchsgruppen gegenseitig und sind im Wirkungsgeflecht zu sehen.

Als übergeordnete Stelle, die sowohl intern wie auch extern wirken kann, ist die **Landesinitiative Gartenhorizonte** zu verstehen. Sie wird im Zuge der Studie explizit betrachtet und ist in der überregionalen Ebene verortet. Die Landesinitiative Gartenhorizonte bietet die Chance, als Netzwerkpartner Mittler zwischen interner und externer Anspruchsgruppe zu sein.



**Abbildung 2: Schematische Darstellung der Zielgruppen**  
**(Quelle: Arbeitsgemeinschaft Studie Gesunde Parks und Gärten)**

## 2 Wissensbasis

### 2.1 Wissensstand zu gesundheitsfördernden Wirkungen von Parks und Gärten

In diesem Kapitel wird das Wissen um den Zusammenhang von Gesundheit und Grün möglichst umfänglich dargestellt. Dabei wird zunächst der Blick auf die historische Entwicklung der gezielten Nutzung von Grün zur Förderung der Gesundheit gerichtet. Anschließend folgt die Zusammenfassung der wichtigsten Ergebnisse der Literaturrecherche. Es wird ausdrücklich darauf hingewiesen, dass die Recherche zielgerichtet auf die Inhalte der Projektstudie durchgeführt wurde und nicht abschließend ist.

#### 2.1.1 Historischer Überblick

Erste therapeutische bzw. medizinisch verordnete Ansätze der Gartennutzung gab es bereits im Altertum. So wurden in Ägypten geistig verwirrten Mitgliedern der Königsfamilie Spaziergänge in Gärten verschrieben<sup>4</sup> und der römische Baumeister Vitruv empfahl bereits, um das Jahr 30 vor Christus zur Förderung der Gesundheit der Bewohner Roms öffentlich zugängliche Gärten an zentralen Plätzen anzulegen. Für den griechischen Philosophen Platon gehörte ein von Baum- und Gartenzonen verbundenes Wassersystem zu den Elementen einer idealen Stadt, auf das er im 6. Buch seiner „Nomoi“ = Gesetze hinweist<sup>5</sup>. Auf die Antike bezieht sich auch Walafried Strabo, der in der 1. Hälfte des 9. Jhs. die erste umfassende Beschreibung des Gartenbaus in Mitteleuropa verfasste. Der Klosterplan St. Gallen mit seinem Paradiesgarten begründete die Architektur der mittelalterlichen Klostergärten, die sowohl dem Anbau von Heil- und Nutzpflanzen dienten als auch der Kontemplation und Entspannung<sup>6</sup>. Die Verordnung Karls des Großen „Capitulare de villis“, der ersten Land- und Wirtschaftsordnung des Mittelalters, schrieb für die kaiserlichen Landgüter nach dem Vorbild der Klostergärten den Anbau von Nutzpflanzen, Obstbäumen, Wein und Gemüse vor, damit der durch sein Reich reisende Kaiser mit seinem Gefolge überall ausreichend versorgt werden konnte. Die Auflistung der anzubauenden Pflanzenarten beinhaltete auch zahlreiche Heilkräuter, die die medizinische Grundversorgung der fränkischen Bevölkerung sichern sollten. Hingegen sollten die höfischen Lustgärten gemäß einer Beschreibung aus dem 13. Jh. von Albertus Magnus, einem Schüler Thomas von Aquins, vor allem der seelischen Erbauung dienen<sup>7</sup>.

Im Mittelalter wurde auch die Heilwirkung von Mineralquellen wiederentdeckt, die wie in Wiesbaden bereits von den Römern genutzt wurden. Aber auch Heilquellen in der freien Landschaft, die „Wildbäder“, wurden zunehmend erschlossen. In der 2. Hälfte des 17. Jhs. gewann die Trinkkur an Bedeutung, die die Entstehung von Kurbädern mit Brunnenhäusern, Wandelhallen und Grünanlagen begünstigte, die immer über Alleen verbunden waren.<sup>8</sup>

Nach 1800 wurden die **Kuranlagen** fester Bestandteil von Kur- und Badeorten. In seiner „Theorie der Gartenkunst“ widmet der bedeutende Gartentheoretiker Christian Cay Lorenz

---

<sup>4</sup> vgl. Lewis, 1976

<sup>5</sup> vgl. Kluckert, 2000

<sup>6</sup> vgl. Krause, 2008

<sup>7</sup> Kluckert, 2000

<sup>8</sup> Eidloth, 2010

Hirschfeld der Gestaltung von Kuranlagen ein eigenes Kapitel. Neben Elementen der Muße und Beschaulichkeit wurden zunehmend auch Einrichtungen für sportliche Betätigungen angelegt, insbesondere das Tennisspiel.<sup>9</sup> Außerdem wurde die umgebende Landschaft für den Kurbetrieb erschlossen. Landschaftlich reizvolle Aussichtspunkte wurden als Belvederes gestaltet oder mit Aussichtstürmen ausgestattet, in Niedersachsen beispielsweise in Bad Nennendorf und Bad Pyrmont. Hermann Jäger schreibt in seinem Lehrbuch der Gartenkunst (1877), dass „besonders naher Wald durch ausgedehnt und bequeme Wege zugänglich und durch viele Ruhe- und Aussichtspunkte angenehmer gemacht wird“<sup>10</sup>. Auch in der um 1900 renommierten Zeitschrift „Der Städtebau“ wird betont, dass es bei den Kurgästen auch darum geht, „Erfrischung in dem Losgelöstsein von den Bedingungen des alltäglichen Lebens zu suchen“ – dazu gehört auch der Aufenthalt in „einer künstlerisch abgestimmten landschaftlichen Umgebung“<sup>11</sup>.

Auch an **Krankenhäusern** wurden im 19. Jh. Parkanlagen eingerichtet, die nicht nur ästhetische Wirkung haben sollten, sondern bei denen hygienisch-therapeutische Aspekte eine Rolle spielten. Das erste Beispiel dafür waren die Gartenanlagen der Charité in Berlin, die zwischen 1822 und 1845 von Peter Joseph Lenné entworfen wurden<sup>12</sup>.

Im ausgehenden 19. Jh. wurden die negativen Auswirkungen der Industrialisierung und der schlechten Hygiene in den dicht bebauten Großstädten immer deutlicher. Seuchen und Mangelkrankheiten wie Rachitis und Tuberkulose schädigten die Gesundheit großer Teile der Bevölkerung. Nicht zuletzt die Befürchtung, nicht mehr genügend gesunde Soldaten zu haben, führte zur Gründung der ersten **Volksparks**. Sie sollten zur Durchgrünung der Städte dienen und Erholung sowie Bewegung im Freien für alle Bevölkerungsgruppen ermöglichen. Bestandteile waren neben Liegewiesen und Spaziermöglichkeiten auch Kinderspielplätze, Sportplätze und Schwimmbäder. Aber es wurden auch Lehrgärten eingerichtet, wo die Schüler der umliegenden Schulen praktische Gartenarbeit sowie Pflanzen und deren gesundheitlichen Nutzen kennenlernen sollten, z. B. im Volkspark Altona<sup>13</sup>.

Der Volksparkgedanke wurde im Ruhrgebiet um 1970 wieder aufgenommen. Der damalige Siedlungsverband Ruhr, heute Regionalverband Ruhr, entwickelte einen neuen Parktyp. Die „Revierparks“ sollten zur Erholung und Freizeitgestaltung sowie „dem gesundheitlichen Wohlbefinden im physischen, psychischen und sozialen Sinn dienen“<sup>14</sup>. Ein zentrales Ziel war es, der zunehmenden Bewegungsarmut zu begegnen. Zur Parkausstattung gehörten deshalb Freibäder, Sport- und Spielbereiche und ein weitläufiges Wegenetz mit Ruhebereichen, aber auch gewerblich betriebene Schau- und Spielbereiche. Zwischen 1970 und 1979 entstanden fünf Revierparks in der Emscherzone.

Die therapeutische Wirkung von **Gartenarbeit** für „Krankheiten des Geistes und des Nervensystems“ wurde bereits ab dem 18. Jh. in den USA genutzt<sup>15</sup> und im Rahmen der psychiatrischen Reformbewegung zu Beginn des 19. Jahrhunderts weiterentwickelt, insbesondere durch Benjamin Rush, dem „Vater des therapeutischen Gartenbaus“<sup>16</sup>. Rush war der Auffassung, dass „in der Erde graben“ ein Heilmittel sei. Im Friends Hospital in Philadelphia betrieben

<sup>9</sup> Eidloth, 2010

<sup>10</sup> zitiert bei Eidloth

<sup>11</sup> Gustav Ebe, 1909, zit. in Eidloth

<sup>12</sup> v. Krosigk, K-H., 2008

<sup>13</sup> Grunert, H., Jensen, K. 2008

<sup>14</sup> Gaida, W., 2022

<sup>15</sup> Berry, 1961

<sup>16</sup> vgl. Niepel et al., 2010

die Patient:innen ab 1817 in einer parkähnlichen Umgebung Obst- und Gemüseanbau. Die beruhigenden Wirkungen standen dabei im Vordergrund. 1879 wurde aus Therapiegründen sogar ein Gewächshaus dazu errichtet. Später wurden gärtnerische Tätigkeiten mit Übungen und Ablenkung verbunden, die zu einer erfolgreicheren Behandlung führten<sup>17</sup>. Der Gründer der heutigen American Psychiatric Association Thomas Kirkbride erkannte 1880 Gartenarbeit als gesundheitsfördernd an<sup>18</sup>

Ab 1850 erfolgte auch in Deutschland eine psychiatrische Reformbewegung. In den neuen **Heil- und Pflegeanstalten** erfolgte eine landwirtschaftliche Arbeitstherapie. Eine besondere Form waren die „agricolen Kolonien“, wo sich die landwirtschaftlichen Flächen nicht zentral in der Anlage, sondern in einiger Entfernung von der Anstalt entfernt lagen.<sup>19</sup> Insbesondere die Anstalt in Altscherbitz in Sachsen diente als Modell für nachfolgend geplante Anstalten, z.B. in Lüneburg, Langenfeld oder Gütersloh.

Ein großer Einbruch in den Entwicklungen der Psychiatrie erfolgte aus politischen Gründen in Deutschland zwischen 1930 und 1945, der auch nach Kriegsende lange andauerte. Hingegen entwickelte sich in den USA während des 2. Weltkrieges die **Gartentherapie** zu einem essenziellen Bestandteil von Therapie und Rehabilitationsprogrammen<sup>20</sup> und wurde zu einem eigenen wissenschaftlichen Fachgebiet. In England wurde das Thema Gartentherapie 1936 in den Behandlungskatalog für Personen mit körperlichen und geistigen Beeinträchtigungen aufgenommen<sup>21</sup>.

Im deutschsprachigen Raum entwickelt sich die Gartentherapie seit ca. 20 Jahren, wie die Veröffentlichungen von Konrad Neuhausen und Andreas Niepel zeigen<sup>22</sup>. Der Psychologe Hilary Petzold entwickelte im Rahmen der Integrativen Therapie „ökopsychosomatische“ Kurten, die darauf ausgerichtet sind, positive ökologische Einflüsse auf Körper, Seele, Geist und Sozialverhalten gesundheitspädagogisch zu nutzen<sup>23</sup>. Zahlreiche Veröffentlichungen sind dazu in den Internetzeitschriften POLALOGE sowie den Grünen Texten erschienen.

In Österreich wird die Gartentherapie seit ca. 20 Jahren verstärkt angewendet. Sie ist Bestandteil des Konzeptes „**Green Care**“, das mit unterschiedlichen Schwerpunkten die positive und unterstützende Wirkung der Natur, von Tieren und Pflanzen nutzen will, u.a. um die körperliche und seelische Gesundheit zu fördern. Dazu gehören Maßnahmen wie tiergestützte Interventionen, Gartentherapie oder Lernort Bauernhof. Auch in Fällen schwerer Demenz oder anderer Krankheiten, für die keine Besserung zu erwarten ist, soll mithilfe dieser Maßnahmen zumindest der gegenwärtige Zustand möglichst lange aufrechterhalten werden.

---

<sup>17</sup> vgl. Lewis, 1976

<sup>18</sup> vgl. Niepel et al., 2010

<sup>19</sup> Neuberger, K., 2004

<sup>20</sup> vgl. Lewis, 1976

<sup>21</sup> vgl. Niepel et al., 2010

<sup>22</sup> In: Callo, 2004

<sup>23</sup> Petzold et al, 2019

## 2.1.2 Auswertung von Studien

Im Rahmen der Literaturrecherche konnte zunächst festgestellt werden, dass es eine große Zahl von Veröffentlichungen zum Thema „Gesundheit und Grün“ gibt, bei denen es sich sehr häufig um Metastudien handelt. In diesen Studien wird immer wieder Bezug genommen auf **empirische Studien**, die zu einem großen Teil in den USA und Australien durchgeführt wurden, aber auch in verschiedenen europäischen Ländern erfolgt sind. In Deutschland gibt es bislang relativ wenige Studien zu diesem Thema. Allen gemeinsam ist die Auswertung gesundheitlicher Daten, die meist durch Interviews gewonnen wurden, die in Beziehung gesetzt werden zum Wohnstandort der Probanden und der jeweiligen Entfernung zu Grünanlagen. Es wird nicht unterschieden in urbane Grünanlagen, private Gärten oder die freie Landschaft. Die überwiegende Anzahl dieser Art von Studien wurde für den urbanen Raum durchgeführt.

Die Studien belegen einen engen Zusammenhang zwischen der Ausstattung von Grünflächen in der Wohnumgebung und dem Gesundheitszustand der Bevölkerung. So weist eine Untersuchung von 44 amerikanischen Großstädten nach, dass sich Parks deutlich positiv insbesondere auf das gesundheitliche und soziale Wohlbefinden der Menschen auswirken<sup>24</sup>.

In einer weiteren Studie in den USA von Wang et al. (2019) mit fast 250.000 Teilnehmern (65 Jahre und älter) wurde anhand der Analyse von Satellitenbildern festgestellt, dass das Risiko für einen Herzinfarkt in grüner Umgebung um 25 % niedriger ist. Auch für andere Herzkrankheiten ist das Erkrankungsrisiko deutlich niedriger.

Eine dänische Studie untersuchte die Beziehung zwischen Gesundheit, Stressempfinden und der Entfernung zu Grünanlagen. Sie wurde in Form von Interviews mit 11.238 Erwachsenen durchgeführt. Die Abfrage erfolgte mittels eines SF-36-Fragebogens, der zur Erfassung der gesundheitsbezogenen Lebensqualität von Patienten genutzt wird und acht Dimensionen der subjektiven Gesundheit beinhaltet: Körperliche Funktionsfähigkeit, Körperliche Rollenfunktion, Körperliche Schmerzen, Allgemeine Gesundheitswahrnehmung, Vitalität, Soziale Funktionsfähigkeit, Emotionale Rollenfunktion und Psychisches Wohlbefinden. Im Ergebnis wurde die Verbindung zwischen der Entfernung zu Grünräumen und der Gesundheit sowie der gesundheitsbezogenen Lebenszufriedenheit bestätigt. Personen, die weiter als 1 Kilometer von der nächsten Parkanlage entfernt lebten, hatten einen schlechteren Gesundheitszustand sowie eine schlechtere Lebenszufriedenheit. Das Stressempfinden war um 1,42 höher als bei Menschen, die in einer Entfernung von weniger als 300 Meter zu einer Grünanlage lebten. Grünflächen können nach Meinung der Autoren damit eine wichtige Rolle für die Gesundheitsvorsorge spielen<sup>25</sup>.

In einer niederländischen Studie<sup>26</sup> wurde der Zusammenhang von Gesundheit und Grünausstattung der Wohnumgebung anhand von Patientenprotokollen von Hausarztpraxen untersucht. Dafür wurden Daten zu den häufigsten Erkrankungen bei insgesamt 345.143 Patienten verwendet (Herz-Kreislauf-Erkrankungen, muskuloskelettale Erkrankungen, psychische Störungen, Atemwegserkrankungen, neurologische Erkrankungen, Erkrankungen des Verdauungstraktes und „verschiedene“ Erkrankungen). Es konnte nachgewiesen werden, dass bei Personen mit mehr Grünflächen in einem Radius von 1 Kilometer um den Wohnort zahlreiche Krankheitsbilder weniger häufig auftraten als bei Personen mit weniger Grünflächen. Am

<sup>24</sup> Larson et al. 2016

<sup>25</sup> Stigsdotter et al., 2019

<sup>26</sup> Maas et al., 2009

stärksten war der Effekt bei diagnostizierten Angststörungen und Depressionen. Je grüner die Umgebung, desto größer die positiven Effekte. Außerdem wurde festgestellt, dass die positive Wirkung einer guten Grünversorgung bei Kindern und bei Personen mit einem geringen sozi-ökonomischen Status verstärkt war.

Um den Zusammenhang zwischen städtischen Grünflächen und dem menschlichen Wohlbefinden in **Deutschland** zu untersuchen, erfolgte eine repräsentative Untersuchung auf der Basis der georeferenzierten Haushaltsdaten des Deutschen Sozioökonomischen Panels (SOEP)<sup>27</sup>. Dazu wurden Gesundheitsdaten von etwa 20.000 Personen für die Jahre 2000 bis 2012 mit georeferenzierten Landnutzungsdaten des European Urban Atlas (EUA) verschnitten. Die Ergebnisse belegen einen positiven Zusammenhang zwischen städtischen Grünflächen und der Gesundheit. Die Nähe zu Grünflächen führt zu höherer Vitalität und die Menschen leiden weniger unter körperlichen Schmerzen. Außerdem verbessern sie die soziale Funktionsfähigkeit und erhöhen die Lebenszufriedenheit.

Wie bereits die oben zitierte Studie von Maas et al. (2009) zeigt, wirkt eine grüne Umgebung auch Depressionen entgegen. Um genetische Faktoren auszuschließen, erfolgte von Hannah Cohen-Cline et al. dazu 2015 eine Zwillingsstudie. Sie belegt, dass ein Zugang zu Grünflächen depressive Erkrankungen mindern kann, ohne diese Tatsache erklären zu können. Die Autorin macht das Grün selbst für die mentale Gesundheitsförderung verantwortlich und verweist auf den schottischen Epidemiologen Richard Mitchell, der die positiven Effekte nicht nur auf die vermehrte körperliche Aktivität zurückführt, sondern meint, dass dieser Grund in der Natur selbst liegt<sup>28</sup>.

Kaplan und Kaplan erklären die gesundheitsfördernde Wirkung von Natur damit, dass sie die Erholung von intellektueller Anstrengung fördere. Die gerichtete Aufmerksamkeit zum Beispiel beim Arbeiten am Computer erfordert Anstrengung und führt nach einer Weile zur Ermüdung und Reizbarkeit, was wiederum die Produktivität vermindert. Dagegen steht die **unwillkürliche Aufmerksamkeit** oder „fascination durch den Aufenthalt in einer natürlichen Umgebung. Das Betrachten von Bäumen und Blumen, das Beobachten von Tieren oder die Wahrnehmung von Vogelgesang „fasziniert“ uns, ohne dass wir uns anstrengen. Diese Art der Aufmerksamkeit ermöglicht eine Erholung der gerichteten Aufmerksamkeit<sup>29</sup>.

In der „Reha-Studie Wandern“ wurden 2006/07 355 Kurgäste in insgesamt 11 deutschen Kurorten befragt. Dabei stellte sich heraus, dass den Befragten Wandern, Spazieren und der Aufenthalt im Grünen ein deutlich höherer Stellenwert als Beitrag für die Gesundung beigemessen wird (fast 70 %) als Kur- und Wellnessangebote mit nur 40 %. Die sport- und bewegungstherapeutischen Angebote nehmen mit 58 % Rang zwei ein. Nach ihren Freizeitaktivitäten befragt, favorisierten 77 % Spazierengehen, 50 % Wandern und nur 9 % Joggen.

Das Motiv für Wandern ist vor allem der Genuss von Natur und Landschaft. Dazu gehört bei den meisten das Erleben von natürlicher Stille. Der Gesundheitsaspekt spielt auch bei Reha-Patienten eine deutlich geringere Rolle. Wichtiger ist offenbar, dass die grüne Umgebung einen emotionalen Gegenpol zur sterilen Klinik darstellt.

Für Spaziergänge steht bei Kurgästen der Park an erster Stelle der Beliebtheit – noch vor dem Wald. „Es ist also die gärtnerisch wohlgeordnete Natur, in der man sich am liebsten aufhält, in

---

<sup>27</sup> Wüstemann et al. 2017

<sup>28</sup> Cohen-Cline, 2015

<sup>29</sup> Kaplan, Kaplan, 1989

der man sich am sichersten fühlt. Sie lädt am ehesten zu Spaziergängen ein, welche die Hauptform der Fußtouren in der Kur ausmachen.“<sup>30</sup> Bevorzugt werden dabei große, landschaftlich gestaltete Parkanlagen.

Eine naturnahe und vielfältige Umgebung ist bereits nach Beobachtungen von Edith Cobb in der Mitte des 20. Jahrhunderts<sup>31</sup> die Bedingung dafür, dass sich ein Kind positiv entfalten kann. Nur die Erfahrung von Natur erlaube es Kindern, in Prozessen zu denken. „Cobb geht sogar davon aus, dass es ein menschliches Grundbedürfnis ist, in einer solchen bedeutungsreichen und vielfältigen (Natur-)Umwelt zu leben“<sup>32</sup>. Eine grüne Umgebung ist auch für **Kinder** stressmindernd. Gebhard verweist auf verschiedene Studien, nach denen Aufenthalte im Grünen die Symptome von chronischen Aufmerksamkeitsstörungen mindern und sich positiv auf die psychosoziale Entwicklung, die Kreativität, Konzentration und Wahrnehmungsfähigkeit auswirken.

Der Gehirnforscher Gerald Hüther ist der Auffassung, dass der Kontakt zur Natur für die Entwicklung von Kindern von besonderer Bedeutung ist, „weil sie lebendig ist, wie die Kinder selbst, sich ständig verändert und mit allen Sinnen wahrgenommen werden kann.“<sup>33</sup> Neben der Verbesserung von Motorik und Geschicklichkeit wird auch der allgemeine Gesundheitszustand von Kindern besser, wenn sie sich in einer natürlichen Bewegung aufhalten. Denn durch den Kontakt zu Pflanzen, Erde und Tieren kommen die Abwehrzellen frühzeitig mit Mikroben und Fremdstoffen in Kontakt und stärken das Immunsystem. Auch die kognitive Entwicklung wird positiv beeinflusst. Das Spielen in der Natur erhöht die Kreativität und Motivation, Neues zu entdecken<sup>34</sup>.

Im Rahmen der National Child Development Study für England, Schottland und Wales wurde der Zusammenhang zwischen **Naturerleben und seelischer Gesundheit** untersucht. Dazu wurden 9.790 Personen befragt, die in ihrer Jugend Mitglied der Pfadfinder und inzwischen 50 Jahre alt waren. Pfadfinder:innen wurden deshalb gewählt, weil sie sich besonders häufig in der Natur aufhalten. Ein besonderes Augenmerk wurde auf Risikogruppen wie sozial benachteiligte Schichten gelegt. Es zeigte sich, dass durch die Mitgliedschaft bei den Pfadfindern noch Jahrzehnte später die Wahrscheinlichkeit, an einer Angsterkrankung zu leiden, um 18 % vermindert war. Außerdem wirkte die Mitgliedschaft ausgleichend auf soziale Unterschiede<sup>35</sup>.

Eine Studie aus den USA<sup>36</sup> kam im Rahmen einer Gallup-Umfrage in den USA Eagle Scouts zu einem ähnlichen Ergebnis: Die Anzahl der als Pfadfinder:innen in der Jugend verbrachten Jahre korreliert positiv mit dem sozialen, emotionalen und körperlichen Wohlbefinden. Die Teilnahme bei den Pfadfindern hatte noch 30 Jahre später messbare positive Auswirkungen auf das Leben der Menschen.

Die besondere Rolle einer grünen Umgebung für Kinder wird von verschiedenen Wissenschaftlern beschrieben, u.a. von Richard Louv („The last Child in the Wood“), der aufzeigt, wie stark sich durch die Veränderung unserer Lebenswelt durch Technik und Digitalisierung die Beziehung von Kindern und Jugendlichen zur lebendigen, natürlichen Lebenswelt in den letzten Jahrzehnten verschlechtert hat. Die Folgen der von ihm so bezeichneten „Nature-Deficit-

<sup>30</sup> Brämer, Richter, 2011

<sup>31</sup> The Ecology of imagination in Childhood, 1959

<sup>32</sup> Gebhard, 2009

<sup>33</sup> Interview in GEO WISSEN Gesundheit: Natur: die beste Gesundheitsschule

<sup>34</sup> Renz-Polster, Hüther, 2013

<sup>35</sup> Dibben et al. 2016

<sup>36</sup> Jang und Mitarbeiter, 2014

„Disorder“ sind Krankheiten, Verhaltensauffälligkeiten und psychische Probleme. Um dem entgegenzuwirken, muss den Kindern wieder ein unmittelbarer Kontakt zur Natur ermöglicht werden. „Nur aus solchen Erfahrungen können im kindlichen Gehirn all jene inneren Einstellungen und Haltungen herausgeformt werden, die eine ‚Nature-Child-Reunion‘ ermöglichen, die die Gesundheit von Kindern und Jugendlichen stärken und die Entfaltung der in ihnen angelegten Potentiale, ihre Entdeckerfreude und Gestaltungslust wieder anregen und verloren gegangene Sinnbezüge wiederherstellen“, betont Gerald Hüther im Vorwort zur deutschen Ausgabe<sup>37</sup>.

Eine positive Wirkung auf das menschliche Wohlbefinden hat auch die **Begegnung mit Tieren** als Teil der Natur. Dafür werden nachfolgend verschiedene Erklärungsmodelle benannt und kurz erläutert.

Wie bereits beschrieben, geht der Biologe Edward O. Wilson von einem angeborenen Interesse bzw. einer grundlegenden Verbundenheit zur Natur und allem Lebendigen aus, die evolutionär bedingt sei. Schon kleine Kinder reagieren auf alles Lebendige und bevorzugen es gegenüber einem Spielzeug. Weidende oder ruhende Tiere werden als Anzeichen für eine sichere Umgebung interpretiert und können physiologische Entspannung und ein Sicherheitsgefühl beim Menschen auslösen<sup>38</sup>.

Dabei scheint das Hormon Oxytocin eine wichtige Rolle zu spielen, das sowohl bei Menschen als auch bei Säugetieren vorkommt. Es bewirkt die Verringerung des Blutdrucks und der Kortisolausschüttung sowie eine Zunahme von sozialen Kompetenzen. Julius et al. nehmen an, „dass das Oxytocin-System auch die zentrale neurobiologische Struktur hinter den beziehungsfördernden und stress- und angstreduzierenden Effekten bildet, die mit Mensch-Tier-Interaktionen assoziiert sind.“ Mehrfach konnte inzwischen beschrieben werden, dass beim Streicheln eines Hundes sowohl beim Menschen als auch beim gestreichelten Hund Oxytocin ausgeschüttet wird.“ Dies scheint auch bei Nutztieren der Fall zu sein, wo sich Stress durch die Anwesenheit eines vertrauten Menschen reduziert. Zudem scheinen Nutztiere wie Alpakas von menschlichem Unterstützungsverhalten zu profitieren<sup>39</sup>.

Ein weiterer neurobiologischer Erklärungsansatz beruht auf dem Konzept der Spiegelneuronen – einem System von speziellen Nervenzellen im Gehirn von Säugetieren. Sie sollen die neurobiologische Basis für Empathie sein, das Verständnis dessen, was andere Lebewesen fühlen. Bestimmte Tierarten können das Verhalten des Menschen spiegeln. Dies kann zur Selbsterfahrung und zur Schulung der Wahrnehmung genutzt werden<sup>40</sup>.

Im Gegensatz zum Menschen kommunizieren Tiere analog. Bei der analogen Kommunikation gibt es keine doppeldeutigen oder ambivalenten Botschaften. Sie reagieren auf Blickkontakt, Mimik, Körperhaltung, Berührung, Stimme (Lautstärke, Höhe etc). Tiere reagieren unmittelbar und eindeutig. Diese ehrliche Kommunikation ist die Basis für den Aufbau einer vertrauensvollen Beziehung<sup>41</sup>.

---

<sup>37</sup> Hüther, 2011

<sup>38</sup> Wilson, 1984

<sup>39</sup> Julius et al., 2014

<sup>40</sup> Julius et al., 2014

<sup>41</sup> Boyle, 2014

### 2.1.3 Forschungsergebnisse zu Wirkmechanismen

In den beschriebenen Studien werden über bestimmte Indikatoren oder Befragungen Rückschlüsse auf den Zusammenhang von Grün bzw. Natur und Gesundheit gezogen. Über die Wirkmechanismen selbst gibt es bislang weniger belastbare Forschungsergebnisse.

Claßen und Bunz unterscheiden die gesundheitsschützende und die gesundheitsfördernde Wirkung von Grünräumen<sup>42</sup>.

#### 2.1.3.1 Gesundheitsschützende Wirkung

Die gesundheitsschützenden Wirkungen von Naturräumen werden über verschiedene Faktoren wirksam. Die Vegetation, insbesondere Laubgehölze, filtern Schadstoffe und Feinstaub. Bäume machen mit ihrem Schatten und der Erhöhung der Luftfeuchtigkeit durch Transpiration sommerliche Hitze erträglicher. Grünstrukturen und Gewässer tragen zur Minderung lufthygienischer Problemlagen bei, Vegetationsflächen heizen sich weniger auf als versiegelte Flächen. Insgesamt wirken Grünanlagen temperaturregulierend und können das Wohlbefinden der Menschen direkt und spürbar beeinflussen und Hitzewellen im Sommer abmildern<sup>43</sup>.

Darüber hinaus mindert die Vegetation Lärm durch eine geringere Schallreflektion und stärkere Streuung. Wenngleich die Pegelminderung oft überschätzt wird, spielt hier auch das subjektive Empfinden eine Rolle. Außerdem wird durch Grünräume eine positiv bewertete Geräuschkulisse erzeugt (Vogelgesang, Blätterrauschen, fließendes Wasser), die störenden Lärm überlagert<sup>44</sup>.

Die Folgen des Klimawandels sind schon heute bemerkbar und werden sich zukünftig verstärken. Mit der Zunahme von Hitzetagen und Tropennächten gewinnen Naturräume in der Stadt als Klimakomfortinseln insbesondere für besonders gefährdete Bevölkerungsgruppen erheblich an Bedeutung. So ist bereits jetzt zu beobachten, dass thermische Belastungen bei der Bevölkerung zu gesundheitlichen Problemen und einer erhöhten Sterblichkeit führen. Die Zahl der Hitzetoten in Deutschland ist von durchschnittlich 8.340 in den ersten Jahren des 21. Jhs. auf ca. 20.000 im Jahr 2018 gestiegen und wird weiter ansteigen<sup>45</sup>. Deutschland liegt damit weltweit an dritter Stelle, bedingt durch die Altersstruktur der Bevölkerung. Grüne Freiräume wirken durch Beschattung und Verdunstung der Überwärmung entgegen. Schon kleine Grünflächen können als „Komfortinseln“ im Siedlungsraum wirken. Die deutsche Anpassungsstrategie zum Klimawandel sieht deshalb vor, dem „städtischen Wärmeinseleffekt“ durch die Anlage von Grünflächen und die räumliche Konzeption von vernetzten Frischluftkorridoren entgegen zu wirken.

Gleichzeitig verringern Grünflächen die Folgen der durch den Klimawandel zunehmenden Starkregenereignisse. Durch die Rückhaltung und Speicherung von Oberflächenwasser erhöhen sie die Grundwasserneubildung und schützen vor Überschwemmungen. Auch dies hat vor dem Hintergrund steigender Hochwassergefahren eine zunehmende Bedeutung.

Als Beleg für die gesundheitsfördernde Wirkung von Grün wird häufig Bezug genommen auf eine Studie von Roger Ulrich, die 1984 veröffentlicht wurde: „A View through a Window May

<sup>42</sup> Claßen, Bunz, 2018

<sup>43</sup> Kowarik et al., 2016

<sup>44</sup> Claßen, s.o.

<sup>45</sup> <https://www.klimawandel-gesundheit.de/lancet-countdown-policy-brief-fuer-deutschland-2021/>

Influence Recovery from Surgery". Sie weist nach, dass allein der Blick aus dem Fenster auf eine Baumgruppe gesundheitsförderlich ist. Es wurden zwei Gruppen von Patienten beobachtet, denen die Gallenblase entnommen worden war. Die Mitglieder der Gruppe mit dem Blick auf die Bäume brauchten weniger Schmerzmittel, wiesen weniger bzw. leichtere Komplikationen auf und wurden früher entlassen als Teilnehmer der Vergleichsgruppe, die nur auf eine Hauswand geschaut hatten.

Allerdings ist der Aufenthalt im Grünen noch wirksamer als der Blick aus dem Fenster. Dies zeigt beispielsweise eine Studie im Westen der USA, in der die Wirkung von heilenden Gärten an drei Kinderkrebszentren untersucht wurden. Es konnte festgestellt werden, dass bei den insgesamt 1.400 Personen (Patienten, Besucher, Personal) emotionaler Stress und Schmerz geringer war, wenn sich die Personen im Garten aufhielten, obwohl die Klinik so gestaltet war, dass die ebenerdigen Zimmer einen Ausblick in den Garten hatten<sup>46</sup>.

Ähnliche Erkenntnisse kommen aktuell aus dem Zweig der Neuro-Ästhetik. So konnte eine Forschungsgruppe um Richard Taylor in einer Studie der Universität Oregon nachweisen, dass der Blick in eine natürliche Umgebung das Stressempfinden mindert. Das wird darauf zurückgeführt, dass die natürlichen Elemente durch Fraktale gebildet werden, auf die der Mensch automatisch positiv reagiert und dass umgekehrt die monoton strukturierten Gebäude des modernen Städtebaus den Stress erhöhen.

Dazu wurde neben einer umfangreichen Literaturrecherche auch eine Software eingesetzt, mit der die Augenbewegungen der Probanden beim Betrachten unterschiedlicher Bilder analysiert werden konnten. Im Ergebnis wurde festgestellt, dass Fraktale Stress und mentale Ermüdung um 60 % reduzieren können. Aufgrund der immens hohen wirtschaftlichen Kosten durch Stress in den USA wird ein anderer Städtebau gefordert, der dem menschlichen Bedürfnis nach Ästhetik nachkommen müsste: „People really need aesthetic environments to keep themselves healthy“<sup>47</sup>.

### 2.1.3.2 Gesundheitsfördernde Wirkung

Die gesundheitsfördernden Wirkungen der Natur und speziell von Wald auf die Gesundheit werden seit 30 Jahren in Japan erforscht, insbesondere vom Immunologen Qing Li von der Nippon Medical School, der als Begründer der Forschungsrichtung Forest Medicine gilt und Yoshifumi Miyazaki vom Zentrum für Umwelt, Gesundheit und Feldforschung an der Chiba Universität. Daraus wurde das Konzept des Shinrin-Yoku, „Eintauchen in die Atmosphäre des Waldes“ entwickelt, um den negativen Wirkungen von Stress entgegenzuwirken. Die medizinische Wirkung von Shinrin-Yoku gilt in Japan und auch Südkorea inzwischen als gut erforscht und wird von den Krankenkassen als Therapie angeboten. Bei den japanischen Studien wurden physiologische Parameter wie Herzschlagvariabilität, Blutdruckwerte, Anzahl und Aktivität der Immunzellen sowie Stresshormone gemessen. Schon nach einer Stunde Aufenthalt im Wald konnten folgende Effekte beobachtet werden:

- Senkung von Blutdruck und Pulsfrequenz,
- Senkung der Herzfrequenzvariabilität,
- Verminderung der Cortisolkonzentration.

---

<sup>46</sup> Sherman et al, 2005

<sup>47</sup> Brielmann, A., 2021

Diese Ergebnisse zeigen, dass die Aktivität des Sympathicus unterdrückt wird und demgegenüber der Parasympathicus stimuliert wird. Damit werden der Stresslevel reduziert und das Wohlbefinden und die Entspannung erhöht<sup>48</sup>.

In Deutschland wurde das Konzept des „Waldbadens“ u.a. durch Univ. Prof. Dr. Dr. Angela Schuh und Gisela Immich vom Fachbereich Medizinische Klimatologie, Kurortmedizin und Prävention der Universität München bekannt<sup>49</sup>.

Um zu prüfen, ob diese Wirkungen auch im mitteleuropäischen Raum mit einer anderen Kultur und anderen Baumarten zutreffen, werden aktuell entsprechende Studien in der Hochschulambulanz für Naturheilkunde am Immanuel-Krankenhaus Berlin durchgeführt. „Aus klinischen Beobachtungen und ersten Studien mit Natur- und Waldtherapie gibt es Hinweise, dass waldtherapeutische Interventionen insgesamt eine stressreduzierende Wirkung aufweisen und besonders geeignet sind, kardiovaskulären und respiratorischen Erkrankungen entgegenzuwirken. Vorliegende Studiendaten weisen auf positive Auswirkungen von Natur-/Waldtherapie auf Bluthochdruck, Herz- und Lungenfunktion, Immunfunktion, aber auch auf psychische Parameter wie Stress, Angst und Depression hin“<sup>50</sup>.

Für diese positiven Wirkungen werden u.a. Pflanzenduftstoffe verantwortlich gemacht. Mit den Terpenen schützen sich Bäume vor Schädlingen. Diese scheinen auch positiv auf den menschlichen Organismus zu wirken.

Eine aktuelle Studie in Deutschland weist nach, dass bereits das Vorhandensein von **Straßenbäumen** im direkten Lebensumfeld das Risiko für Depressionen und den Bedarf an Antidepressiva in der Stadtbevölkerung reduzieren können. Das ist das Ergebnis einer Studie von Forschern des Helmholtz-Zentrums für Umweltforschung (UFZ), des Deutschen Zentrums für integrative Biodiversitätsforschung (iDiv), der Universität Leipzig (UL) und der Friedrich-Schiller-Universität Jena. Für diese Studie wurden Daten von fast 10.000 erwachsenen Einwohnern der Stadt Leipzig, die an der LIFE-Gesundheitsstudie der Medizinischen Fakultät der Universität Leipzig teilgenommen hatten, ausgewertet und mit Daten zu Straßenbäumen der Stadt Leipzig in Beziehung gesetzt mit der Fragestellung, wie sich die Anzahl, die Baumart und die jeweilige Nähe zum Wohnort zur Anzahl der verschriebenen Antidepressiva verhielt. Unter Herausrechnung weiterer für Depressionen bekannter Faktoren wie etwa Beschäftigungsstatus, Geschlecht, Alter und Körpergewicht konnten die Forscher nachweisen, dass mehr Bäume in unmittelbarer Umgebung des Hauses (unter 100 Meter Entfernung) häufig mit einer geringeren Zahl von Antidepressiva-Verschreibungen einhergingen. Dieser Zusammenhang war besonders klar für sozial schwache Gruppen, für die in Deutschland das höchste Risiko besteht, an Depressionen zu erkranken. Straßenbäume in Städten könnten hier zur Förderung einer guten psychischen Gesundheit dienen. Die Baumart spielt dabei keine signifikante Rolle<sup>51</sup>.

Die Gingko Evaluation of Memory Study (GEMS) an über 3.000 Teilnehmern ab einem Alter von 75 Jahren konnte nachweisen, dass das Risiko, an einer **Demenz** (Alzheimer, vaskuläre Demenz, gemischte Typen) zu erkranken, für Menschen in einer gut mit Grün ausgestatteten

<sup>48</sup> Park et al., 2010

<sup>49</sup> Schuh, Immich, 2019

<sup>50</sup> Michalsen, 2022

<sup>51</sup> Marselle et al., 2020

Umgebung deutlich verringert ist gegenüber Personen, in deren Wohnumgebung der nächste Park mehr als 2 Kilometer entfernt liegt.<sup>52</sup>

Eine in Dortmund durchgeführte Studie mit 1.312 Teilnehmern zwischen 25 und 74 Jahren weist nach, dass innerstädtische Grünflächen einen positiven Einfluss auf die Entwicklung von **Diabetes Typ 2** haben<sup>53</sup>. Hier wird ein Zusammenhang zwischen dem Aufenthalt im Grünen und der damit verbundenen Bewegung gesehen. Der Mangel an Bewegung ist wiederum ursächlich für die Zunahme vieler „Zivilisationskrankheiten“, insbesondere Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes oder Bluthochdruck. 80 % der Kinder und Jugendlichen bewegen sich gemäß aktueller Statistiken der WHO nicht ausreichend. Die Zahl übergewichtiger Kinder steigt weltweit rasant an. Deshalb fordert beispielsweise Prof. Renate Oberhoffer-Fritz, Leiterin des Lehrstuhls für Präventive Pädiatrie und Dekanin der Fakultät für Sport- und Gesundheitswissenschaften der Technischen Universität München (TUM): „Regelmäßige Bewegung im Kindes- und Jugendalter hat positive physiologische und funktionelle Effekte auf den sich entwickelnden Organismus, zum Beispiel auf das Muskelwachstum und die Knochendichte, auf die Leistungsfähigkeit des Herz-Kreislaufsystems sowie die Lungenfunktion, auf den Zucker- und Lipidstoffwechsel. Außerdem auf exekutive Funktionen wie Balance, Geschicklichkeit, Fein- und Grobmotorik sowie auf mentale Gesundheit und letztlich auch auf die Gehirnleistung. Wer sich als Kind regelmäßig bewegt und Sport treibt, nimmt diesen Lebensstil in das Erwachsenenalter mit.“<sup>54</sup>

Beim Aufenthalt im Freien wird Vitamin D durch die UV-Strahlung gebildet. Es reguliert den Calciumhaushalt im Blut und ist wichtig für die Knochenbildung. Das Sonnenlicht fördert auch die Bildung von Serotonin, das u.a. die Stimmung hebt. Weiterhin wird das Immunsystem angeregt, da der Körper durch Wind und Wetter verschiedenen Reizen ausgesetzt wird. Dies erklärt auch, warum Sport im Freien gesünder ist als im Fitnessstudio<sup>55</sup>.

### 2.1.3.3 Weitere Wirkmechanismen

Aber wie bereits Hannah Cohen-Cline in der o.g. Studie aussagt, gibt es auch darüberhinausgehende Wirkmechanismen, die im Grün selbst liegen. Der Evolutionsbiologe Edward O. Wilson stellte die Theorie auf, dass die emotionale Verbindung zur Natur dem Menschen angeboren und Teil seiner genetischen Ausstattung sei. Dies deckt sich mit den oben aufgeführten Aussagen von Gebhard und Hüther zur Entwicklung von Kindern. Auch Ulrich hält die positive Reaktion des Menschen auf Natur für angeboren. Die entspannende Wirkung entfaltet sich, wenn eine Landschaft Sicherheit vermittelt. Das Bild einer solchen Landschaft ist durch die Evolution geprägt. Der Soziobiologe Gordon Orians hat 1980 die Theorie entwickelt, dass es eine menschliche Ideallandschaft gibt, die im kollektiven Gedächtnis der Menschheit erhalten geblieben ist. Da der Mensch aus der Savanne stammt, bevorzugt er relativ offene Landschaften mit geschwungenen Horizontlinien. Dieser Erklärungsansatz wird auch „**Savannen-Theorie**“ genannt. „Man sucht also nach überschaubaren Plätzen, die Schutz bieten, zugleich Übersicht garantieren, vielleicht die Anwesenheit von Nahrungsmitteln signalisieren und sich zu guter Letzt auch in der Nähe von Wasser befinden.“<sup>56</sup>

---

<sup>52</sup> Joel et al, 2022

<sup>53</sup> Müller et al, 2018

<sup>54</sup> TUM, 2020

<sup>55</sup> <https://sportsandmedicine.com/de/2021/04/sport-in-der-natur-wald-statt-fitnessstudio/>

<sup>56</sup> Spitzer, 2005

Dies wiederum korrespondiert mit dem Konzept der „**Therapeutischen Landschaften**“, das 1992 von Wilbert Gesler entwickelt wurde. Mit diesem Ansatz wird die heilende Wirkung von Landschaftsräumen zur Regeneration nach Krankheiten und zur Stärkung der psychischen oder mentalen Gesundheit verfolgt<sup>57</sup>. „In diesem erweiterten Sinne ist das ‚Therapeutische‘ an Landschaft, Orten und Natur etwas, was dem Menschen in einem sehr komplexen und tiefen Sinne guttut, und zwar indem es Wahrnehmungsraum und Sinninstanz zugleich ist“<sup>58</sup>.

#### 2.1.3.4 Wirkungen von Gartenarbeit

Speziell auf den Garten bezogene Studien konnten nicht gefunden werden, lediglich in Hinblick auf die Wirkungen durch Gartentherapie. Eine multizentrische Studie von IKK und ILAG 2019 bis 2020 zur **Wirkung von Gartentherapie** bei demenziell erkrankten Personen in Altenpflegeheimen untersuchte die Wirkung gartentherapeutischer Interventionen in Bezug auf die kognitiven und verhaltensbezogenen Merkmale der Bewohner:innen in Pflegeheimen als auch auf deren emotionale Befindlichkeit. Im Ergebnis zeigt die Studie nachweisbar, dass die Teilnahme an einer professionell durchgeführten Gartentherapie positive Auswirkungen auf die emotionale Befindlichkeit hat, indem ein hohes Maß an Aufmerksamkeit vorhanden war und ein deutlich höheres Maß an Freudeempfinden.

Die Studie kommt zu folgendem Schluss: „Die Einführung von Gartentherapie in Form von Kleingruppenangeboten ist für demenziell erkrankte Bewohner:innen in Altenpflegeeinrichtungen empfehlenswert. Als Zusatz zu anderen Aktivitätsangeboten und unter Berücksichtigung des vorliegenden Leitfadens zu guter Praxis der Gartentherapie ist sie geeignet, die Abnahme der kognitiven Leistungsfähigkeit zu verlangsamen, die generelle Aufmerksamkeitshaltung zu steigern und emotionale Empfindungen deutlich positiv zu beeinflussen“<sup>59</sup>.

In Österreich, wo die Gartentherapie inzwischen Bestandteil von „Green Care“ ist (siehe oben), hatte der Therapiegarten im Geriatriezentrum Am Wienerwald eine Vorreiterrolle. Hier integriert der Allgemeinmediziner und Psychotherapeut Dr. Fritz Neuhauser seit 2001 die Gartenarbeit zentral in seine therapeutische Arbeit. Er begründet dies mit den umfänglichen Wirkungen durch die gärtnerische Betätigung. Neben der Unterstützung des Herz-Kreislauf-Systems beeinflusst sie auch das Gehirn. „Messungen der Gehirnaktivität haben gezeigt, dass Gartenarbeit die Hirnströme ausgleicht, Störungen werden weggeschaltet und das Gehirn funktioniert effizienter“<sup>60</sup>. Sie beugt Gelenkproblemen vor und mindert das Schmerzempfinden. Die körperliche Arbeit trägt außerdem dazu bei, das Körpergewicht zu reduzieren. Das Atemvolumen erhöht sich um ungefähr 50 Prozent und auch das Sonnenlicht wirkt günstig auf den Hormon- und den Kalziumstoffwechsel und damit auf Knochen und Muskulatur. Ferner wirke die kreative oder meditative Beschäftigung im Garten „sehr positiv bei Depressionen, Ängsten und emotionalen Belastungen, und zwar akut in der Situation ebenso wie vorbeugend.“

Weiterhin gilt Gartenarbeit als hochwirksame Vorbeugung gegen Erschöpfung und Burn-out. Hier besteht Gestaltungs- und Handlungsspielraum, der sonst im Alltag oft nicht vorhanden ist. Man lernt außerdem, geduldig zu sein (das Gras wächst nicht schneller, wenn man dran zieht) und nicht kontrollierbare Einflüsse wie das Wetter hinzunehmen. Dadurch werden

<sup>57</sup> Claßen, Kistemann, 2010, Rathmann, 2017

<sup>58</sup> Gebhard 2014

<sup>59</sup> ILAG, 2020

<sup>60</sup> Neuhauser in Wimmer et al. 2011

Menschen gelassener und flexibler und können in einer Krise im wahrsten Sinne des Wortes wieder Boden unter den Füßen gewinnen. Und auch das soziale Leben wird verbessert. So bestehen hier unverbindliche Kontaktmöglichkeiten und mit der körperlichen Betätigung können Spannungen abgebaut werden.

C. Retzlaff-Fürst von der Universität Rostock konnte auch nachweisen, dass Gartenarbeit das **psychische Wohlbefinden und die Entwicklung sozialer Kompetenzen von Schüler:innen** fördern kann. Ein Projekt mit Studierenden zeigte, dass der Stresslevel gesenkt und das Selbstbewusstsein gestärkt werden konnte<sup>61</sup>.

Weiterhin ist zu vermuten, dass es einen Zusammenhang zwischen Gartenarbeit und gesunder Ernährung gibt. Wird Obst und Gemüse selbst angebaut, hat das Gärtnerinnen positive Auswirkungen auf das **Ernährungsverhalten**, da diese gesunden Produkte i.d.R. auch verzehrt werden. Insbesondere die Zufuhr sekundärer Pflanzenstoffe aus dem Verzehr von Obst und Gemüse hat einen direkten gesundheitsfördernden Einfluss. Die sekundären Pflanzenstoffe werden aufgrund ihrer chemischen Struktur und funktionellen Eigenschaften in verschiedene Gruppen eingeteilt. Dazu gehören beispielsweise Polyphenole, Carotinoide, Phytoöstrogene, Glucosinolate und Phytosterine. Gemäß dem Ernährungsbericht 2012<sup>62</sup> lassen die Ergebnisse aus zahlreichen epidemiologischen Studien die präventive Wirkung auf das Risiko für die Entstehung verschiedener Krankheiten zu, auch wenn noch nicht geklärt ist, zu welchem Anteil der gesundheitsfördernde Effekt auf einzelne sekundäre Pflanzenstoffe oder bestimmte Muster an sekundären Pflanzenstoffen zurückzuführen ist. Weiterhin sind bisher nicht alle relevanten sekundären Pflanzenstoffe identifiziert und auch noch nicht alle Wirkungen erforscht.

Bislang bekannt ist, dass Carotinoide, die z.B. in Karotten, Tomaten, Paprika, grünem Gemüse (Spinat, Grünkohl) oder Kürbis enthalten sind, antioxidativ, immunmodulierend und entzündungshemmend wirken. Sie verringern das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen und altersbedingte Augenkrankheiten. Glucosinolate, die in allen Kohlarten enthalten sind und außerdem in Rettich, Radieschen und Kresse, vermindern bestimmte Krebskrankheiten. Und die beispielsweise in Äpfeln, Birnen, Kirschen, Pflaumen und Beerenobst enthaltenen Flavonoide wirken nicht nur antithrombotisch, blutdrucksenkend, entzündungshemmend, immunmodulierend und antibiotisch, sondern haben auch positiven Einfluss auf kognitive Fähigkeiten.

Die im Garten angebauten Pflanzen werden häufig nicht nur direkt konsumiert, sondern durch verschiedene Verfahren haltbar gemacht. Hohen gesundheitlichen Nutzen hat dabei insbesondere das milchsaure Einlegen von Gemüse, insbesondere wenn es aus eigener Herstellung kommt. So konnte eine aktuelle Studie der Stanford-University nachweisen, dass der Verzehr von fermentiertem Gemüse vorbeugend beispielsweise gegen Darmkrebs wirkt<sup>63</sup>.

---

<sup>61</sup> Retzlaff-Fürst, C., 2021

<sup>62</sup> Watzl 2012

<sup>63</sup> Wastyk et al, 2021

#### 2.1.4 Zusammenfassung

Zusammenfassend lassen sich auf der Grundlage der Recherchen folgende Wirkungen von Parks und Gärten auf die Gesundheit feststellen:

- **Gesundheitsschützende** Wirkungen durch
  - Temperaturausgleich durch Beschattung und Verdunstung,
  - Filterung von Schadstoffen,
  - Minderung von Lärm bzw. der Beeinträchtigung durch Lärm,
  - Vermeidung von Hochwasserspitzen.
- **Gesundheitsfördernde** Wirkungen durch
  - Unterstützung des Herz-Kreislauf-Systems,
  - Bildung von Vitamin D,
  - Anregung des Immunsystems,
  - Verbesserung bei Stoffwechselkrankheiten,
  - Ausgleich von Hirnströmen,
  - Minderung von Schmerzempfinden, schnellere Gesundung,
  - Stressabbau,
  - positive Wirkung auf körperliche und geistige Entwicklung von Kindern,
  - positive Wirkung auf seelische Erkrankungen,
  - positive Wirkung bei kognitiven Beeinträchtigungen.

## 2.2 Projektleitende Ansätze, Gedanken und konzeptionelle Eingrenzungen

### 2.2.1 Gesundheit

Gemäß der Definition der Weltgesundheitsorganisation (WHO) ist „Gesundheit“ ein fundamentales **Menschenrecht**. Sie ist „ein Zustand des umfassenden körperlichen, geistigen und sozialen Wohlbefindens und nicht nur das Fehlen von Krankheit und Behinderung“. Die Grundvoraussetzungen für Gesundheit sind gemäß der Ottawa Charta 1986 „Frieden, angemessene ökonomische Mittel, Nahrung und Wohnmöglichkeiten, ein stabiles Ökosystem und nachhaltige Ressourcennutzung.“ Gesundheit beinhaltet demnach die physische, psychische und soziale Gesundheit.

Auf diesem ganzheitlichen Verständnis von Gesundheit ist die Definition der Gesundheitsförderung aufgebaut: „Die Gesundheitsförderung zielt auf einen Prozess, allen Menschen ein höheres Maß an Selbstbestimmung über ihre Gesundheit zu ermöglichen und sie dadurch zur Stärkung ihrer Gesundheit zu befähigen.“<sup>64</sup>

Entsprechend dem **Salutogenese**-Ansatz von Aaron Antonovsky ist Gesundheit kein Zustand, sondern ein Prozess mit fließenden Übergängen. Menschen bewegen sich stetig zwischen den Polen Gesundheit und Krankheit. Dieses Empfinden wird beeinflusst vom Kohärenzgefühl. Dieses beinhaltet die Überzeugung, dass das Leben verständlich, beeinflussbar und bedeutsam ist. Aufenthalte im Grünen, Naturerfahrung, Spaziergänge, Gartenarbeit und der Kontakt mit Tieren unterstützen das Kohärenzgefühl und damit die Möglichkeit, sich in Richtung des Gesundheitspols zu bewegen (vgl. Gebhard, 2009). Dies zeigt sich in der Zunahme therapeutischer Ansätze wie der Gartentherapie, der integrativen Landschaftstherapie oder „Green Care“<sup>65</sup>. Gesundheit ist somit ein subjektiv empfundener Zustand. Man kann sich trotz Krankheit wohlfühlen und sich andererseits krank fühlen, obwohl man klinisch gesund ist.

Trotz des verankerten Rechts auf Gesundheit und Wohlergehen ist weltweit in den Industrienationen in den letzten Jahren eine drastische Zunahme von zivilisationsbedingten Volkskrankheiten zu verzeichnen. Dem versuchen verschiedene Ansätze von Prävention entgegenzuwirken, z.B. durch Angebote der Krankenkassen wie „Gesundheitsförderung im Betrieb“ oder Bonusprogramme mit verschiedensten Angeboten insbesondere zu Bewegung und Entspannung. In den Medien zeigen zahlreiche beliebte Sendungen, wie man durch eine gesunde Ernährung, Sport und Entspannungsübungen selbst dazu beitragen kann, gesund zu bleiben oder zu werden.

Weniger im Fokus ist bislang der mögliche Beitrag von Grünflächen, wenngleich die positiven Wirkungen des Aufenthalts im Grünen schon lange bekannt sind (siehe Kap. 3.1.1), beschränkt sich ihre Nutzung vor allem auf Maßnahmen im Rahmen der Rehabilitation. Deshalb wurde die Studie initiiert, um aufzuzeigen, welches Potential Parks und Gärten für die Gesundheit der Menschen hat.

---

<sup>64</sup> Glossar Gesundheitsförderung, WHO 1998

<sup>65</sup> Petzold et al., 2011

Projektleitender Gedanke ist es, eine Synopse aus Garten/Park und Gesundheit in seiner gesamten Bandbreite von der Prävention (gesunde Lebensweise) bis hin zu kurativen und palliativen Ansätzen herzustellen. Dabei wird deutlich, dass die präventiven Gesundheitsthemen eine stärkere gartenkulturelle Ausrichtung haben können und Themen im Bereich der heilenden Herangehensweise verstärkt medizinisch ausgerichtet sein werden.

## 2.2.2 Abgrenzung „Parks und Gärten“ – „Natur“

Die Ergebnisse der medizinischen Studien belegen, dass „Natur“ eine positive Wirkung auf den Menschen hat. Dabei wird meist nicht zwischen Wald, freier Landschaft und gestalteten Grünflächen unterschieden. Deshalb wollen wir nachfolgend die speziellen Eigenschaften von Parks und Gärten herausstellen:

1. Im Gegensatz zur freien Naturlandschaft geben Parks und Gärten den Menschen mehr **Sicherheit**

Viele Menschen scheuen sich, allein in der freien Landschaft und speziell im Wald spazieren zu gehen. Dies betrifft insbesondere Frauen. Aus Erfahrung kann berichtet werden, dass es auch heute noch ungewöhnlich ist, wenn eine Frau allein im Wald unterwegs ist. Es kommt dann häufig die Frage: „Haben Sie keine Angst so allein?“ In einem Park würde diese Frage nicht gestellt werden.

In einem Park gelten darüber hinaus Verhaltensregeln entsprechend dem gesellschaftlichen Norm- und Wertesystem und daraus abgeleiteten Verhaltenserwartungen seitens der sozialen Umwelt. „Je intensiver durchgestaltet, gepflegt, aufwendiger hergerichtet beispielsweise die Grünanlage, desto ‚gesitteter‘ das Parkverhalten“<sup>66</sup>. Mit Ausnahme einiger großstädtischer Parks kann deshalb davon ausgegangen werden, dass sich auch Personen mit einem höheren Sicherheitsbedürfnis in Parks angstfrei aufhalten können.

Dies deckt sich mit der bereits zitierten Wanderstudie<sup>67</sup>. Die gärtnerisch gestaltete Natur wird zumindest von Reha-Patienten und älteren Menschen eher als Freizeitraum gewählt als der Wald.

2. Parks und Gärten sind **Aufenthaltsorte**

Parks und Gärten sind für den Aufenthalt von Menschen angelegt worden. Hier können sie Sport treiben, schlendern oder auch stundenlang auf einer Bank sitzen und lesen. Der Landschaftsraum wird hingegen eher zum Durchqueren bei Spaziergängen oder Fahrradtouren genutzt.

3. Parks und Gärten dienen als **soziale Treffpunkte**

Parks und Gärten bieten die Möglichkeit, sich zwanglos zu treffen, ob zu einem gemeinsamen Spaziergang, zum Grillen oder Fußballspielen. Wie wichtig diese Möglichkeit ist, hat sich nicht zuletzt in Pandemiezeiten herausgestellt.

<sup>66</sup> Tessin, 2004

<sup>67</sup> Bämer u.a., 2011

4. In Gärten kann **Selbstwirksamkeit** wahrgenommen werden

Im Garten kann man nicht nur passiv die Natur erleben, sondern aktiv sein und gestalten. Damit ist der Garten in einer Zeit, wo die meisten handwerklichen Arbeiten delegiert werden, ein Ort geblieben, an dem man das eigene Wirken erleben kann. Ob durch die Gestaltung des Gartens oder den Anbau von Gemüse, mit dem man auch einen Teil der Lebensmittelversorgung sicherstellen kann.

5. **Geistig-seelische und ästhetische Wirkung** von Parks und Gärten

Insbesondere die historischen Landschaftsparks waren so angelegt, dass sie zur Selbstbesinnung und zum Erkenntnisgewinn anregen sollten. Oft hatte hier das Gedankengut des Freimaurertums Einfluss, das eine geistige Erziehung des Menschen anstrehte. Aber auch ohne philosophische Hintergründe bewirken ästhetische Erlebnisse Entspannung und Erholung. Speziell in Deutschland hat auch der Friedhof als „letzter Garten“ eine wichtige **spirituelle Bedeutung**.

### 2.2.3 Bezug zu den BNE Nachhaltigkeitszielen

Die Vereinten Nationen haben in ihrer Agenda 2030 für nachhaltige Entwicklung<sup>68</sup> insgesamt 17 Nachhaltigkeitsziele definiert, die auf einen sorgfältigen Umgang mit Rohstoffen, der Umwelt und einer zukunftsorientierten Entwicklung der Welt setzen. Die BNE Nachhaltigkeitsziele sind in einem Vertrag festgehalten und sollen von allen beteiligten Nationen eingehalten und als Grundlage angelegt werden.

Die vorliegende Potentialentfaltungsstudie Gesunde Parks und Gärten hat in ihrer Konzeption und Analyse die BNE Nachhaltigkeitsziele ebenfalls berücksichtigt. Insbesondere im Zuge der Bewertung des Potentialpools im Land Niedersachsen wurde eine Einordnung in die Nachhaltigkeitsziele vorgenommen. Mit der Studie wird insbesondere das Ziel 3 „Gesundheit und Wohlergehen“ verfolgt. Alle Menschen jeden Alters sollen ein gesundes Leben führen können und ihr Wohlergehen fördern. Dabei wird die Perspektive der Gärten und Parks als Nukleus des Handelns angesetzt. Die Potentialentfaltungsstudie wirkt zusätzlich in den Zielen 4 „Hochwertige Bildung“, 5 „Geschlechtergleichheit“, 11 „Nachhaltige Städte und Gemeinden“, 12 „Nachhaltiger Konsum und Produktion“ 13 „Maßnahmen zum Klimaschutz“ sowie 15 „Leben an Land“.

---

<sup>68</sup> [www.bne-portal.de](http://www.bne-portal.de)



Abbildung 3: Übersicht Ziele für nachhaltige Entwicklung nach BNE

(Quelle: [www.bne-portal.de](http://www.bne-portal.de))

Die Bedeutung der BNE Nachhaltigkeitsziele und den damit verbundenen Werten zeigt sich mittlerweile interdisziplinär. Umweltbewusstsein und Nachhaltigkeit avancieren zunehmend vom individuellen Lifestyle und Konsumtrend zur gesellschaftlichen Bewegung – und zu einem zentralen Wirtschaftsfaktor, der alle unternehmerischen Sphären beeinflusst. Konsumierende und Beschäftigte etablieren neue Logiken und Wertesysteme, „Umwelt“ im weitesten Sinne wird zur Grundlage einer neuen globalen Identität. Der Megatrend redefiniert die Werte der globalen Gesellschaft, der Alltagskultur und der Ökonomie.<sup>69</sup>

<sup>69</sup> [www.zukunftsinstitut.de/dossier/megatrend-neo-ökologie](http://www.zukunftsinstitut.de/dossier/megatrend-neo-ökologie)

## 2.2.4 Gärten im ländlichen Raum

In Deutschland hat nahezu jeder zweite Haushalt (48 %) einen Garten am Haus, 7 % haben einen Klein- oder Schrebergarten und 7 % haben einen Gemeinschaftsgarten.<sup>70</sup> Die Gesamtfläche liegt im einstelligen Prozentbereich mit 1,13 %, wenn man die Flächen für Sport, Freizeit und Erholung an der Siedlung sowie Friedhöfe zusammennimmt. Auf reine Grünflächen entfällt ein Anteil von 0,6 % der gesamten Fläche des Landes Niedersachsen.<sup>71</sup> Nicht bekannt ist deren anteilige Verteilung in der Stadt und auf dem Land.

Die Potentialentfaltungsstudie fokussiert sich durch die Aufgabenstellung auf den ländlichen Raum sowie auf Parks und Gärten im Siedlungsbereich. Parks und Gärten in Großstädten wurden qua Aufgabenstellung nicht mit betrachtet. Allerdings mussten Untersuchungen z.B. zur Klimafolgenanpassung oder zum urbanen Grün mit Hinweisen auf gesundheitsfördernde Wirkungen ausgewertet werden, da in diesen Bereichen die Forschung zeitversetzt zu der im ländlichen Raum früher begonnen hat.

Die Gartenkultur Niedersachsens ist besonders geprägt durch die überkommene Struktur der Gutshöfe mit ihren Gutsparken aber auch den ländlichen häufig als Bauerngärten bezeichneten Freiräumen. Die große Zahl der Klöster aber auch der gartenbaulichen Produktionsbetriebe mit ihren Schauflächen sind ebenfalls eine Besonderheit im bundesweiten Vergleich. Häufig sind diese Orte noch immer prägend und eng verzahnt mit der Kulturlandschaft. Ihre Ausprägung hängt dabei von den jeweiligen Voraussetzungen der Landschaften ab.<sup>72</sup>



Abbildung 4: Blick vom Landschaftsgarten des Untergutes Lenthe in das Calenberger Land  
(Foto: Schoelkopf)

---

<sup>70</sup> <https://wohnglueck.de/artikel/gaerten-in-deutschland-zahlen-36505>

<sup>71</sup> Landesamt für Statistik Niedersachsen 2022

<sup>72</sup> Küster 2009, S. 27-28

Für die weitere Betrachtung gilt es, eventuelle Unterschiede von Grün im ländlichen und urbanen Raum in die Überlegungen aufzunehmen. Wöbse sieht z.B. einen wesentlichen Unterschied. Während ländliche Gärten in der Regel sehr stark in den Naturraum eingebettet sind und früher eher der Erhaltung der Lebensgrundlagen dienten, treten bei urbanen Parks und Gärten oft gestalterisch-künstlerische Absichten in den Vordergrund, die auch nach Repräsentation und Ausdruck streben. Als prägendes Element der Kulturlandschaft bzw. der ländlich geprägten Orte in Niedersachsen nennt er den ländlichen Zier- und Nutzgarten, dem verschiedene Funktionen der Ernährung, Gesundheit und der Therapie über die Heilkräuter zukamen. Sie boten zugleich durch ihre Gestaltung einen Blickfang in Bezug auf Schönheit, Schmuck und Ästhetik.<sup>73</sup>

Wöbse betont, dass es dabei ständig zu einer wechselseitigen Beeinflussung kommt. Bis heute lässt sich dieses Phänomen beobachten, denn auch beim aktuellen „urban gardening“<sup>74</sup> ist die vordergründige Selbstversorgung bzw. Ernährungssouveränität oft gepaart mit einer bestimmten Geisteshaltung. Umgekehrt finden sich auf dem Land nicht nur Obstwiesen, sondern auch Gärten, die voll sind von den auf Gartenschauen angebotenen Produkten.

Und auch offenkundige Widersprüche zwischen ländlicher und städtischer Gartenkultur lassen sich beobachten: Die seit einigen Jahren erfolgreich und in großer Zahl auf den Markt gekommenen Gartenzeitschriften, die das ländliche Leben preisen, werden paradoxe Weise von einem Großstadtpublikum gelesen. Umgekehrt ist es in vielen abgelegenen Regionen kaum möglich, ländliche Produkte zu kaufen, da sie eher in den Städten angeboten werden. Fast scheint es so, als wäre die ländliche Gartenkultur nur noch eine Fiktion der zunehmend von der wachsenden Mehrheit der Großstadt-Menschen geprägten Lebenswelt.<sup>75</sup> Wöbse warnt zudem: „Während der Zier- und Nutzgarten durch Lauben und Grotten Orte des Rückzugs bot, beherrschen heute Leere und Aufgeräumtheit die modernen Gärten. Aufgrund der geänderten gesellschaftlichen Ausrichtungen ist das über Generationen weitergegebene Wissen verloren gegangen.“<sup>76</sup>

Für die Praxisstudie stellt sich die Frage, ob Grün im ländlichen Raum die gleiche Bedeutung wie im urbanen Raum hat. Dagegen spricht oberflächlich betrachtet, eine höhere Verfügbarkeit von Grün in ländlichen Räumen aufgrund der stärkeren Verflechtung mit der Landschaft. Viele Menschen haben außerdem Zugang zu privaten Gärten an Einfamilienhäusern. Nur 17 % der Neubauten von Einfamilienhäusern erfolgen in Großstädten<sup>77</sup>.

Bei Adam wird deutlich, dass Einwohner von Landgemeinden durchschnittlich rund 100 qm Erholungsfläche zur Verfügung haben. Dies nimmt über Mittelstädte mit rund 50 qm auf rund 40 qm pro Einwohner in den Großstädten ab.<sup>78</sup> In den privaten Gärten der Kleinstädte ist zudem auffällig, dass hier in den letzten Jahren ein deutlicher Rückgang an Begrünung mit großen Gehölzen vermutlich aufgrund des Wunsches nach Pflegevereinfachung zu verzeichnen ist.

Dennoch sind auch im ländlichen Bereich Parks und Gärten für bestimmte Bevölkerungsgruppen und Nutzungsanforderungen (Spielplätze, Kita-Gärten, Gärten an Heil- und Pflegeeinrichtungen sowie als soziale Treffpunkte) eine notwendige Ergänzung zu Natur und Landschaft.

<sup>73</sup> Wöbse 2016, S. 10

<sup>74</sup> [www.urbangardeningmanifest.de](http://www.urbangardeningmanifest.de)

<sup>75</sup> Beck 2014, S. 19

<sup>76</sup> Wöbse 2016, S. 11

<sup>77</sup> [www.haus-bau-blog.de/hausbau-planung/hausbau-deutschland-neubau-einfamilienhaus/](http://www.haus-bau-blog.de/hausbau-planung/hausbau-deutschland-neubau-einfamilienhaus/)

<sup>78</sup> Adam 2021, S. 31

Außerdem bieten sie in den ländlichen Räumen, die sich in einer starken Transformation befinden, wichtige Anknüpfungspunkte zur selbstbestimmten Gestaltung und Nutzung der eigenen Lebensumwelt. Sie schaffen neue Perspektiven für das soziale Miteinander, wie sich in unterschiedlichen Projekten der Dorfentwicklung und der LEADER-Aktionsgruppen zeigt. Der Leitfaden „Zukunftsgärten“ weist z.B. übertragbare Ansätze zum Erkennen, Wertschätzen und Wiederbeleben ländlicher Gartenkultur aus.<sup>79</sup>

Gesundheitsfördernde Aspekte, die sich aus grüner Infrastruktur ergeben, wirken vermutlich im stark verdichteten Raum von Großstädten noch deutlicher, aber dennoch sind sie auch für kleinere Siedlungsstrukturen z.B. für Kleinstädte im ländlichen Raum als Orte der Hitzevorsorge wirksam.

## 2.2.5 Gesundheitsfördernde Parktypen

Grundsätzlich ist festzustellen, dass allein schon die Definition von Park- oder Gartentypen in der Gartenkunst nicht abgeschlossen und häufig je nach Aufgabenstellung unterschiedlich detailliert und definiert ist.<sup>80</sup> Die exakte Trennung von Park und Garten lässt sich nicht immer vollziehen und ist vielleicht auch für diese Potentialentfaltungsstudie nicht notwendig. Je nach Betrachtung können z.B. hinsichtlich Bepflanzung (Rosengarten, Kräutergarten), Nutzung (Sportpark, Gesundheitsgarten, Kurpark), der räumlichen Zugehörigkeit (ländlicher Garten, Stadtpark) oder der zeitlichen Entstehung (historischer Garten, zeitgenössischer Freiraum) besondere Typen abgegrenzt werden. Mit diesen Parktypen wird der Versuch unternommen, eine spezielle Intention eines Parks oder Gartens zu beschreiben. Eine qualifizierte Festlegung von Kriterien, die eine Zuordnung zu einem Parktyp ermöglicht, liegt nicht vor.

Ebenso wenig untersucht und definiert sind Parktypen, die explizit gesundheitsfördernde Wirkungen haben. Hier lassen sich zwar Typen benennen, die mit dem Ziel der Gesundheitsförderung angelegt wurden. Dies sind z.B. Heilpflanzengärten, Gesundbrunnen, Kur- und Volksgärten und auch die Therapiegärten. Aber auch für sie gibt es nur unzureichende Festlegungen, welche Elemente, Größen, Gestaltungen und Ausstattungselemente beispielsweise ein derartiger Garten oder Park besitzen muss. Und nur in wenigen Nutzungskontexten sind z.B. bei Kindergärten<sup>81</sup> oder bei Heilbädern und Kurgärten erforderliche Ausstattungselemente vorgegeben oder Anforderungen definiert und die Überprüfung der Qualität mit einem Siegel z.B. vom „Park im Kurort“ belegt.<sup>82</sup> Selbst bei der Zertifizierung zum Kurpark wird auf die Betrachtung des Einzelfalls verwiesen und der Spielraum für eine angemessene Ausgestaltung offen gehalten.

Für diese Potentialentfaltungsstudie ist es im Umkehrschluss von Bedeutung, die Frage zu stellen, ob es Park- und Gartentypen gibt, die keine gesundheitsfördernde Wirkung haben. Ein plakatives Gegenbeispiel sind Schottergärten, die keine gesundheitsfördernde Wirkung besitzen und auch keine abmildernde Wirkung gegen Effekte des Klimawandels bieten. Nach Ansicht von Wendeborg sind sie aus dem falsch verstandenen Ansatz einer pflegearmen Gestaltung in den letzten Jahren in Mode gekommen. Denn während Pflanzen durch Verdunstung

---

<sup>79</sup> ASG 2008

<sup>80</sup> Vgl. z.B. Wiegand 2002, Amtshof Eicklingen 2009

<sup>81</sup> Die Festlegung einer Mindestfläche von 12 qm pro Kind für ein Außengelände einer Kindertagesstätte regelt die Verordnung zur Durchführung des Niedersächsischen Gesetzes über Kindertagesstätten und Kindertagespflege

<sup>82</sup> Siehe Deutscher Heilbäderverband e.V. 2017 bzw. [www.deutscher-heilbaederverband.de/qualitaet/park-im-kurort](http://www.deutscher-heilbaederverband.de/qualitaet/park-im-kurort)

aktiv ihre Umgebung kühlen, heizen sich Kies und Schotter tagsüber auf und strahlen diese Hitze nachts wieder ab. Das ist aus Sicht von Wendeborg alles andere als erholsam und gesundheitsfördernd.<sup>83</sup>

Doch hinreichende Untersuchungen zur graduellen Bewertung von Freiräumen mit wenig oder ohne gesundheitsfördernde Wirkung gibt es nicht. In dieser Praxisstudie wird deshalb davon ausgegangen, dass nahezu jeder Park und Garten eine gesundheitsfördernde Wirkung hat. Studien belegen, dass bereits ein Baum zu mehr Wohlbefinden beitragen kann. Die Größe kann somit nur bedingt als Kriterium gelten. Selbst dem Gemüsegarten auf dem Balkon oder auf dem Fensterbrett wird eine Bedeutung in Richtung ökologische Autonomie und Selbstversorgung 2.0 zugestanden, der zudem ein hohes Glückspotential mit sich bringt<sup>84</sup> und während der Corona-Pandemie zusammen mit dem Kleingarten einen neuen Stellenwert bekommen hat.<sup>85</sup>

Die qualifizierte Betrachtung des Einzelfalls steht somit im Vordergrund, wenn die Qualität eines Parks oder Gartens hinsichtlich seiner gesundheitsfördernden Wirkung ansteht.

## 2.2.6 Ökonomische Bedeutung von Gesundheit

Gesundheit im ganzheitlichen Sinne hat eine hohe ökonomische Bedeutung. Diese kann von zwei Perspektiven betrachtet werden. Die erste Perspektive ist die Bedeutung der Wirtschaftskraft der Gesundheitswirtschaft an der Bruttowertschöpfung. Die zweite Sichtweise ist die des Wohlergehens der Gesellschaft zum Erhalt der Wirtschaftskraft und der Bruttowertschöpfung.

Das Bundesministerium für Wirtschaft und Klimaschutz gibt regelmäßig Fakten und Zahlen zur Gesundheitswirtschaftlichen Gesamtrechnung heraus.<sup>86</sup> Unter Gesundheitswirtschaft wird in diesem Kontext die Gesamtheit von industrieller Gesundheitswirtschaft, medizinischer Versorgung sowie weiterer Teilbereiche verstanden. Als industrielle Gesundheitswirtschaft werden die Teilbereiche Produktion (u.a. Humanarzneimittel, medizintechnische Geräte, Medizinprodukte) sowie Vertrieb und Großhandel gezählt. Die medizinische Versorgung umfasst die stationäre sowie teil-stationäre Versorgung.<sup>87</sup> Die Fakten und Zahlen der Gesundheitswirtschaft können für die einzelnen Bundesländer berechnet werden. Für das Jahr 2019 konnte das Bundesland Niedersachsen eine Bruttowertschöpfung in Höhe von 30 Mrd. Euro in der Gesundheitswirtschaft erzielen. Damit lag der Anteil dieses Bereich bei 11,4 %. Die Gesundheitswirtschaft verzeichnet dabei einen Zuwachs von 4,3 % p.a.. Im Vergleich dazu wächst die Gesamtwirtschaft in der Gesamtbetrachtung nur um 3,9 %. In Niedersachsen sind rund 685.000 Erwerbstätige in der Gesundheitswirtschaft beschäftigt. Das macht einen Anteil an der Gesamtwirtschaft von 16,6 % aus. Der Anteil der Erwerbstätigen in der Gesundheitswirtschaft in Niedersachsen ist von 2009 mit 15,3 % auf nun 16,6 % gestiegen. Dies zeigt einerseits die Bedeutung der Gesundheitswirtschaft in der ökonomischen Betrachtung. Gleichzeitig zeigt es jedoch auch den steigenden Bedarf an Fachkräften in dem Sektor.

Der steigende Bedarf in der Gesundheitswirtschaft drückt sich auch in den wachsenden Gesundheitsausgaben wieder. Insbesondere die Corona-Pandemie hat die

<sup>83</sup> Wendeborg 2020

<sup>84</sup> Mijnals o.J.

<sup>85</sup> Sokolow

<sup>86</sup> BMWK 2019 – Gesundheitswirtschaft Fakten und Zahlen, Ausgabe 2019

<sup>87</sup> Vgl. ebd.

Gesundheitsausgaben ansteigen lassen. Im Vergleich zum Vor-Corona-Jahr 2019 sind die Gesundheitsausgaben in 2020 bundesweit um 6,5 % auf nunmehr 440,6 Mrd. Euro gestiegen. Diese Ausgaben machten einen Anteil von rund 13,1 % am Bruttoinlandsprodukt der Bundesrepublik Deutschland aus.<sup>88</sup>

Der Trend ansteigender Gesundheitsausgaben wird nach dem Bundesverband der deutschen Industrie für den Zeitraum bis 2030 noch anhalten. Es wird ein jährliches Wachstum von 5,9 % weltweit erwartet.<sup>89</sup> Dementsprechend besteht die Gefahr, dass „ohne greifende Strukturreformen [...] die Gesundheitsausgaben auf absehbare Zeit weiter schneller als das Sozialprodukt steigen und nur durch Rückgriff auf staatliche Mittel, Beteiligung der privaten Wirtschaft und eine wachsende Selbstbeteiligung der Kranken aufzubringen sein [wird]“<sup>90</sup>.

Insofern nimmt auch die zweite Perspektive der ökonomischen Bedeutung von Gesundheit einen hohen Stellenwert ein. Zukünftig werden sich private Unternehmen verstärkt für eine präventive Herangehensweise einsetzen müssen, um die Gesundheitskosten zu minimieren.<sup>91</sup> Dementsprechend nehmen ein betriebliches Gesundheitsmanagement sowie die das Unternehmen einrahmenden Freiräume zukünftig mehr und mehr Bedeutung ein.

Es lässt sich insgesamt festhalten, dass die Gesundheit in den kommenden Jahren eine zunehmende ökonomische Bedeutung haben wird. Dies ist sowohl auf der Einnahmen- wie auch der Ausgabenseite spürbar und nimmt direkten Einfluss auf das Arbeitskräftepotential.

## 2.2.7 Gesundheit und Tourismus

Der Tourismus stellt in Niedersachsen einen wichtigen Wirtschaftszweig dar. Nicht nur Destinationen wie Nordsee, Lüneburger Heide oder Harz tragen zur Wertschöpfung bei. Vielmehr haben auch die ländlichen Räume einen hohen touristischen Stellenwert. Eine zunehmende Bedeutung kommt dabei dem Gesundheitstourismus zu. Im strategischen Handlungsrahmen für die Tourismuspolitik auf Landesebene wurden für Niedersachsen die Ziele „Urlaub in Niedersachsen macht gesund“ sowie „Ein Aufenthalt in Niedersachsen ist Medizin ohne Beipackzettel“<sup>92</sup>. Aufgrund eines wachsenden Gesundheitsbewusstseins in der Bevölkerung und den Folgen der demografischen Entwicklung stellt der Gesundheitstourismus einen Wachstumsmarkt dar.

Die Studie Gesunde Parks und Gärten hat einen starken Bezug zum beschriebenen Gesundheitstourismus. Parks und Gärten leisten bereits heute einen Beitrag zur Gesundheitsförderung. Für die Potentialbetrachtung wird ein Blick sowohl auf den Gast aus der eigenen Region wie auch auf Tagesgäste aus weiter entfernten Orten gerichtet.

Urlaubsmove haben für die Angebotsgestaltung und das Marketing eine wichtige Funktion. Die jährliche Reiseanalyse der Forschungsgemeinschaft Urlaub und Reisen e.V. liefert mit seinen über 11.000 Interviews repräsentative Ergebnisse zum Reisen im deutschsprachigen Raum. Die Reiseanalyse für das Jahr 2020 gibt Aufschluss über das Potential zur Studie Gesunde Parks und Gärten. Folgende Kernaussagen lassen sich ableiten:

---

<sup>88</sup> [https://www.destatis.de/DE/Presse/Pressemitteilungen/2022/04/PD22\\_153\\_236.html](https://www.destatis.de/DE/Presse/Pressemitteilungen/2022/04/PD22_153_236.html)

<sup>89</sup> Nefiodow, Der sechste Kondratieff, 2014

<sup>90</sup> Ebd. S. 47

<sup>91</sup> Ebd. S. 47

<sup>92</sup> MW, Strategischer Handlungsrahmen für die Tourismuspolitik auf Landesebene, 2014

1. Als Urlaubsaktivität in den letzten 3 Jahren, die „sehr häufig/häufig“ ausgeübt wurde, geben bundesweit 38 % an, **Naturattraktionen besucht** zu haben. Der Anteil der niedersächsischen Befragten ist um 9 % höher als in der Gesamtbevölkerung.<sup>93</sup>
2. 48 % der Bundesbürger:innen ist als Urlaubs动机 „**Natur erleben** (schöne Landschaften, reine Luft, sauberes Wasser)“ besonders wichtig. Der Anteil der niedersächsischen Befragten ist um 5 % geringer als in der Gesamtbevölkerung.<sup>94</sup>
3. 10 % der bundesweit Befragten geben an, in den letzten 3 Jahren „sehr häufig/häufig“ **Gesundheits-/Kureinrichtungen als Urlaubsaktivität** genutzt zu haben. Der Anteil der niedersächsischen Befragten ist um 4 % geringer als in der Gesamtbevölkerung.<sup>95</sup>
4. Besonders wichtig ist für 25 % der deutschen Bevölkerung das Urlaubs动机 „**etwas für die Gesundheit tun**“. Der Anteil der niedersächsischen Befragten ist um 21 % höher als in der Gesamtbevölkerung.<sup>96</sup>
5. 59 % der deutschen Bevölkerung geben als besonders wichtiges Urlaubs动机 „**Frische Kraft sammeln, auftanken**“ an. Der Anteil der niedersächsischen Befragten ist um 3 % höher als in der Gesamtbevölkerung.<sup>97</sup>
6. „**Gesundes Klima**“ ist für 39 % der deutschen Bevölkerung ein besonders wichtiges Urlaubs动机. Der Anteil der niedersächsischen Befragten ist um 4 % höher als in der Gesamtbevölkerung.<sup>98</sup>

Die Reiseanalyse aus dem Jahr 2020 verdeutlicht, dass insbesondere die Reisenden, denen im Urlaub der Aspekt „etwas für die Gesundheit tun“ sowie „frische Kraft sammeln, auftanken“ wichtig ist, großes Potential haben. Diese Personen können als Zielgruppe für die Angebote und Infrastrukturen gesundheitsfördernder Parks und Gärten angesehen und in den Fokus gerückt werden.

Aufgrund seines stark querschnittsorientierten Charakters führt die reine Betrachtung der klassischen touristischen Produktionsbereiche wie Gastronomie und Beherbergung zu keiner verlässlichen Aussage über die ausgelösten wirtschaftlichen Effekte, da hier nur die direkte Bruttowertschöpfung des Tourismus dargestellt werden kann. Allerdings löst der Tourismus einen hohen Anteil an indirekter Bruttowertschöpfung aus, der durch die Übernachtungs- und Besuchsgäste in den Destinationen generiert wird. Die TourismusMarketing Niedersachsen hat 2019 zum zweiten Mal nach 2015 eine ökonomische Betrachtung des Tourismus in Auftrag gegeben, die sich an dem Modell des Tourismus-Satellitenkontos orientiert. Entsprechend dieser Systematik wird die ökonomische Bedeutung von der Nachfrageseite erfasst. Sie berücksichtigt dabei Ausgaben der Tourist:innen unter anderem für An- und Abreise, Übernachtungen, Verpflegungen oder sonstige Einkäufe. Damit steht ein valides Messinstrument für die Tourismuswirtschaft zur Verfügung. Im Mai 2022 wurden aktuelle Zahlen für das Tourismus-Satellitenkonto für Niedersachsen 2019 veröffentlicht. Demnach haben Tourist:innen in Niedersachsen im Jahr 2019 eine Konsumnachfrage von insgesamt 23,2 Mrd. Euro ausgelöst. Die direkten und indirekten Bruttowertschöpfungseffekte des touristischen Konsums machen in

<sup>93</sup> FUR e.V., Reiseanalyse 2020

<sup>94</sup> Ebd.

<sup>95</sup> Ebd.

<sup>96</sup> Ebd.

<sup>97</sup> Ebd.

<sup>98</sup> Ebd.

Niedersachsen 13,6 Mrd. Euro aus. Damit steuert die Tourismuswirtschaft 4,9 % zur gesamten Wirtschaftsleistung im Bundesland bei.

In Bezug auf die vorliegende Studie sind insbesondere die gesundheits- und erholungsorientierten Wirtschaftsleistungen von Interesse. Im Tourismus-Satellitenkonto werden verschiedene touristische Produktkategorien unterschieden. Im Kontext der Gesunden Parks und Gärten und im Sinne des Gesundheitstourismus können hier die Kategorien „Sport, Erholung, Freizeit und Kultur“ sowie „Vorsorge- und Rehakliniken“ betrachtet werden. Diese beiden Produktkategorien lösen einen touristischen Konsum in Höhe von insgesamt 1,91 Mrd. Euro aus. Nach direkter Bruttowertschöpfung erzielen die Dienstleistungen des Sports, der Unterhaltung und der Erholung 6,1 % und die Dienstleistungen des Gesundheitswesens in Niedersachsen 3,5 %.<sup>99</sup>

## **2.2.8 Gesundheit als Aspekt in der Entwicklung, Vernetzung und Vermittlung von Parks und Gärten**

Anfang des 21. Jahrhunderts entwickelte sich u.a. mit dem Modellprojekt „Gartenträume Historische Parks in Sachsen-Anhalt“ ein Trend zum Gartentourismus, der sich in der Bildung unterschiedlicher Garteninitiativen und Gartennetzwerke zeigte und in der Gründung des Gartennetz Deutschland mit bundesweit 13 Mitgliedsinitiativen mündete. Dieses Netzwerk wird heute von der Deutschen Gesellschaft für Gartenkunst und Landschaftskultur getragen. Zahlreiche Studien für historische Gärten widmen sich dem Marketing sowie weiteren Aspekten der Vernetzung und der Wirtschaftlichkeit von Parks und Gärten und auch den Zielgruppen und deren Erwartungen.<sup>100</sup>

Hauptziele der Initiativen wie der GartenKultur Thüringen sind eine angemessene touristische Vermarktung und die Sichtbarmachung des wertvollen Bestandes an Gartenanlagen. Menschen innerhalb und außerhalb der Region sollen für die Gartenkultur begeistert werden. Es geht darum, Verständnis für die Erhaltung der Gartenanlagen und Einrichtungen zu fördern und ihre Bedeutung als wichtigen Standortfaktor für die wirtschaftliche und gesellschaftliche Entwicklung herauszuheben.<sup>101</sup> Letztlich läuft es häufig darauf hinaus, die aufwändige Unterhaltung von historischen und zeitgenössischen Parks und Gärten durch gesellschaftliche Relevanz zu finanzieren und einen schlechenden Verlust durch mangelnde Pflege reduzieren zu können.<sup>102</sup>

Auffällig ist, dass in der Außenkommunikation mit Blick auf die Besucher:innen von Parks und Gärten das Erleben der Gartenkultur und der Gartenkunst bei diesen Initiativen im Vordergrund steht. Das Entdecken, Verweilen, Spazieren und Entspannen in den Parks und Gärten werden häufig bei vielen Initiativen als wichtige Formen einer möglichen Auseinandersetzung im Marketing und in der Kommunikation ins Feld geführt.<sup>103</sup> Auch die Förderung der ländlichen Räume gehört wie beim Gartenland Brandenburg zu den Zielen. Diese Aspekte führen zwar zu einer Gesundheitsförderung bei Besucher:innen von Parks und Gärten. In der

---

<sup>99</sup> DIW Econ GmbH, Wirtschaftsfaktor Tourismus in Niedersachsen – TSA 2019, Stand 13.10.2021

<sup>100</sup> Z.B. Brandt, von Bothmer, Rohde 2004 und Brandt, von Bothmer und Mangels, Claus 2007

<sup>101</sup> [www.gartenkultur-thueringen.de/garten-und-parkanlagen/](http://www.gartenkultur-thueringen.de/garten-und-parkanlagen/)

<sup>102</sup> Gartennetz Deutschland 2010

<sup>103</sup> [/www.muensterland.com/tourismus/themen/erlebnis-region-muensterland/gaerten-und-parks](http://www.muensterland.com/tourismus/themen/erlebnis-region-muensterland/gaerten-und-parks)

Kommunikation wird allerdings nur selten ein Bezug zur Gesundheit explizit hergestellt, obwohl viele der Initiativen Parktypen umfassen, die gesundheitsfördernd sein könnten.

Ringkamp, als Mitinitiatorin des Gartennetz Deutschland, machte allerdings sehr wohl deutlich, dass Parks und Gärten Wertschöpfungsfaktoren im Bereich Soziales und Gesundheit u.a. in den Ansätzen Vorsorge, Beratung (z.B. Ernährung), Wellness, Therapie, Rehabilitation haben. Diese müssten ausreichend kommuniziert werden, um zur allgemeinen Wertschätzung von Parks und Gärten zu führen und sollten auch durch Entwicklung von Angeboten ausgeschöpft werden.<sup>104</sup>

Kurparke sind sicherlich die deutlichsten Botschafter des Themas gesundheitsfördernde Parks und Gärten, dem sich auch die Interessengemeinschaft IG Park im Kurort als Zusammenschluss von Gärtnern und Touristikern verschiedener Heilbäder und Kurorte in ganz Deutschland angenommen hat. Ihr wichtigstes Ziel ist es, die Qualität der Kurparks zu erhalten und weiter voranzutreiben. Dazu vergeben sie das Grüne Gütesiegel „Park im Kurort“.<sup>105</sup> Resch stellt allerdings auch die Frage, ob der Kurpark eine vernachlässigte therapeutische Ressource ist. Schon seit einiger Zeit reagieren Kurorte auf rückläufige Besucherzahlen mit neuen Angeboten in Kurparks. Beispielhaft kann hier die Entwicklung hin zu einer modernen Freizeit- und Bewegungslandschaft genannt werden, wie es die Stadt Bad Gandersheim mittels der Landesgartenschau 2022 versucht. Der Kurpark von Bad Sachsa gibt sich z.B. eine neue Ausrichtung als Vitalpark, um breitere Nutzergruppen anzusprechen, ist gleichzeitig auch Startpunkt von unterschiedlichen Terrainkurwegen.

Das Europäische Gartennetzwerk EGNH mit Sitz auf Schloss Dyck in Nordrhein-Westfalen wurde 2003 gegründet und umfasst 13 regionale Gartenrouten und fünf europäische Themenrouten in mehreren europäischen Ländern.<sup>106</sup> Der Park der Gärten in Bad Zwischenahn ist als niedersächsischer Vertreter Mitglied im Netzwerk. Im Themenschwerpunkt „Fruchtbare Gärten“ nimmt das EGNH konkret zum Thema Gesundheit Bezug. Die Ernte von Obst und Gemüse bildet dabei das Hauptmotiv für die Anlage und Bewirtschaftung eines Gartens: „Kräuter und Heilpflanzen steigerten Vielfalt und Genuss der Speisen und dienen der Konservierung von Nahrungsmitteln sowie der Erhaltung oder Wiederherstellung der Gesundheit. Mit ihrer Ruhe und Natürlichkeit, mit ihrer positiven Wirkung auf Körper, Geist und Seele sind Gärten auch im weitergehenden Sinn „fruchtbar“. Besonders deutlich wird dies bei Kurparks und therapeutisch genutzten Gärten, die die Gesundheit, Rekonvaleszenz oder Wellness fördern.“<sup>107</sup>

„Die Garten Tulln“<sup>108</sup> mit der Initiative Natur im Garten in Niederösterreich engagiert sich rund um das ökologische und nachhaltige Gärtnern und vermittelt dies unterschiedlichen Zielgruppen u.a. Schüler:innen, Lehrer:innen und Privatgärtner:innen sowie an Gartenfreunde. Die Idee und das Know-how wird als europäische Idee vom Verein „European Garden Association – Natur im Garten International“ auch in andere Länder übertragen. In Niedersachsen hat sich der Verein Gartenhorizonte der Initiative Natur im Garten angeschlossen. Forschung und Lehre zur gesundheitsfördernden Wirkung von Gärten wird an der Hochschule für Agrar- und Umweltpädagogik in Wien betrieben.<sup>109</sup> So gibt es beispielsweise Seminare im Bereich Gartentherapie und Green Care. Seit 2007 wird gemeinsam mit der Donauuniversität Krems der

<sup>104</sup> Ringkamp 20, S. 43

<sup>105</sup> [www.kurpark-deutschland.de](http://www.kurpark-deutschland.de)

<sup>106</sup> [www.wp.euhn.org/de/europaeische-themen/fruchtbare-gaerten/](http://www.wp.euhn.org/de/europaeische-themen/fruchtbare-gaerten/)

<sup>107</sup> [www.wp.euhn.org/de/europaeische-themen/fruchtbare-gaerten/#1483381743856-db1f8571-ed89](http://www.wp.euhn.org/de/europaeische-themen/fruchtbare-gaerten/#1483381743856-db1f8571-ed89)

<sup>108</sup> [www.diegartentulln.at](http://www.diegartentulln.at)

<sup>109</sup> Zentrum für Weiterbildung und Drittmittelprojekte Hochschule für Agrar- und Umweltpädagogik 2016

Universitätslehrgang Gartentherapie angeboten. Im Jahr 2012 ist darüber hinaus der Masterstudienlehrgang „Green Care“ ins Leben gerufen worden. Dort wird das große Potential von Green Care entwickelt, die als innovative Symbiose von Landwirtschaft, Bildung, Gesundheit und Sozialem gesehen wird. Sie soll neue Chancen für die ländlichen Räume schaffen.

Die Gartenakademie Sachsen-Anhalt, 2011 aus dem Netzwerk Gartenträume gegründet, hat den Aspekt der Gesundheitsförderung in ihre Handlungsfelder integriert und bildet z.B. zertifizierte Gartentherapeuten aus. Außerdem bietet sie Bildungsangebote zur gesunden Ernährung aus dem eigenen Garten z.B. in Kräuter- und Kochwerkstätten an und veranschaulicht diese Zusammenhänge in eigens angelegten Therapie- und Nutzgärten. Dabei richtet sich die Akademie insbesondere mit dem Projekt „Kindergärten. Essgärten. Aus dem Boden auf den Teller und ins Glas.“ an Kinder und Jugendliche. Unterstützt wird das Projekt von der Stiftung Umwelt-Natur-Klimaschutz des Landes Sachsen-Anhalt, der Concordia Stiftung und weiteren Partner:innen. Es will durch Schulung, Qualifizierung und Wissenstransfer das Personal in den KiTas befähigen, den dort betreuten Kindern die Themen „Umweltbildung. Gesundes Essen. Gesundes Leben“ nahe zu bringen.<sup>110</sup>

Gartenakademien sind in neun Bundesländern<sup>111</sup> aktiv und häufig den Landwirtschaftsministrien und -kammern zugeordnet. Sie tragen mit ihren Angeboten im Bereich der Umwelt- und Gartenpädagogik zur Gesundheitsförderung über nachhaltiges Gärtnern, Ernährung, Therapie und Bewegung im Kontext von Parks und Gärten bei. Aber auch bei diesen Trägern wird deutlich, dass Gesundheit als Aspekt in der Kommunikation seltener oder als nur Teilaспект wie bei der Gartenakademie Thüringen (Gartenarbeit als Gesundheitsvorsorge) eingesetzt wird.

Auffallend ist auch, dass viele der zwischenzeitlich mal bis zu 30 gartenkulturellen, touristischen Routen und Netzwerke heute ebenso wie Anbieter von Gartenfestivals nicht mehr aktiv sind.<sup>112</sup> Die Gründe wären zu eruieren. Themenschwerpunkte und die Bereitstellung von Resourcen aber verschieben sich und auch in der Gartenkultur sind Modewellen und Trends zu erkennen, zumal die Gartenkultur immer ein Spiegel gesellschaftlicher Entwicklungen ist.

Aktuell rücken bei den Netzwerken Parks und Gärten vor dem Hintergrund des Klimawandels und der Pandemie in den Blickpunkt. Bei GartenRheinMain lautet das Fokusthema im Jahr 2022 „Grünes Wissen wächst“. Ein breites Programm an Vorträgen und Kursen geht z.B. mit dem Blick in die Hausapotheke auf die Immunstärkung mit Wildkräutern, die Stärkung durch einen Achtsamkeitsspaziergang oder auf das Waldbaden ein.<sup>113</sup> Der Thementag des Gartennetz Deutschland, Rendezvous im Garten, steht dieses Jahr mit dem Slogan „Gärten gestalten Klima“ ebenfalls im Zeichen des Klimaschutzes.<sup>114</sup>

Sie reagieren damit auf politische Weichenstellungen und das Engagement grüner Verbände und Initiativen. Mit der 2007 beschlossenen „Nationalen Strategie zur biologischen Vielfalt“

---

<sup>110</sup> [www.gartenakademie-sachsen-anhalt.de/projekte-u-angebote/kindergaerten](http://www.gartenakademie-sachsen-anhalt.de/projekte-u-angebote/kindergaerten)

<sup>111</sup> Bayerische Gartenakademie, Gartenakademie Baden-Württemberg e.V., Gartenakademie Rheinland-Pfalz, Gartenakademie Sachsen-Anhalt, Gartenakademie Thüringen, Hessische Gartenakademie, Niedersächsische Gartenakademie, Saarländische Gartenakademie, Sächsische Gartenakademie

<sup>112</sup> Crossing fences (Regierungsbezirk Lüneburg), Gärten ohne Grenzen, Garten.netz.werk.NÖ, Gartenkulturlehrpfad Fulda, Gartenträume Historische Parks in Sachsen-Anhalt, Irdische Paradiese (Niedersachsen), Jahr der Landschafts- und Gartenkultur in Brandenburg, Kleine Paradiese OstWestfalen Lippe, Kultourinitiative Rhein-Main, Route der Gartenkultur in der Nordwest-Region Niedersachsen & Bremen, Straße der Gartenkunst zwischen Rhein und Maas, Herrenhäuser und Parks im Mühlenkreis, Het Tiunpad ap, Dortmunder Parklandschaft, Parklandschaft Ammerland, Grenzenlos Grün, Gartennetzwerk Bayern, Gartennetzwerk Hamburg, GartenRheinMain, Hessen; Route der Gartenkultur im Nordwesten, Niedersachsen, Blütenroute, Niedersachsen, Gartenkulturpfad beiderseits der Elbe, Sachsen, Gartenroute zwischen den Meeren, Berlins Grüne Seiten, Gartenroute Münsterland, Sächsische Parkräume

<sup>113</sup> [www.krfm.de/projekte/gartenrheinmain/jahresthema/](http://www.krfm.de/projekte/gartenrheinmain/jahresthema/)

<sup>114</sup> [www.rendezvousimgarten.de](http://www.rendezvousimgarten.de)

wurde das politische Ziel vereinbart, dass in den Städten öffentlich zugängliches Grün für alle Bürgerinnen und Bürger in der Regel fußläufig zur Verfügung stehen soll. Dabei ging es sowohl darum, Naturerfahrungen zu ermöglichen als auch die gesundheitsfördernden Wirkungen von Grünflächen für die Stadtbevölkerung zu nutzen. 2013 hat die Bundesregierung das Thema „Grün in der Stadt“ erstmals umfassend und ressortübergreifend auf die Agenda gesetzt und eine langfristige Initiative für grünere Städte gestartet.

Mit dem Grünbuch und dem anschließenden Weißbuch „Stadtgrün“ sind zwei richtungsweisende Publikationen entstanden, die Grün als prägendes Element der Städte würdigen, das vielfältige soziale, gesundheitliche, wirtschaftliche, ökologische und klimatische Funktionen übernimmt. Dies gilt es auch in Zukunft zu stärken.<sup>115</sup> Das vierte Handlungsfeld des Weißbuchs Stadtgrün fordert ausdrücklich die sozialverträgliche und gesundheitsförderliche Entwicklung von Stadtgrün.

Der Bund deutscher Landschaftsarchitekt:innen bdla engagiert sich z.B. auf landes- und bundespolitischer Ebene für die ideelle und finanzielle Unterstützung von Freiräumen und setzt seit 2016<sup>116</sup> durch die Bezugnahme auf den Klimaschutz und die Klimafolgenanpassung gezielt auf die Entwicklung und die Kommunikation der gesundheitsfördernden Aspekte der Grünen Infrastruktur.<sup>117</sup> Von Dressler weist besonders den urbanen Freiräumen eine gesundheitsfördernde Funktion zu, da sie eine resiliente Stadt ausmacht, die es stadtplanerisch auch zu vernetzen gilt.<sup>118</sup> Der Arbeitskreis Grüne Infrastruktur beim Netzwerk Baukultur Niedersachsen fördert diese Thematik mit Exkursionen, Foren und Fortbildungen.

In den Wirkungs- und Handlungsfeldern der Charta Zukunft Stadtgrün ist Gesundheit durch Stadtgrün bei den grünen Verbänden ebenfalls prominent vertreten. Es wird gefordert, gesundheitliche Risiken und Fehlentwicklungen in den Städten frühzeitig zu erkennen und zu vermeiden. Die vielfältige positive Wirkung städtischen Grüns auf die Gesundheit und das Wohlergehen der Menschen soll deutlich stärker als bisher nutzbar gemacht und die Potentiale der Grün- und Freiräume für Spiel, Sport und Bewegung in Kooperationsstrukturen sowie unter Beteiligung von Sportvereinen konsequenter erschlossen werden. Die prophylaktische Wirkung soll gezielt zum Tragen kommen, um die potentiellen Folgen für Behandlungskosten zu senken.<sup>119</sup>

Die Stiftung Grüne Städte zum Leben, die ebenfalls aus dem Kontext der grünen Verbände entstanden ist, unterstreicht außerdem die Bedeutung von Grün am Arbeitsplatz für das Wohlergehen von Menschen und bezieht sich auf die Wirkung von Grün für die Erholung und Genesung.<sup>120</sup>

Besonders in den Städten und Landkreisen ist der Klimaschutz und die Klimafolgenanpassung zum vorrangigen Thema geworden. Die Belange von Parks und Gärten erhalten Unterstützung aus Förderprogrammen und Beratung durch neu eingerichtete Stellen für Klimamanagements. Gestärkt werden müssten allerdings auch der Haushalt für die Gestaltung und Pflege von Parks und Gärten. Bedauerlicherweise gehören diese Aufgaben zu den freiwilligen

<sup>115</sup> Bundesministerium für Umwelt, Naturschutz, Bau und Reaktorsicherheit

<sup>116</sup> Schoelkopf 2015, S. 7

<sup>117</sup> [www.bdla.de/de/thermen/klimaanpassung-gruene-infrastruktur/wir-gestalten-klima](http://www.bdla.de/de/thermen/klimaanpassung-gruene-infrastruktur/wir-gestalten-klima)

<sup>118</sup> Von Dressler 2015, S. 10

<sup>119</sup> Bundesverband Garten-, Landschafts- und Sportplatzbau e. V. 2014

<sup>120</sup> [www.die-gruene-stadt.de/ueber-uns](http://www.die-gruene-stadt.de/ueber-uns)

kommunalen Aufgaben, die oftmals bei anderen Belangen in den Hintergrund rücken. Schon genehmigte Etats werden dann schnell wieder reduziert.

Das Zukunftsinstitut sieht einen Trend zur Neo-Ökologie, in dem Umweltbewusstsein und Nachhaltigkeit vom individuellen Lifestyle und Konsumtrend zur gesellschaftlichen Bewegung avancieren und zu einem zentralen Wirtschaftsfaktor werden, der alle unternehmerischen Sphären beeinflusst. Konsumierende und Beschäftigte etablieren neue Logiken und Wertesysteme. „Umwelt“ im weitesten Sinne wird zur Grundlage einer neuen globalen Identität. Der Trend hinterfrage die Werte der globalen Gesellschaft, der Alltagskultur und der Ökonomie.<sup>121</sup>

Die gesundheitsfördernde Wirkung von Parks und Gärten seitens der Politik und der Wirtschaft besitzen aktuell eine selten dagewesene Aufmerksamkeit, befördert durch die Themen Klimawandel, Neo-Ökologie und Nachhaltigkeit . Im Gartentourismus findet das Thema Gesundheit und Gesundheitsförderung nur unzureichend Platz in der kommunikativen Beschreibung. In der Gartenkultur wird die gesundheitsfördernde Wirkung von Grün eher über Wohlbefinden und Entspannung transportiert oder klingt in garten- und ernährungspädagogischen Botschaften an.

## **2.3 Symposium Gesunde Parks und Gärten als Übergang von Wissensbasis zu Praxisbezug**

Die Potentialentfaltungsstudie Gesunde Parks und Gärten zielt auf die Vernetzung von Themen und Akteuren ab. Hierzu wurde am 17. September 2021 ein niedersachsenweites Symposium veranstaltet, das diesen Wissenstransfer zwischen den beiden Kerndisziplinen der Studie – Garten- und Parkkultur sowie Gesundheit – fördern sollte. Ein Impulsvortrag zum Verhältnis Natur/Landschaft und Gesundheit (Dr. Thomas Claßen) führte in das Thema ein. In einem Podiumsgespräch zur Fragestellung „Wird das gesundheitsfördernde Potential von Parks und Gärten ausreichend wahrgenommen und inwertgesetzt?“ diskutierten Ministerin Barbara Otte-Kinast, Prof. Dr. Claudia Hornberg sowie Dr. Thomas Claßen aus kommunal-, landes- sowie bundespolitischer Sicht. Ministerin Otte-Kinast nahm aus dem Symposium die Botschaft mit, die Vernetzung von Gartenkultur und Gesundheit innerhalb der Landesregierung voranzutreiben und Beispielansätze benachbarter Bundesländer in den Fokus zu nehmen.

---

<sup>121</sup> [www.zukunftsinstut.de/dossier/megatrend-neo-oekologie](http://www.zukunftsinstut.de/dossier/megatrend-neo-oekologie)



**Abbildung 5: Podiumsdiskussion mit Ministerin Otte-Kinast, Dr. Claßen und Prof. Hornberg**  
**(Foto: Jens Burger)**

In den anschließenden Impulsvorträgen wurden vier Aktionsfelder beleuchtet, die später in vier Workshopgruppen vertiefend diskutiert wurden.

Das Aktionsfeld 1 beinhaltet das Thema Parks und Gärten für gesunde Ernährung und Gartenarbeit. Dazu gehört beispielsweise der Anbau von gesunden Lebensmitteln, der Erhalt historischer Sorten, die körperliche Aktivität durch Gartenarbeit und die Verarbeitung der Produkte zu gesunden Lebensmitteln. Im Fokus steht dabei die entsprechende Wissensvermittlung an Kinder und Jugendliche und der selbstbestimmte Umgang mit der eigenen Ernährung durch nachhaltige und niedrigschwellige Bildungsangebote.

Im Aktionsfeld 2 wird anhand des Konzeptes zum Spiel- und Sportpark Bad Gandersheim ein praktischer Ansatz zur Gesundheitsförderung durch Gärten und Parks aufgezeigt. Verschiedene Referent:innen zeigen Beispiele für die Integration von Bewegungsangeboten in Gärten und Parks auf. Hier wird ein exklusiver Einblick in das Gelände der Landesgartenschau Bad Gandersheim gegeben.

Im Aktionsfeld 3 wird die Rolle von Parks und Gärten bei der Therapie körperlicher und seelischer Erkrankungen beleuchtet, die in Form von Kurparks und Therapiegärten schon lange genutzt wird. Parks und Gärten bilden weiterhin einen Gegenpol zum häufig als stressig empfundenen Alltag. Spezielle Angebote zum „Loslassen“ sowie zur Schärfung von Sinneseindrücken und Wahrnehmung können diese Funktion stärken.

Das Aktionsfeld 4 stellt die „grüne Infrastruktur“ in den Fokus, die dazu beitragen kann, die Folgen des Klimawandels abzumildern und durch den Effekt der Abkühlung und die Verbesserung der Luftqualität eine unmittelbare gesundheitsschützende Funktion hat.

Ein weiterer Schwerpunkt lag auf dem praxisbezogenen Austausch fachlicher Expert:innen und handelnder Akteure. Die unterschiedlichen Facetten der gesundheitsfördernden Wirkungen von Parks und Gärten wurden beleuchtet. Durch das Symposium konnten sich bereits verschiedene Akteure und Projekte miteinander vernetzen.

Nähere Informationen zum Symposium und eine Dokumentation der Ergebnisse kann unter folgendem Link aufgerufen werden: <https://gesundeparksundgaerten.de/symposium>



Abbildung 6: QR-Code zu Ergebnissen des Symposiums

### **3 Gesundheitsfördernde Cluster und erste Ansätze zu deren Kommunikation**

#### **3.1 Bedeutung der Cluster innerhalb der Studie**

##### **3.1.1 Eingrenzung „Cluster“**

Der englische Begriff „Cluster“ ist übersetzbbar z.B. mit Büschel oder Anhäufung und wird häufig für die Ansammlung oder die Gruppierung einer größeren Zahl gleichförmiger Objekte<sup>122</sup> oder als ein einheitliches Ganzes einer zu betrachtenden Menge von Einzelteilchen<sup>123</sup> eingesetzt.

Eine wichtige Anforderung an ein Cluster ist ganz allgemein, dass es in sich maximal homogen sein, sich gleichzeitig aber so stark wie möglich von anderen Clustern unterscheiden soll. Cluster werden je nach Disziplin unterschiedlich verstanden. So werden beim „Clustering“ als Lehr- und Lernmethode Informationen nach Wissenseinheiten, die ähnliche Merkmale aufweisen, gesammelt und zu Gruppen zusammengefasst. Als Moderationsmethode eingesetzt hilft Clustering, gesammelte Inhalte zu systematisieren. Wirtschaftliche Cluster hingegen sind Netzwerke von Unternehmen, Forschungseinrichtungen und komplementären Akteuren, die aufgrund enger Verflechtungen z.B. durch Fühlungsvorteile besonders wettbewerbsfähig sind.

##### **3.1.2 Ziele und Kriterien zur Clusterung und zur Anwendung**

Die Cluster bilden in dieser Studie den Versuch zur handlungsorientierten Strukturierung der ermittelten gesundheitsfördernden Impulse, Effekte und Angebote von Parks und Gärten. Mit ihnen wird eine Arbeitsgrundlage zur Potentialerfassung und -bewertung innerhalb der Studie geschaffen. Hinsichtlich der anschließenden Zuordnung von Parks und Gärten oder Stakeholdern kann es aufgrund mehrerer Alleinstellungen zu einer mehrfachen Zuordnung kommen. So kann ein KiTa-Garten seine besondere Alleinstellung im Cluster Bewegung haben; aber mit einem Kräutergarten als weiteren Gartenteil auch dem Thema Ernährung zugeordnet werden. Zur späteren Formulierung von Handlungsempfehlungen eignet sich zudem der Blickwinkel hinsichtlich ähnlicher Entwicklungsmöglichkeiten innerhalb der Cluster. Abschließend ergibt sich aus den Clustern auch für die anschließende Kommunikation der Studienergebnisse und des Potentials in Niedersachsen eine Erzählstruktur, mit deren Hilfe die besondere gesundheitsfördernde Wirkung von Parks und Gärten gut nachvollziehbar dargestellt und eine niedrigschwellige Adressierung der Nutzer von Parks und Gärten erreicht werden kann. In ihrer Ausrichtung folgen sie dabei dem Ansatz der Salutogenese und stellen Aktivitäten und Infrastrukturen für die Gesunderhaltung in den Vordergrund.

Für die Clusterung wurden auf Grundlage der Wissensbasis folgende Fragen reflektiert:

Wie lassen sich die gesundheitsfördernden Effekte, die beim Aufenthalt im Freien entstehen, erreichen und danach gruppieren? Wo liegen dabei die Alleinstellungsmerkmale der Parks und Gärten im Gegensatz zum Aufenthalt in der freien Natur?

<sup>122</sup> [www.wortbedeutung.info/Cluster/](http://www.wortbedeutung.info/Cluster/) eingesehen am 28.12.2021

<sup>123</sup> [www.duden.de/rechtschreibung/Cluster](http://www.duden.de/rechtschreibung/Cluster) eingesehen am 28.12.2021

- Durch welche Aktivitäten entstehen diese Effekte? Welche Räume und Angebote in Parks und Gärten unterstützen diese Aspekte zur Gesundheitsförderung?
- Welche Parktypen vertreten die jeweiligen Cluster? Haben Parks und Gärten eines Clusters ein ähnliches Entwicklungspotential und ähnliche Zielgruppen?
- Die Vielfalt der erfassten gartenkulturellen Orte und Angebote wurde in dieser Studie mit den ermittelten gesundheitsfördernden Nutzungsmöglichkeiten für Garten- und Parkbesuchern und gesundheitsfördernden Wirkungen von Gärten und Parks zu sieben Clustern verschnitten.

Im Sinne des handlungsorientierten Ansatzes dieser Studie werden jedem Cluster eine Auswahl ergänzender Informationen – schlaglichtartig und ohne Anspruch auf Vollständigkeit – zugeordnet. Eine Auswahl von Parktypen zeigt auf, in welchen Parks und Gärten die jeweiligen gesundheitsfördernden Wirkungen eines Clusters zu erwarten sind. Sie unterstützt die Potentialerfassung in dieser Studie und erleichtert später Betreiber:innen von Parks und Gärten die Zuordnung zu einem Cluster. Darüber hinaus werden Themenschwerpunkte und Anknüpfungspunkte als Optionen für eine mögliche Entwicklung von Parks und Gärten innerhalb eines Clusters gegeben und denkbare Stakeholder und interessierte Zielgruppe aufgezeigt.

Perspektivisch kann auch bei dem hier verwendeten Verständnis von Clustern eine erweiterte Betrachtung erfolgen. So lassen sich z.B. Agglomerations- und Fühlungsvorteile einzelner Regionen hinsichtlich Parks und Gärten, den Gesundheitsanbietern und z.B. betreffenden Forschungseinrichtungen im Sinne der Standorttheorie analysieren.

### **3.1.3 Querschnittsorientierte Ansätze zur gesundheitsfördernden Wirkung von Parks und Gärten**

Bestimmte gesundheitsfördernde Aspekte sind nicht in die Clusterung zu dieser Praxisstudie eingeflossen, da sie eine querschnittsorientierte Bedeutung haben. So sind z.B. die sozialen Wirkungen auf die Gesundheit von einem Aufenthalt im Park oder Garten bei allen Clustern zu erwarten und lediglich unterschiedlich stark ausgeprägt. Gärten und Parks, besonders sofern sie öffentlich zugänglich sind, sind bereits von ihrem Wesen her Orte der Interaktion zwischen Menschen. Interessanterweise richten Cervinka, Schwab und Hubenhofer den Blick darauf, dass es durchaus auch gewünscht ist, sich in einem privaten Garten (Hausgarten oder Schrebergarten) zurückziehen zu können und keine Kontakte außer mit der Natur zu haben.<sup>124</sup>

Das Gleiche gilt für die Wirkung der kulturellen und ästhetisch-intuitiven Ebenen. Gartenkunst als kultureller und ebenfalls gesundheitsfördernder Beitrag ist z.B. stärker im Cluster für Entspannung einbezogen. Das ästhetisch-intuitive Erleben eines Gartenkunstwerkes als kulturelle Leistung wird beispielhaft von den Landschaftsgärten des 18. und 19. Jahrhunderts vertreten. Ihre Intention war es auch, die emotionale Seite des Betrachters anzusprechen und eine Nachinnenkehr und Reflexion über das Leben und auch die Vergänglichkeit anzuregen. Zudem waren die Landschaftsgärten so konzipiert, dass sie nur über das Spazierengehen durch ein Raumkunstwerk vollends erfahren und verstanden werden konnten.<sup>125</sup> Diese Art der Bewegung wird dem Verständnis dieser Studie nach ebenfalls dem Cluster Entspannung zugeordnet.

---

<sup>124</sup> Cervinka, Schwab und Hubenhofer, S. 16

<sup>125</sup> Hirschfeld 1779

Darüber hinaus haben aber alle besonders gestalteten Parks und Gärten einen kulturellen Wert, der intellektuell und sinnlich erfahren werden kann. Gerade die kulturellen Aspekte könnten in der Fortsetzung dieses Projektes stärker z.B. im Zusammenspiel mit dem Potential der Gartenhorizonte<sup>126</sup> fokussiert und unter dem Aspekt der gesundheitsfördernden Wirkung von Kultur kommuniziert werden.

Gärten und Parks erreichen Menschen auf der hochwirksamen intuitiven Ebene der Wahrnehmung. Sie bestimmt nach Beitmann 90 % des Handelns. Nur etwa 10 % der Vorgänge in unserem Gehirn verlaufen auf der sprachlichen Ebene. Grundempfindungen und Gefühle sind für Entscheidungen viel wesentlicher. Unsagbares wird mit inneren Bildern verbunden. Erst dann haben sie für uns eine Bedeutung. Die innere, archaische Gefühlswelt steht uns viel näher als unsere rationale Sprachwelt. Dabei besteht noch wenig Wissen, welche Wahrnehmungen, Reize in welcher Häufigkeit und Intensität benötigt werden, um der biologischen Herkunft gemäß psychisch und damit auch körperlich gesund zu bleiben. Ein Großteil der Bevölkerung bemerkt den Mangel gar nicht, weil ihm im Rahmen unserer Kultur dafür die Sensibilität abhandengekommen ist.<sup>127</sup>

Ebenso sind die vielfältigen direkt auf die Vitalfunktionen ziellenden gesundheitsfördernden Wirkungen durch den Aufenthalt im Freien bzw. im Grünen, wie sie eingangs beschrieben wurden, in den meisten Parks und Gärten zu erwarten. Bereits der Blick auf einen einzigen Baum kann das Wohlbefinden verbessern. Zudem wird die Sauerstoffaufnahme im Freien beispielsweise deutlich verstärkt.

Insgesamt lassen sich die Zusammenhänge von psychischer, physischer und sozialer Wirkung eines Gartenbesuches nur schwer voneinander trennen. Im Gegenteil bedingen sie sich sehr häufig. Sie finden aber aufgrund der Eigenart von Parks und Gärten in allen Clustern Berücksichtigung.

Darüber hinaus ist allen Parks und Gärten in Hinblick auf die Potentialerschließung gemein, dass sie u.a. aufgrund der Eigentumsverhältnisse, der räumlichen Abgrenzung und Ausdehnung gezielter zum Erlangen gesundheitsfördernder Wirkungen baulich und infrastrukturell angepasst werden können.

Parks und Gärten leisten letztendlich auch einen, wenn auch kleinen, Beitrag zur gesundheitsfördernden Entwicklung und Ausgestaltung von Kulturlandschaften.<sup>128</sup>

---

<sup>126</sup> Vgl Stadt Westerstede 2012

<sup>127</sup> [www.gartenkunst-beitmann.de/weiter.php?buch=12&kap=15](http://www.gartenkunst-beitmann.de/weiter.php?buch=12&kap=15)

<sup>128</sup> Beck 2014. S. 19

## 3.2 Sieben Cluster zur gesundheitsfördernden Wirkung von Parks und Gärten

### 3.2.1 Cluster 1: Parks und Gärten für gesunde Ernährung und Gartenarbeit

#### Beschreibung / Imagetext

Heute erlebt der Garten in seiner Eigenschaft als Ort des Obst- und Gemüseanbaus eine Renaissance, nachdem viel Wissen über gesunde Ernährung in Vergessenheit geraten ist und durch Fehlernährungen schwerwiegende Volkskrankheiten gefördert werden. Über den Garten sollen neue Wege beschritten werden, einen selbstbestimmten Umgang mit der eigenen Ernährung über einen sinnlich-intuitiven und dadurch nachhaltigen Lernprozess im Garten zu erleben.

Das Spektrum der gesunden Nutzgärten ist heute in Niedersachsen breit gefächert und reicht von den Kloster- und Küchengärten über Kleingärten zum Urban Gardening.

Durch die Zusammenarbeit mit Experten unterschiedlicher Fachdisziplinen mit Betreibern von Gärten und Parks sowie Bildungsträgern und Gastronomen sollen in Niedersachsen innovative, niedrigschwellige Angebote an Menschen aller Altersgruppen unabhängig vom Bildungshintergrund gemacht werden. Perspektivisch erwachsen aus einer gesunden und nachhaltig erzeugten Ernährung auch positive Effekte zum Erhalt unserer Umwelt und zum Schutz des Klimas.



Abbildung 7: Kräuter- und Heilpflanzengarten des Klosters Mariensee

#### Parktypen

- Historische Küchengärten und Orangerie-Gärten
- Klostergärten
- Ländliche Gärten (Bauerngärten)
- Heilpflanzengärten
- Kleingärten
- Interkulturelle Gärten
- Nutz-, Kräuter-, Nasch- und Gemüsegärten (auch in Kitas und Schulen)
- Urban Gardening, City Farming
- Balkone, Fensterbretter, Terrassen

### Themenschwerpunkte und Anknüpfungspunkte

- Verständnis und Verantwortung für natürliche Prozesse
- Gesundheit durch nachhaltigen Anbau von Obst, Gemüse und Kräutern, Kreislaufwirtschaft zusammen mit Tierzucht
- Ausweitung des Ernährungsspektrum mit essbaren Wildpflanzen aus Gärten und Parks
- Körperliche Aktivität durch Gartenarbeit
- Stärkung der Gesundheit durch Erfahren von Selbstwirksamkeit
- Erhalt historischer Sorten vor dem Hintergrund besonderer sekundärer Pflanzenstoffe
- Gesundheit durch gesunde Ernährung
- Ernährungstransformation, Reduzierung tierischer Lebensmittel
- Einführung neuer klimaangepasster Sorten, die zur Ernährungstransformation beitragen
- Entwicklung zeitgemäßer Rezepte für Gerichte mit pflanzlichem Eiweiß
- Ernährungs-, Garten- und Umweltbildung
- Praktische Vermittlung alter Kultur-, Zubereitungs- und Konservierungsmethoden
- Wissen um den Wandel der Ernährungsgewohnheiten
- Lokaler und saisonaler Anbau und Verzehr von Obst, Gemüse und Kräutern
- Medizinische Wirksamkeit der Ernährungsumstellung
- Sortimentserweiterung und neue Marktchancen für den Produktionsgartenbau

### Potentielle Stakeholder aus Gartenkultur und Gesundheit

- Berufsbildende Schulen und Hochschulen für Gartenbau (Schwerpunkt: Gemüsebau und Gartengestaltung)
- Produktionsgartenbau
- Krankenkassen mit Präventionsangeboten zum Thema gesunde Ernährung
- Transformationsforschung zum Thema Nachhaltigkeit
- Garten- und Ernährungspädagogen
- Mediziner
- Ökotrophologen
- Gastronomen / Köche mit besonderer thematischer Ausrichtung in Hinblick auf Gesundheit und Gärten
- Garten- und Food-Blogger
- Landfrauen
- Kita- und Schulträger
- Journalisten und Redakteure (z.B. Bio-Magazine)
- Gartenbaulich orientierte Initiativen
- LEB Ländliche Erwachsenenbildung

### Potentielle Zielgruppen des Clusters

- Menschen aller Generationen mit Interesse an den Themen Gartenbau und Ernährung
- Schüler, Schulen und deren lokale Mensabetreiber und -zulieferer
- Kinder, Jugendliche, Eltern
- Eigentümer und Besitzer von Privat- oder Kleingärten
- Hobbyköche

### Besondere Bedeutung der Parks und Gärten in diesem Cluster

In diesem Cluster kommt eine besondere Alleinstellung des Gartens im Vergleich zur Natur oder besser zur nicht eingefriedeten Umwelt zum Tragen. Gärten, gesunde Ernährung und Gartenarbeit sind in der Tradition nicht nur untrennbar verbunden, vielmehr liegt das Wesen der Gärten darin begründet, dass einst ein Stück vom Land abgetrennt und dort in Abgrenzung zur allgemeinen landwirtschaftlichen Fläche für den eigenen Bedarf Pflanzen angebaut und durch einen Zaun geschützt wurden.

Der direkte und sinnliche Umgang mit der Pflanze und dem Boden, das Schmecken und Riechen von selbst geerntetem Obst und Gemüse und die Verarbeitung zu leckeren zeitgemäßen Gerichten kann zu einem tiefgreifenden Zugang zur gesundheitsfördernden Ernährung und darüber zur eigenen Gesundheit führen. Dabei fordert der (eigene) Garten aktiv auf, tätig zu werden. Perspektivisch erwachsen aus einer gesunden Ernährung, die auf einen nachhaltigen Umgang mit Ressourcen setzt, auch positive Effekte zum Erhalt unserer Umwelt und zum Schutz des Klimas.

### **3.2.2 Cluster 2: Parks und Gärten für die gesunde Entwicklung von Kindern und Jugendlichen**

#### Beschreibung / Imagetext

Von Natur aus möchten Kinder sich draußen bewegen. Das ist ein Antrieb, den man bei jedem Kind voraussetzen kann. Umfassend belegt ist, dass Bewegung für die Entwicklung der motorischen, kognitiven und sozialen Fähigkeiten unabdingbar ist. Erkennbar ist jedoch, dass es heute einer intensiven Förderung von Bewegung bedarf. Im Alltag vieler Kinder und Jugendlicher gibt es immer weniger Zeit und Raum zum Ausleben des Bewegungsdrangs im Freien. Es braucht also einen Entfaltungsraum, in dem sich Kinder und Jugendliche austoben und ausprobieren können.

Abhängig vom Lebensalter kann das „Draußen“-Angebot sehr vielfältig sein. Vom klassischen Spielplatz, der (naturnahen) Parkanlage oder dem Kita- und Schulgarten können Anreize zur Selbst- und Naturerfahrung ausgehen. Zahlreiche Studien zeigen die Bedeutsamkeit von Bewegung für die ganzheitliche Entwicklung von Kindern. Gemeinsam mit den Akteuren der Gartenkultur und der Gesundheit gilt es zu vermitteln, wie funktionierende Anreize für die Bewegung zu gestalten sind, damit der natürliche Forschungs- und Tatendrang der Heranwachsenden ausgelebt wird.



**Abbildung 8: Jugendspielbereich am Kastorhof Stadtteilpark in Bewegung, Garbsen Auf der Horst**  
**(Foto: Simon Bauermeister)**

### Parktypen

- Gärten an pädagogischen Einrichtungen
  - Krippen- und Kita-Gärten
  - Schulhöfe
  - Freiräume an Jugendzentren
  - Campusfreiräume
- Natur- und Abenteuer-Spielplätze
- Stadt(-teil)parke
- Stadtplätze
- Volksparke
- Bewegungs- und Sportparke
  - Dirt-, Skate- und Bolderanlagen
  - Bolzplätze, Basketballfelder

### Themenschwerpunkte und Anknüpfungspunkte

- Raum schaffen für gesunde Entwicklung, freie Entfaltung, Aneignung der eigenen Lebensumwelt, zur Entspannung und zur Erfahrung des Selbst und der Umwelt
- Kinderfreundliches Straßenverkehrsrecht zur Aktivierung von Verkehrsflächen in Siedlungsräumen als gesunde Lebensräume und zur sicheren Vernetzung von Spielflächen
- Gesunde soziale Entwicklung durch Interaktion mit anderen Gleichaltrigen im Grünen / Freien und in Räumen mit geringerer Kontrolle durch Erwachsene
- Sinnliches Erfahren der Elemente und der Jahreszeiten und der Vergänglichkeit von Natur
- Verbesserung der motorischen und kognitiven Fähigkeiten durch multifunktionale und multicodierte Räume
- Entwicklung einer gesunden Lebensweise und Steigerung des Wohlbefindens durch intuitiv erfahrenes präventives Verhalten
- Aufzeigen von Projektansätzen für politische Willensbildung und konkrete Partizipation zur Einflussnahme auf die eigene Umwelt
- Verbesserung der gesundheitlichen Chancengleichheit durch Reduzierung räumlicher Verteilungsgerechtigkeiten

### Potentielle Stakeholder aus Gartenkultur und Gesundheit

- Stadt- und Verkehrsplanung
- Gartenpädagogen
- Umweltpädagogen
- Sozialpädagogen
- Jugendhilfe
- Bau- und Raumplanungen
- Umwelt- und Gartenverwaltungen
- Sozialträger
- Sozialinitiativen
- Stiftungen rund um das Thema Grüne Infrastruktur und Natur- und Umweltbildung

### Potentielle Zielgruppen des Clusters

- Kinder
- Jugendliche
- Eltern

### Besondere Bedeutung der Parks und Gärten in diesem Cluster

Gestaltete Freiräume, Parks und Gärten bieten für Kinder und Jugendliche im Gegensatz zur „Natur“ den Vorteil, dass sie im Aktionsradius der jeweiligen Altersstufen angesiedelt werden können und somit ab einem bestimmten Alter selbstständig und auch im Tagesablauf machbar aufgesucht werden können. Zudem können sie unter pädagogischen und somit im Sinne dieses Clusters gesundheitsfördernden Aspekten gestaltet und ausgestattet werden. Im Gegensatz zur „Natur“ bieten sie häufig durch die räumliche Gestaltung, die Integration ins Lebensumfeld und die mögliche soziale Beaufsichtigung oder Anleitung bei aller einzuräumenden altersgerechten Freiheit mehr Sicherheit. Bewegungsansprüche von Kindern und Jugendlichen

unterscheiden sich von Erwachsenen erheblich, da sie auf Entwicklung ausgerichtet sind und nicht auf den Erhalt eines Zustandes. Aus diesem Grund wurde ein eigenes Cluster ausgewiesen.

### 3.2.3 Cluster 3: Parks und Gärten für Gesundheit durch Therapie und Pflege

#### Beschreibung / Imagetext

Die therapeutische Wirkung von Gärten und Parks ist schon seit vielen Jahrhunderten bekannt. Frühe Beispiele lassen sich bei den Kurparken wiederfinden, die vielfach mit medizinischen oder therapeutischen Einrichtungen verknüpft sind. Dabei bilden Heilquellen und Thermen ein wiederkehrendes Merkmal. Die therapeutische Wirkung von Gärten und Parks beschränkt sich heute nicht mehr nur auf Kurparks mit den dort verorteten Infrastrukturen. Vielmehr bietet das Feld ein breites Spektrum an Ausprägungen, die sich beispielsweise in Kneippgärten, Therapiegärten, Krankenhaus- und Hospizgärten wiederfinden. Dabei geht es vor allem um die Arbeit und den Aufenthalt im Garten und die damit verbundene kurative, rehabilitierende, aber auch palliative Wirksamkeit. Ein besonderer Aspekt der Gärten und Parks für Gesundheit durch Therapie und Pflege ergibt sich aus der aktiven Auseinandersetzung mit Garten- und / oder Landschaftselementen, etwa durch die Angebote des „Green Gym“<sup>129</sup> oder des „Waldbadens“.



Aus dem Zusammenwirken von Betreibern von Gärten und Parks an therapeutischen Einrichtungen in Niedersachsen und Experten aus der kurativen, rehabilitierenden und palliativen Therapie ergeben sich Angebotsbausteine, die die Anlage als Kulisse einer ergänzenden Gesundförderung und -erhaltung fördern kann.

Abbildung 9: Solenebel im Gradierwerk, Kurpark Bad Essen (Foto: Schoelkopf)

<sup>129</sup> Bauermann 2014

## Parktypen

- Kurparks (z.B. mit Heilquellen, Spazieren im Garten, Terrainwege, Inhalation von Höhen- oder Salzluft, Heil-, Reiz- und Schonklima)
- Kneippgärten
- Therapiegärten<sup>130</sup>
- Demenzgärten
- Krankhausgärten
- Gärten und Parks an Pflegeeinrichtungen
- Hospizgärten
- Heilpflanzengärten
- Sinnes- und Tastgärten
- Begrünte Terrassen und mobiles Grün für mobilitätseingeschränkte Menschen
- Parks als Teil von Wander- und Bewegungsrouten

## Themenschwerpunkte und Anknüpfungspunkte

- Green Care
- Allgemeine Therapien, die sich am Gesamtzustand des Patienten orientieren
- Spezielle Therapien, die auf konkrete Details der Symptomatik eingehen
- Der Garten als unterstützender, grüner Rahmen
- Der Garten als Ort für therapeutische Maßnahmen
- Therapieformen mit Pflanzenbezug und gärtnerische Bildungsangebote im Rahmen von Maßnahmen
- Heilpflanzenkunde: Duft-, Heil- und Wurzpflanzen mit spezifischen Inhaltsstoffen und Heilwirkungen sowie deren therapeutischen Einsatzmöglichkeiten
- Geriatrische Angebote (z.B. Sturz-, Pneumonie-, Thrombose-, Kontrakturprophylaxe oder Gangschule<sup>131</sup>)
- Verknüpfung von Kunst- und Gartentherapie
- Gesundheit und Gärten als Bedeutung für Firmengärten oder im Strafvollzug

## Potentielle Stakeholder aus Gartenkultur und Gesundheit

- Kranken- oder Rentenversicherungsträger
- Träger von Einrichtungen für medizinische und therapeutische, ambulante und stationäre Vorsorge- und Rehabilitationsmaßnahmen, Anschlussheilbehandlungen
- Verbände und Initiativen
- Hochschulen und Bildungseinrichtungen mit medizinischen und pflegenden Ausbildungsgängen
- Gartentherapeutische Ausbildungsträger
- Reiseveranstalter, die auf die Durchführung von Privatkuren spezialisiert sind
- Gartentherapeutische Ausbildungs- und Zertifizierungsstätten
- Psycho-, Physio- und Ergotherapeuten
- Pfleger:innen
- Hospizbegleiter:innen

---

<sup>130</sup> Siehe auch Definition Schneiter Ullmann

<sup>131</sup> <https://www.gruenreich.de/2015/07/14/was-ist-therapiegarten/>

- Gartentherapeuten
- Akteure der tiergestützten Therapie
- Planer mit Spezialisierung auf entsprechende Parktypen

#### Potentielle Zielgruppen des Clusters

- Menschen aller Generationen mit präventivem und therapeutischem Handlungsbedarf
- Touristen und Naherholungssuchende mit Interesse an Wohlbefinden, Selbstoptimierung

#### Besondere Bedeutung der Parks und Gärten in diesem Cluster

Gärten und Parks bieten aufgrund ihrer gezielten Gestaltung und ihres geschützten Rahmens im Gegensatz zur „Natur“ einen wirkungsorientierten Raum für präventive, kurative, rehabilitierende und palliative Ansätze. Parks und Gärten dienen zur Unterstützung an medizinischen oder an pflegenden Einrichtungen oder wirken durch therapeutisch angeleitete Arbeit im Garten.

### **3.2.4 Cluster 4: Parks und Gärten für Gesundheit durch Bewegung im Freien**

#### Beschreibung / Imaqetext

Wenn man heutzutage von der „sitzenden Gesellschaft“ spricht, ist damit auch die Tatsache verbunden, dass im Alltag ein zentrales Element einer gesunden Lebensführung abhandengekommen ist: der angemessene Anteil an Bewegung. In der Gartengeschichte dienten Gärten und Parks dem Menschen häufiger als Ort der Bewegung. Während z.B. in den Barock- und Landschaftsgärten das gesittete Flanieren oder Durchschreiten eines Raumkunstwerkes im Vordergrund stand, wurde ein Volkspark des frühen 20. Jahrhunderts bewusst als Gegenstand dazu entwickelt. Diese Orte sollten aktiv in Besitz genommen werden, das Bewegen an frischer Luft und Sonne ermöglichen und einen Ausgleich zu den ungesunden Lebensumständen der industrialisierten Stadt bilden. Neben der Verbesserung der Gesundheit stand die Steigerung der Leistungsfähigkeit der Arbeiter im Vordergrund. Auch heutzutage bieten Gärten und Parks wie Stadtteilparks oder Sport- und Gesundheitsgärten die Möglichkeit, durch Sport und Bewegung wieder zu einem gesunden Lebenswandel, nun aber als Ausgleich zu häufig sitzender und digitalisierter Arbeitsweise, zurückzufinden. Diese wertvolle Funktion gilt es durch die Zusammenarbeit mit u.a. Sport- und Gesundheitsakteuren im Bewusstsein der Bevölkerung weiter zu verankern und zu stärken.



**Abbildung 10: Weitläufige Spazierwege mit Gelegenheit zum Ausruhen im Rhododendronpark Hobbie**  
**(Foto: Schoelkopf)**

#### Parktypen

- Volkspark
- Stadtparke
- Stadtteilparke
- Grünzüge
- Sportparks
- Haus- und Kleingärten

#### Themenschwerpunkte und Anknüpfungspunkte

- Gärten und Parks als Orte für präventives Verhalten zum Ausüben einer gesunden Lebensweise und zum Erlangen von Wohlbefinden
- Bewegung und Sport als Möglichkeit vom Erleben der Selbstbestimmtheit und Selbstwirksamkeit
- Verbesserung der motorischen Fähigkeiten, Senkung des Körpergewichtes bei erhöhter Sauerstoffaufnahme durch Bewegung im Freien
- Soziale Interaktion durch gemeinsames Ausüben von Sport und Bewegung
- Bewegung verbunden mit ästhetischem Genuss durch hochwertige Gestaltung und intensive Begrünung
- Sport in schattigen, baumbestandenen Arealen als Beitrag zum Hitzeschutz
- Aufforderungscharakter und Bewegungsimpulse von gestalteter Umwelt

### Potentielle Stakeholder aus Gartenkultur und Gesundheit

- Sozialversicherungsträger / Prävention
- Private und öffentlich-rechtliche Gesundheitsinitiativen mit Schwerpunkt Bewegung
- Dachverbände des Sports
- Vereine des Breiten- und Leistungssportes
- Grünflächen- und Sportämter der Kommunen und Landkreise
- Wirtschaftlich orientierte Anbieter im Bereich Gesundheit und Bewegung wie z.B. Personaltrainer, Yogalehrer, Veranstalter von (gartenverträglichen) Sportevents

### Potentielle Zielgruppen des Clusters

- Freizeit- und Hobbysportler
- Menschen aller Generationen mit Lust auf Bewegung
- Naherholungssuchende mit Interesse an Wohlbefinden

### Besondere Bedeutung der Parks und Gärten in diesem Cluster

Auch hier gilt das Prinzip der zielgerichteten Gestaltungsmöglichkeit von Parks und Gärten für den besonderen Nutzungszweck. Die regelmäßige Kontrolle und Pflege z.B. von Wegen gewährleistet eine sichere Nutzung für Sport und Bewegung. Zudem können Sportangebote gerade in multicodierten Freiräumen zum Teil helfen, Übernutzungen von Natur und Landschaft zu reduzieren.

### 3.2.5 Cluster 5: Parks und Gärten für Gesundheit durch Entspannung, Entschleunigung und Einkehr

#### Beschreibung / Imagetext

Viele Menschen haben verlernt, im Alltag, in der Ausbildung und im Beruf gesunde Pausen einzulegen. Dabei tragen neben ausgleichender Aktivität auch körperliche, geistige und seelische Entspannung und bewusste Phasen der Ruhe maßgeblich zu einer besseren Lebensqualität und Gesundheit bei.

Klostergarten, barocke Labyrinthe, die weitläufigen Landschaftsparks sowie zeitgenössische attraktive Freiräume und spezielle Orte wie z.B. Meditationsgärten bilden einen grünen Gegenpol zum häufig als stressig empfundenen Alltag. Sie aktivieren ein essentielles Wohlergehen beim Aufenthalt im Grünen und sind hochwirksam, da sie besonders das ästhetisch-intuitive Erleben anregen und die innere mit der äußeren Welt jedes Einzelnen in Beziehung bringen. Dabei hat die Natur für den Menschen durchaus eine stark polarisierte Bedeutung zwischen angeborener tiefer Verbundenheit und starkem Unbehagen beim Gedanken an die dieselbe. Parks und Gärten kommen eher dem Wunsch nach angenehmer Naturwahrnehmung entgegen und verfügen somit über ein hohes Potential für Entspannung und gesundheitlichem Wohlergehen. Dieses Potential kann durch eine Verbesserung der räumlichen Versorgung mit Grün, die gestalterische Verbesserung und Steigerung der sinnlichen Eindrücke von Parks und Gärten und die Entwicklung von Angeboten zur gesundheitsfördernden Entspannung besser genutzt werden.



Abbildung 11: Blick auf den Pleasureground im Landschaftspark des Rittergutes Eckerde  
(Foto: Schoelkopf)

### Parktypen

- Irrgärten und Labyrinthe (z.B. in Barockgärten)
- Historische Gärten insbesondere Landschaftsgärten des 18. und 19. Jahrhunderts aber auch formale Gärten des frühen 20. Jahrhunderts
- Weitläufige oder naturnah gestaltete Stadtparks
- Klostergärten
- Blumengärten
- Blindengärten
- Meditationsgärten
- Skulpturengärten
- Dachterrassen
- Der letzte Garten / Friedhof, Ruheforst
- Jeder ruhige Park oder Garten, der Gelegenheit zum Aufenthalt im Grünen bietet
- Haus- und Kleingärten

### Themenschwerpunkte und Anknüpfungspunkte

- Über den Garten zu sich selber finden
- Innere Einkehr
- Meditativer Blick auf das Werden und Vergehen als zentrales Konzept des Lebens z.B. über das Erleben der Jahreszeiten
- Entspannung durch sinnliches Erleben z.B. von Naturgeräuschen (Vogelgezwitscher) und harmonischer blütenreicher Gestaltung
- Auseinandersetzung mit Kunst im Außenraum zur Entspannung und Selbstreflexion
- Ästhetisches Erleben von Gartenkunst
- Homeoffice im Grünen/ in ruhiger Umgebung
- Waldbaden

### Potentielle Stakeholder aus Gartenkultur und Gesundheit

- Sozialversicherungsträger / Krankenkassen mit Präventionsangeboten
- Professionelle oder ehrenamtliche Anbieter von Entspannungskursen
- Grünflächenämter
- Gartendenkmalpfleger:innen
- Umweltpädagogen

### Potentielle Zielgruppen des Clusters

- Entspannungssuchende Menschen aller Generationen
- Menschen, die eine Auszeit von lauter Umgebung oder von der Arbeit suchen

### Besondere Bedeutung der Parks und Gärten in diesem Cluster

Über Nutzungs- und Einlasskonzepte lässt sich in Parks und Gärten im Gegensatz zur Landschaft z.B. die Nutzerfrequentierung steuern und somit ein passender Rahmen für Entspannung und innere Einkehr erzeugen.

### 3.2.6 Cluster 6: Parks und Gärten als gesundheitsschützende grüne Infrastruktur

#### Beschreibung / Imagetext

In Parks und Gärten wechseln schattige, sonnige, durchlüftete und windgeschützte Bereiche. Damit entsteht ein vielfältiges Kleinklima, das zu allen Jahreszeiten einen Aufenthalt im Freien begünstigt. Besonders angenehm ist es, hier an heißen Sommertagen Abkühlung zu finden. Damit kommt Parks und Gärten eine zunehmend wichtigere Rolle in Zeiten längerer Hitzeperioden zu. Denn als Folge des Klimawandels ist bereits jetzt zu beobachten, dass thermische Belastungen bei der Bevölkerung zu gesundheitlichen Problemen und einer erhöhten Sterblichkeit führen. Siedlungsräume sind davon besonders betroffen, da aufgrund des hohen Verseiegelungsgrades höhere Maximaltemperaturen als im Umland herrschen. Parks und Gärten haben deshalb eine hohe Bedeutung als „Komfortinseln“. Deshalb sieht die deutsche Anpassungsstrategie zum Klimawandel u.a. vor, der Überwärmung in dichten bebauten Gebieten durch Anlage von Grünflächen entgegenzuwirken.

Eine weitere unmittelbar gesundheitsfördernde Wirkung haben Parks und Gärten durch die Verringerung der Schadstoffbelastung, da die Vegetation Stäube, Feinstaub und gasförmige Schadstoffe aus der Luft filtert.

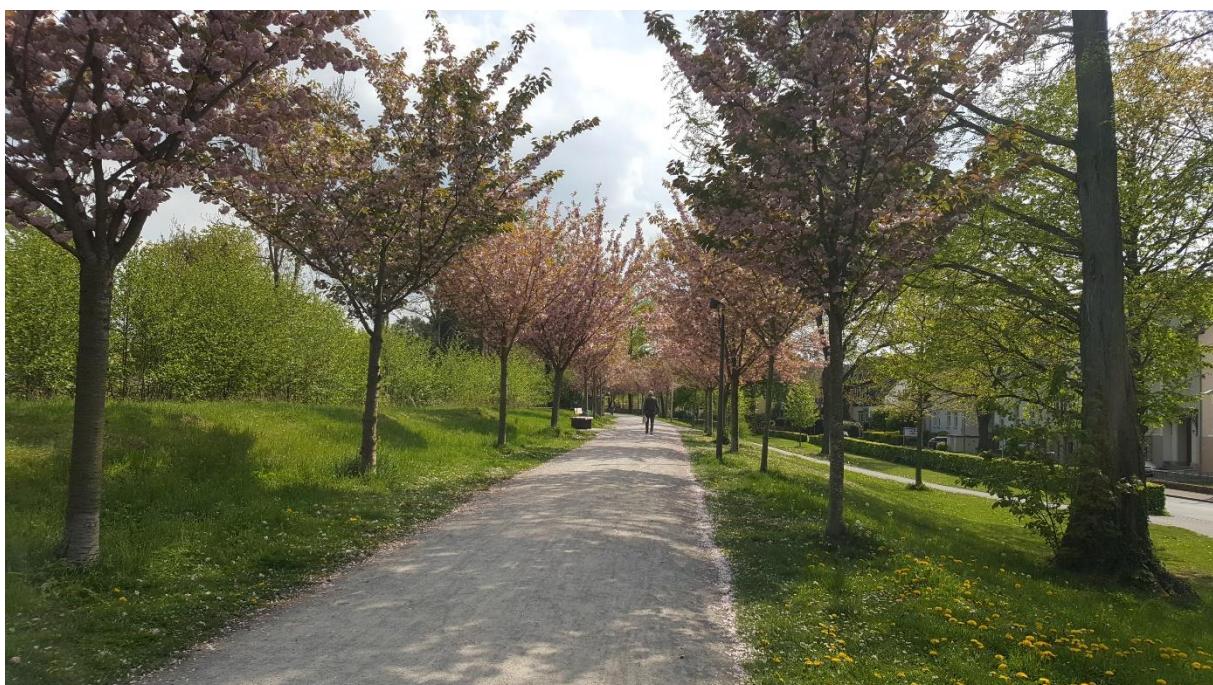


Abbildung 12: Kirschbaumallee in den Wallanlagen der Stadt Stadthagen (Foto: Schoelkopf)

#### Park- und Freiraumtypen

- Stadtparks
- Stadtteilplätze
- Multicodierte Freiräume
- Grünzüge
- Parks und Gärten zur Bildung von Frischluftschneisen und -verbünden
- Gründächer
- Grüne Fassaden

### Themenschwerpunkte und Anknüpfungspunkte

- Gärten und Parks in Zeiten von social distancing zum Abstandthalten (gerechte Grünversorgung in Ballungsräumen); soziale Interaktion trotz Pandemie
- Gärten und Parks als „hope spots“
- Gärten und Parks zur Stärkung der Klimaresilienz und Klimafolgenanpassung (Abmilderung von extremen Wetterereignissen, Hitzevorsorge, Schwammcities, Wasserspeicher)
- Parks und Gärten als Orte zur Verbesserung der Biodiversität
- Grüne Infrastruktur als politische Ausrichtung

### Potenzielle Stakeholder aus ländlicher Entwicklung, Gartenkultur und Gesundheit

- Politik
- Bauleitplanung
- Regionalmanager:innen und Dorfplaner:innen
- Stadtplaner:innen, Landschaftsarchitekt:innen
- Grünflächenämter, Naturschutzbehörden
- Grüne Verbände z.B. bdla, BGL
- Umwelt- und Naturschutzorganisationen z.B. BUND, NABU
- Initiativen zur Grünen Infrastruktur
- Bürgerschaftliche Bewegungen z.B. Fridays for future
- Umweltstiftungen

### Potenzielle Zielgruppen des Clusters

- Menschen aller Generationen in Siedlungsgebieten
- Vulnerable Bevölkerungsgruppen
- Naherholungssuchende

### 3.2.7 Cluster 7: Vernetzungsstrukturen für gesundheitsfördernde Parks und Gärten

#### Beschreibung / Imagetext

Gärten und Parks wirken als gesundheitsfördernde und klimawirksame Flächen eher begrenzt und kleinräumig. Eine räumliche, strukturelle Vernetzung von gesundheitsfördernden Anlagen kann zusätzliche Effekte schaffen. Alleen, Fluss- und Bachläufe schaffen diese Verbindungen zwischen Parks und Gärten – bereits gestern und auch heute. Wurden früher die Alleen angelegt, um Wegeverbindungen zu begrenzen und zu beschatten, so ist diese Funktion heute oft aus dem Blick geraten. Die Bedeutsamkeit dieser Verbindungsachsen gilt es neu zu bewerten – insbesondere bezogen auf ihre Auswirkungen auf das Mikroklima und die Gesundheit. In der Gestaltung von Landschaft bedarf es einer ausgeglichenen Planung von grüner Infrastruktur, um einen Beitrag zur Abmilderung der Folgen von Klimaveränderungen für die Gesundheit zu leisten.

Auf Grundlage der wissenschaftlichen Perspektive auf die Wirkungszusammenhänge von Klima und Wetter auf die Gesundheit entstehen Leitlinien, wie mit angepasster Infrastruktur eine gesundheitsschützende oder gesundheitsfördernde Wirkung erzielt werden kann. Für die Praxis entsteht eine Handlungsgrundlage, wie ein Beitrag als gesundheitsschützende grüne Infrastruktur geleistet werden kann.

Durch Vernetzungsstrukturen kann ein Zusammenwirken von Gärten und Parks ermöglicht werden – für Garten- und Parkbetreiber:innen sowie Kommunen ist dieses Potential zu heben.

#### Park- und Freiraumtypen

- Parkelemente, die in die Landschaft ausstrahlen oder sie mit einbeziehen: Alleen und Blickachsen der Landschaftsgärten und Gutsparke
- Freiräume im Blauen und Grünen Band
- Besondere lineare Landschaftselemente: Alleen, Bachläufe, Marschen, Auen
- Lineare Elemente der landwirtschaftlichen Nutzung: Wegraine und Feldränder
- Grünzüge und Frischluftschneisen in Siedlungen
- Naturwanderwege
- Biotopverbünde
- Historische Kulturlandschaften



**Abbildung 13: Architekturen schaffen Bezugspunkte und Bewegungsanreize im Schlossgarten Boden-burg (Foto: Schoelkopf)**

#### Themenschwerpunkte und Anknüpfungspunkte

- Naturschutz und Landschaftspflege
- Biodiversität in der Landwirtschaft
- Menschliches Wohlergehen z.B. durch Klimaregulation, Erholung und Erleben von Natur und Landschaft
- Menschliches Wohlergehen durch Sicherung der Lebensgrundlagen und der Biodiversität
- Nachhaltige Ressourcenverwendung vor dem Hintergrund von steigernder Flächeninanspruchnahme und Landschaftszerschneidung

#### Potentielle Stakeholder aus Gartenkultur und Gesundheit

- Ähnlich wie Cluster 6
- EU-Kommission
- Politik und Verwaltungen der Landwirtschaft z.B. Landwirtschaftskammern
- Dorfentwicklung, Landschaftsplanung
- Bundesamt für Naturschutz

#### Potentielle Zielgruppen des Clusters

- Menschen aller Generationen in Siedlungsgebieten und im ländlichen Raum
- Vulnerable Bevölkerungsgruppen
- Naherholungssuchende, Naturtouristen

### 3.3 Externe Kommunikation der Cluster

#### 3.3.1 Kommunikationskonzept

Die erarbeitenden Cluster dienen zum einen zur Strukturierung der Ergebnisse dieser Praxisstudie. Darüber hinaus sollen sie in der zukünftigen Kommunikation der Gesunden Parks und Gärten eine Rolle spielen. Aus diesem Grund wurde studienbegleitend durch den Projektträger eine grafische Übersetzung in Piktogramme passend zum Logo der Gesunden Parks und Gärten in Abstimmung mit der Projektgruppe erarbeitet. Da „Cluster“ ein eher planungstechnischer Begriff ist, wurde empfohlen, eine öffentlichkeitswirksame Benennung zu finden. „Aktionsfelder“ ist der aktuelle Stand. Der Begriff transportiert mit Ausnahme der beiden Cluster zur grünen Infrastruktur einen Aufforderungscharakter, den die Parks und Gärten in Hinblick auf die Ausübung einer gesunden Lebensweise an potentielle Nutzer richten sollen.



Abbildung 14: Logo Gesunde Parks und Gärten



Abbildung 15: Piktogramme zur Kommunikation der geclusterten Aktionsfelder

Moodboards führen die Aktionsfelder mit ansprechendem Bildmaterial weiter aus und ermöglichen einen intuitiven Zugang zu den gesundheitsfördernden Möglichkeiten von Parks und Gärten.



**Abbildung 16: Einsatz der Moodboards beim Symposium Gesunde Parks und Gärten in Bad Gandersheim 2021 (Foto: Grünewald)**

Zusammen mit der Website [www.gesundeparksundgaerten.de](http://www.gesundeparksundgaerten.de), auf der auch die Ergebnisse des Symposiums dokumentiert wurden, und dem Newsletter „GP&G Neuigkeiten“ sind erste Bausteine einer Kommunikation entstanden. Sie sollen in einem aus diesem Projekt hervorgegangenen Vorhaben zur Erarbeitung und Umsetzung einer zielgerichteten Kommunikation in ein Konzept überführt werden.

### 3.3.2 Interaktive Vermittlung der gesundheitsfördernden Parks und Gärten im Internet

Um Menschen auf das gesundheitsfördernde Potential der Gärten und Parks aufmerksam zu machen und zum Besuch und Nutzen dieser gartenkulturellen Orte und Angebote in Niedersachsen anzuregen, wurde eine kartenbasierte Präsentation erzeugt. Sie gibt u.a. Auskunft über den Park oder Garten, seine gesundheitsfördernde Gestaltung und die besonderen gesundheitsfördernden Veranstaltungsangebote. Sie kann zur Vermittlung im Tourismus und in der Naherholung eingesetzt werden und soll perspektivisch auch Gesundheitsakteure und Betreiber von Gärten und Parks zusammenbringen. Die interaktive Karte ist als iFrame konzipiert und kann z.B. auf gesundeparksundgaerten.de und auch auf gartenhorizonte.de eingebunden werden. Damit bietet sie auch einen Mehrwert für Gartenhorizonte-Mitglieder. Sie sollte über diese Praxisstudie hinaus offen für alle interessierten Betreiber von Parks und Gärten sowie für Gesundheitsakteure nutzbar sein, die in diesem Kontext tätig sind.



Abbildung 17: QR-Code zur interaktiven Karte gesundheitsfördernder Parks und Gärten

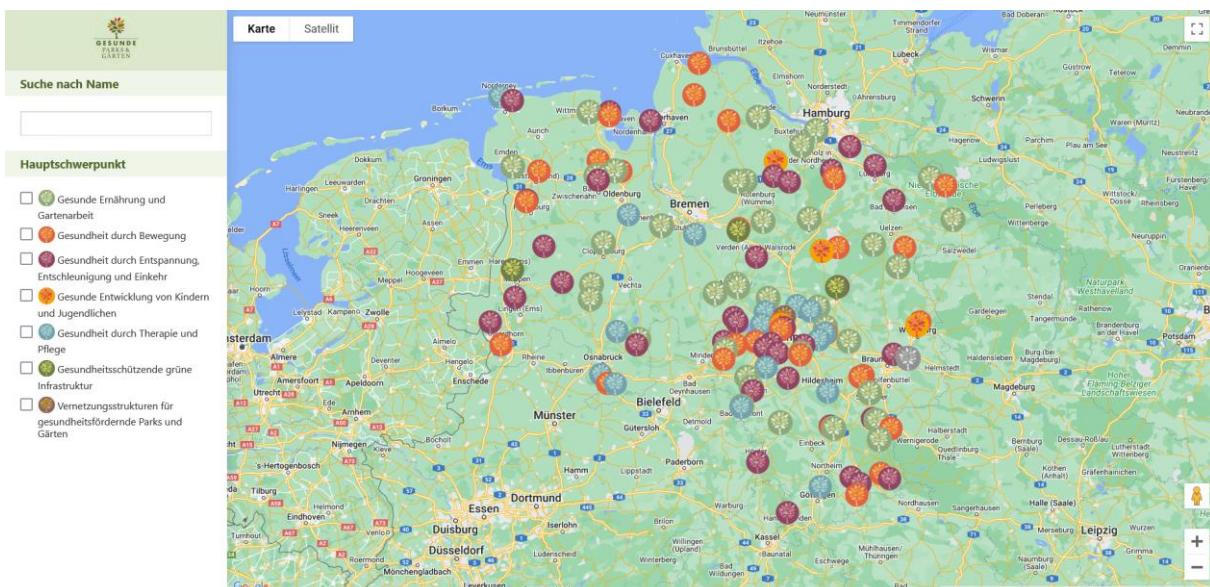


Abbildung 18: Entwurf der interaktiven Darstellung der gesundheitsfördernden Parks und Gärten in Niedersachsen (Screenshot der Karte aus der Entwicklungsphase)

## 4 Erfassung und Analyse des gesundheitsfördernden Potentials in Niedersachsen

### 4.1 Erfassung

#### 4.1.1 Zielsetzung und Vorgehensweise zur Erfassung und Bewertung der gesundheitsfördernden Parks und Gärten

Die Grundlagenrecherche der Wissensbasis hat gezeigt, dass keine Untersuchungen und Bewertungen zur Betrachtung der gesundheitsfördernden Parks und Gärten oder den gesundheitsfördernden Angeboten in diesen Anlagen vorliegen. Im fachlichen Diskurs tauchen zwar schlaglichtartig Besprechungen einzelner Parks und Gärten in Hinblick ihrer gesundheitsfördernden Wirkungen auf<sup>132</sup>, eine systematische Betrachtung dieses Ansatzes insbesondere auch für Niedersachsen fehlt. Somit ist eine Erfassung erforderlich, die zur Potentialeinschätzung und später zur Ableitung von Handlungsempfehlungen und zur Kommunikation dieser gartenkulturellen Werte herangezogen werden kann. Diese Untersuchung soll nicht flächen-deckend und repräsentativ sein, aber versuchen, zu allen Parktypen und Clustern Beispiele zu finden und auf neuartige oder innovative Ansätze zu stoßen.

In der Untersuchung gilt es u.a. zu beleuchten:

- In welcher Qualität, Quantität und räumlicher Verteilung sind gesundheitsfördernde Parks und Gärten in Niedersachsen vorhanden?
- Welche Cluster lassen sich mit gesundheitsfördernden Parks und Gärten besetzen?
- Gibt es Häufungen bei bestimmten Parktypen?
- Was lässt sich von den bestehenden gesundheitsfördernden Parks und Gärten hinsichtlich gesundheitsfördernder Gestaltung und Angebote übertragen?
- Welches Entwicklungspotential haben die Parks und Gärten als Infrastruktur und als Rahmen für gesundheitsfördernde Angebote?

Auf der Grundlage der aufgestellten gesundheitsfördernden Cluster und den zugeordneten Parktypen wurden gartenkulturelle Orte untersucht, die nach Recherchen im Internet, in gartenkulturellen Publikationen sowie auf der Grundlage der Kenntnisse eigener Bearbeitungen und dem Umfeld der Landesinitiative Gartenhorizonte geeignet erschienen.

Aufgrund der fehlenden Definition, ab welchen Eigenschaften und in welcher quantitativen Ausprägung ein Park oder Garten gesundheitsfördernd ist, wurde eine qualitative Einschätzung zu jedem Objekt vorgenommen und Kriterien wie Zugänglichkeit, Größe, Gestaltungsqualität, Aufenthaltsqualität, Aktivitätsanreize, florale und faunistische Diversität für das sinnlich intuitive Erleben, Pflegezustand, Nutzungsdruck, Nutzungsdichte zugrunde gelegt. Diese Faktoren bilden eine erste Orientierung für eine ganzheitliche Betrachtung eines Parks oder Gartens. Für die Aufnahme in die Potentialliste dieser Untersuchung war es vielmehr von Bedeutung, ob die gesundheitsfördernde Wirkung besonders ausgeprägt hinsichtlich eines Clusters ist und der Park oder Garten stellvertretend für viele ähnliche Freiräume in Niedersachsen stehen kann und in der an diese Studie anschließende Bearbeitung als Beispiel dient. So wurden z.B. nicht flächendeckend alle Landschaftsparks in die Potentialiste aufgenommen, sondern es war wichtig, mindestens einen als Ankergarten erfasst zu haben.

<sup>132</sup> Vgl. z.B. DGGL 2008

Anhand der ermittelten Parks und Gärten wurden zudem die Cluster im Prozess überprüft und die Parks und Gärten jeweils zugeordnet.

Zur detaillierten Erfassung wurde eine Matrix erstellt, die wichtige Informationen für die Analyse und zur Ableitung von Handlungsempfehlungen für alle Parks und Gärten vergleichbar und strukturiert aufnimmt. Diese Matrix wurde mit dem Projektbeirat diskutiert und auf den LandPark, die GesundRegion, die Parks und Gärten des Bundeslandes Niedersachsen sowie der Landesinitiative Gartenhorizonte angewendet.

Aus der Kumulierung der Einzelerfassungen ergibt sich somit ein Potentialpool der gesunden Parks und Gärten in Niedersachsen, der handlungsorientiert für die Vernetzung der Akteure und als Ideengeber eingesetzt und ausgebaut werden soll. Zukünftigen Besuchern soll der Potentialpool insbesondere durch die Vermittlung in der interaktiven Karte Anreize bieten, die Anlagen zu besuchen, gesundheitsfördernde Angebote wahrzunehmen und ggf. in seiner Region nach ähnlichen Angeboten zu suchen.

#### **4.1.2 Matrix zur Erfassung der gesundheitsfördernden Parks und Gärten in Niedersachsen**

Der Erfassungsbogen bezieht sich jeweils auf einen Park oder Garten und ist in neun Informationsblöcke gegliedert. Er umfasst eine gartenkulturelle Aufnahme des Parks oder Garten u.a. mit Parktyp und Kurzbeschreibung des Parks/ Gartens, die Kontaktdaten mit Informationen zu Ansprechpartnern, zur Zugänglichkeit und Zuordnung zur touristischen Region. Zwei Informationsblöcke beschäftigen sich mit der gesundheitsfördernden Gestaltung und den gesundheitsfördernden Angeboten und Veranstaltungen sowie die Zuordnung der Parks und Gärten zu den sieben gesundheitsfördernden Clustern dieser Praxisstudie. Der Block Motivation und Kommunikation beschäftigt sich mit den Motivationen der Betreiber und den aktuellen und potentiellen Zielgruppen und einer Einordnung in die Ziele zur nachhaltigen Entwicklung nach BNE. Sofern ermittelbar, können auch Aspekte der gartenkulturellen Inwertsetzung, der Wirtschaftlichkeit und des bürgerschaftlichen Engagements miterfasst werden. Darüber hinaus wird die Vernetzung mit gesundheitsfördernden Akteuren und Netzwerken und mit Strukturen weiterführender Angebote beleuchtet.

Die erfassten Daten des Potentialpools werden dem Projektträger zur weiteren internen Verwendung übergeben. Die ermittelten Parks und Gärten werden in einer interaktiven Karte als Gesamtansicht für das Bundesland Niedersachsen publiziert.

## 4.2 Analyse auf lokaler Ebene „LandPark Lauenbrück“

Auf lokaler Ebene wird der LandPark Lauenbrück als Modellort für die Studie betrachtet. Bevor die unterschiedlichen Untersuchungsverfahren im Kontext der Studie erläutert und ausgewertet werden, erfolgt zunächst eine Beschreibung und Bestandsbetrachtung des LandPark Lauenbrück.

Der LandPark Lauenbrück wurde im Jahr 1969 von der Familie von Schiller als Wildpark gegründet. Bereits zu Beginn lag der Fokus auf den Themen Natur- und Umweltbildung sowie barrierefreie Angebote für alle Generationen. Im Jahr 2005 wurde die Scharnow-Stiftung „Tier hilft Mensch“ aus dem Vermächtnis des Ehepaars Scharnow gegründet. Seit 2005 ist der LandPark Lauenbrück als gemeinnützig anerkannt. Im Auftrag der Scharnow-Stiftung verwirklicht der LandPark fünf gemeinnützige Ziele:

- Tier- und Artenschutz alter, vom Aussterben bedrohter Haus- und Nutztierrassen
- Naturkundliche Bildung indem Besucher:innen – insbesondere Schulklassen – naturkundliche, ökologische und biologische Zusammenhänge erlebnisorientiert nähergebracht werden
- Barrierefreie Gestaltung der Anlagen und Einrichtungen des Parks, um diese auch für Menschen mit Behinderungen erlebbar zu machen. Durch Integration und Inklusion will der LandPark ein unbekümmteres Miteinander aller Besucher:innen fördern.
- Förderung von Kunst und Kultur indem kulturelle Veranstaltungen durchgeführt werden, wobei Menschen mit Behinderung, Nachwuchs und Talenten eine Plattform geboten wird und damit eine besondere Förderung zugute kommen soll. Generell ist der LandPark wie jede andere tiergärtnerische Einrichtung ein Stück Kulturgut der Region und damit an sich erhaltenswert und förderwürdig.
- Ernährung, Bewegung und Gesundheit

Die gemeinnützigen Ziele des LandPark Lauenbrück wurden im Jahr 2012 in einem Leitbild konkretisiert. Dieses Leitbild haben sich die LandPark Lauenbrück gGmbH, LandHof GmbH, LandArt – Parkshop sowie die Scharnow-Stiftung Tier hilft Mensch gegeben. Es gibt seither keine Aktualisierung des Leitbildes, so dass diese Ziele weiterhin als wirksam wahrgenommen werden. In der Gesamtheit dieser Institutionen wird der Tier-, Landschafts- und Kulturpark verstanden. Neben den oben beschriebenen gemeinnützigen Zielen wurden im Rahmen des Leitbilds ein Selbstverständnis entwickelt, dass diese Ziele aufgreift. Konkret heißt es im Leitbild: „Wir sind ein familiärer Tier- und Landschaftspark und verfolgen gemeinützige Ziele.“<sup>133</sup> Unter dem Motto „Tier hilft Mensch“ und „Erleben mit allen Sinnen“ wird auf die Umsetzung der gemeinnützigen Ziele hingearbeitet. Ergänzend zu diesen Zielen wurden im Leitbild als Selbstverständnis der „Ausgleich zum Alltag auf dem Land und in der Natur“ sowie die „Gäste-/Besucher-/Kundenzufriedenheit“ definiert.

Als konkrete Zielgruppe wendet sich der LandPark Lauenbrück im Sinne des Leitbildes an Alle, die sich in den gegebenen Zielen wiederfinden. Die Diskussion über die Zielgruppen des LandParks Lauenbrück werden im Zuge der Auswertung der verschiedenen Analyseschritte näher beleuchtet.

---

<sup>133</sup> Leitbild LandPark Lauenbrück, 2012

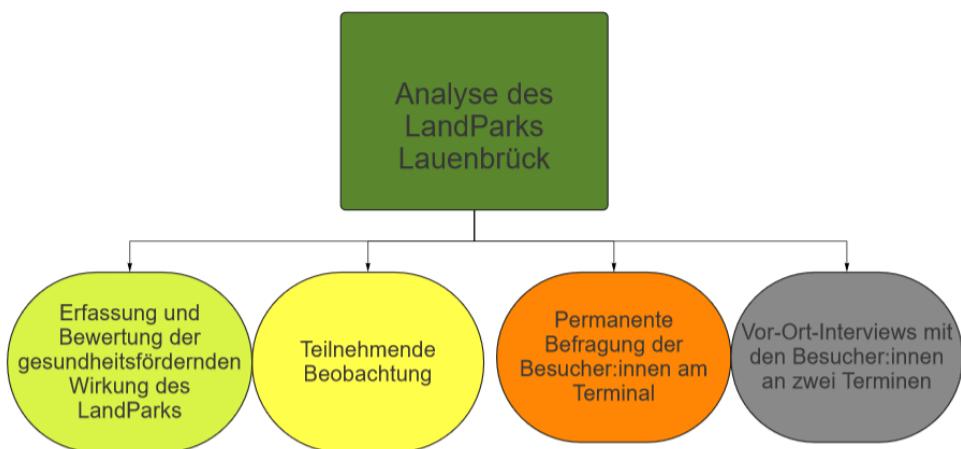
In seinem Leitbild definiert der LandPark Lauenbrück verschiedene Dienstleistungen und Angebotsbausteine, die sich auf die Institutionen bzw. Einrichtungen der Gesamtanlage beziehen. Dabei stehen insbesondere folgende Aspekte im Vordergrund:

- Umweltbildung im weiteren Sinne (u.a. Parkbesuch und Inanspruchnahme der Infrastruktur des LandParks Lauenbrück)
- Umweltbildung im engeren Sinne (u.a. Inanspruchnahme von Führungen, Arbeitsgemeinschaften, Projekten, Seminaren und Events)
- Gastronomisches Angebot und Infrastruktur LandHof
- LandArt-Shop
- Scharnow-Stiftung Tier hilft Mensch<sup>134</sup>

Diese fünf Dienstleistungen und Angebotsbausteine stehen in einem unmittelbaren Zusammenhang und können nur in der Gesamtheit wirken. Insbesondere die Schwarnow-Stiftung Tier hilft Mensch ist wesentlich und stellt der LandPark Lauenbrück gGmbH den Grund und Boden sowie finanzielle Unterstützung bei Investitionen zur Verfügung.

Das bestehende Leitbild basiert auf dem Entwicklungsstand des LandParks Lauenbrück im Jahr 2012. In der Zwischenzeit hat der LandPark, gemäß seines Leitbildes, weitere Entwicklungen erfahren und erfindet sich stetig neu. Dies wird insbesondere auch in den folgenden Analysen deutlich.

Die untenstehende Abbildung dient der Übersicht der zur Analyse des LandParks angewandten Betrachtungsebenen.



**Abbildung 19: Analyse auf lokaler Ebene LandPark**  
(Quelle: Arbeitsgemeinschaft Studie Gesunde Parks und Gärten 2022)

Die Analyse des LandParks ist bis Juni 2022 abgeschlossen worden, da zu diesem Zeitpunkt die Ergebnisse vorgelegt wurden. Seit diesem Zeitpunkt ist fortlaufend der LandPark Lauenbrück weiterentwickelt worden – weitere Elemente als Pilotvorhaben wurden realisiert. In die Analyse sind diese Ergebnisse nicht eingeflossen.

<sup>134</sup> Ebd.

#### 4.2.1 Erfassung und Bewertung des LandParks unter Aspekten der gesundheitsfördernden Wirkung

Der LandPark Lauenbrück wurde analog zu den erfassten Gärten und Parks im Potentialpool des Landes Niedersachsen anhand der standardisierten Erfassungsmatrix bewertet. Der LandPark Lauenbrück als Pilotstandort kann dabei bereits auf ein breites Erfahrungs- und Handlungswissen zurückgreifen. Die nachfolgende Tabelle verdeutlicht die gesundheitsfördernde Gestaltung und die gesundheitsfördernden Angebote des LandParks und gibt eine Einordnung in die Arbeitsfelder der Studie. Diese Darstellung ist exemplarisch für die im Rahmen des Potentialpools erfassten Gärten und Parks zu sehen. Hier liegen vergleichbare Erfassungen vor, die im Textteil der Studie zunächst keine Erwähnung finden werden.

**Tabelle 1: Erfassungsmatrix LandPark Lauenbrück gGmbH**

<b>Name des Gartens / Parks</b>		<b>LandPark Lauenbrück gGmbH</b>
Parktyp		Tier-, Landschafts- und Kulturpark
Gartenkultureller Status		Zeitgenössischer Garten/Park
Zugänglichkeit		gegen Eintritt
<b>Gesundheitsfördernde Ansätze des Gartens / Parks</b>		
Besonderer gesundheitsfördernder Gartenraum oder besondere Ausstattung	Barrierefreie Gestaltung des Parks, zahlreiche „Entspannungsinseln“, Barfußpfad/Sinnesgarten für alle fünf Sinne, Labyrinth, Kräuterbeet	
Hauptwirkungsebene	Physisch und psychisch	
Präventiver Wirkungsansatz	Wohlbefinden	
Therapeutischer Wirkungsansatz der Einrichtung	kurativ	
Beschreibung der allgemeinen gesundheitsfördernden Aspekte	Bewegung, Naturerleben, gesunde Ernährung, Senkung des Kortisolspiegels durch den Aufenthalt im Garten, Stärkung der Atmung (draußen 50 % tiefer als in Innenräumen), Stabilisierung des Hormon- und des Kalziumhaushalts und Stimmungsverbesserung durch Tageslicht (Vitamin D Haushalt), Ausschüttung von Oxitocin durch Tierkontakte	
Beschreibung der besonderen gesundheitsfördernden Aspekte des Gartens	Naturbeobachtung, Erfahrung von Selbstwirksamkeit und Verbesserung motorischer Fähigkeiten durch Spielgeräte, Geschwindigkeitsanpassung und innere Ruhe Pflegegruppe: Verbesserung der motorischen Fähigkeiten, Selbstwirksamkeit	
Zuordnung zu den gartenkulturellen Gesundheitsclustern	Parks und Gärten für gesunde Ernährung und Gartenarbeit	
Auszeichnungen des Parks im Bereich Gesundheitsförderung	Zertifizierung „Reisen für Alle“ UN-Dekade Biologische Vielfalt im Rahmen des Sonderwettbewerbs „Soziale Natur – Natur für alle“ (LandParkKüche)	
<b>Gesundheitsfördernde Angebote und Veranstaltungen</b>		
Besondere gesundheitsfördernde Veranstaltungen und Zusatzangebote	Pilates im Park, Naturerleben für Körper, Seele, Geist (geführte Sinneswanderungen), niedrigschwelliges Eselreiten in Anlehnung an tiergestützte Therapie, Kochkurse, Veranstaltungen Poetry im Park	

<b>Name des Gartens / Parks</b>		<b>LandPark Lauenbrück gGmbH</b>
Träger des Angebotes		Bei gemeinnützigen Angeboten LandPark gGmbH, bei kommerziellen Angeboten LandHof GmbH
Beschreibung der gesundheitsfördernden Veranstaltungen und Zusatzangebote		Interaktion mit Tieren (Esel, Streicheltiere), barrierefreie Gestaltung, Förderung der Inklusion, Kochkurse auch mit Kindern, regionale Produkte, Wildfleisch / Veranstaltungen zum Thema Organspende, z.B. spezielle Führungen für Menschen mit Beeinträchtigungen und kostenfreie Nutzung von Rollstühlen und Rollatoren, LandPark-Förderprojekt „LandAtelier“ schult geflüchtete Frauen aus dem Landkreis Rotenburg in Zusammenarbeit mit Designern und Schneidern im textilen Handwerk
Wirkungsebenen		sozial, psychisch
Präventiver Wirkungsansatz		Wohlbefinden
Therapeutischer Wirkungsansatz der Einrichtung		Keine Angabe
Auszeichnungen der gesundheitsfördernden Veranstaltung		2015 „1. Preis für Nachhaltigkeit im Reiseland Niedersachsen“ TourismusMarketing Niedersachsen GmbH für das Konzept LandFrüchte, Nominierung für Metropolitaner Award 2020 UN-Dekade Biologische Vielfalt im Rahmen des Sonderwettbewerbs „Soziale Natur – Natur für alle“ (LandParkKüche)
Kategorisierung der Angebote		Umweltpädagogik, Integration und Inklusion
<b>Motivation und Kommunikation</b>		
Motivation der Betreiber		Die Betreiber:innen möchten die Naturwahrnehmung stärken und gesunde Ernährung mit regionalen Produkten fördern, dies insbesondere schon bei Kindern. Die Wertschätzung von Lebensmitteln soll gesteigert und für das Thema sensibilisiert werden. Barrierefreiheit und Inklusion haben für sie einen großen Stellenwert.
Aktuelle Zielgruppen		Familien mit Kindern, Schulen und Kindergärten, Senioren (und Busreisende), Menschen mit Behinderungen, Geflüchtete, Firmen
Emotionale Ansprache		Videos über den Park mit dem Hund Peppa („Peppa allein im Park“), mit der Familie, Video-Erfahrungsbericht einiger Besucher:innen sowie Social Media Kanäle
Agile Werte		Aktivität, Andersartigkeit, Aufgeschlossenheit, Begeisterung, Ehrlichkeit, Empathie, Fairness, Flexibilität, Glaubwürdigkeit, Hilfsbereitschaft, Innovation, inspirierend, Interesse, Kommunikation, Kreativität, Mut, Offenheit, Optimismus, Respekt, Selbstvertrauen, Sympathie, Teamgeist, Transparenz, Weitsicht, Wertschätzung, Verantwortung
Potentielle Zielgruppen durch Kommunikation Gesundheit		Psychisch stark beanspruchte Menschen, junge Erwachsene (Umwelt- und Klimaschutz), Kinder
Einordnung in die Ziele zur nachhaltigen Entwicklung nach BNE		Ziel 3: Gesundheit und Wohlergehen, Ziel 12: Nachhaltig produzieren und konsumieren, Ziel 15: Leben an Land
<b>Gartenkulturelle Inwertsetzung, Wirtschaftlichkeit und Engagement</b>		
Angebote z.B. kultureller Art		Poetry im Park, Märkte, Saisonale Veranstaltungen, Kindergeburtstage, Hands-On-Events, Seminare
besondere Außendarstellung (Kommunikationskanäle)		Professionelles CD und CI, diverse kleine Filme auf der Website, digitaler Newsletter LandPost, Social Media Facebook und Instagram

<b>Name des Gartens / Parks</b>	LandPark Lauenbrück gGmbH
Bürgerschaftliches Engagement	Scharnow-Stiftung Tier hilft Mensch, Baum- und Tierpatenschaften
<b>Vernetzung mit gesundheitsfördernden Akteuren und Netzwerken</b>	
Akteure / Netzwerke	GesundRegion, Ackerhelden, Sarah Wiener Stiftung, Simbav e.V. Landkreis Rotenburg/Wümme, TouROW, Gesundheitsregion Rotenburg/Wümme
Inhalt der Vernetzung	Regionale Vernetzung und Inwertsetzung, Verbesserung der Lebensqualität in der Region, Ernährungsbildung
<b>Vernetzung mit Akteuren und Netzwerken weiterführender Angebote</b>	
Akteure / Netzwerke	Mitglied im Netzwerk Gartenhorizonte
Inhalt der Vernetzung	Gartenkulturelle Inwertsetzung, Vernetzung und Vermittlung

#### 4.2.2 Teilnehmende Beobachtung im LandPark Lauenbrück

Begleitend zu den Interviews und den Auswertungen der Besucherfragebögen wurde eine Teilnehmende Beobachtung durchgeführt mit dem Ziel, ergänzende Informationen über das Nutzerverhalten im Park zu gewinnen. Es handelt sich dabei um ein Instrument der qualitativen Sozialforschung, die eine ganzheitliche Erfassung des Untersuchungsgegenstandes ermöglicht. Diese Methode erhebt nicht den Anspruch einer Repräsentativität, bietet jedoch die Möglichkeit Eindrücke zu sammeln, die eine Grundlage für weitere Analyseschritte und Gespräche bieten.

Zur Durchführung wurde ein heißer Sommertag Anfang August 2020 gewählt. Der Rundweg durch den Park wurde über den Tag mehrfach begangen, jeweils mit längeren Aufenthalt in den verschiedenen Bereichen. Neben der Aufzeichnung der Aktivitäten wurden auch kurze Gespräche mit verschiedenen Personen geführt, darunter auch mehreren Kindern.

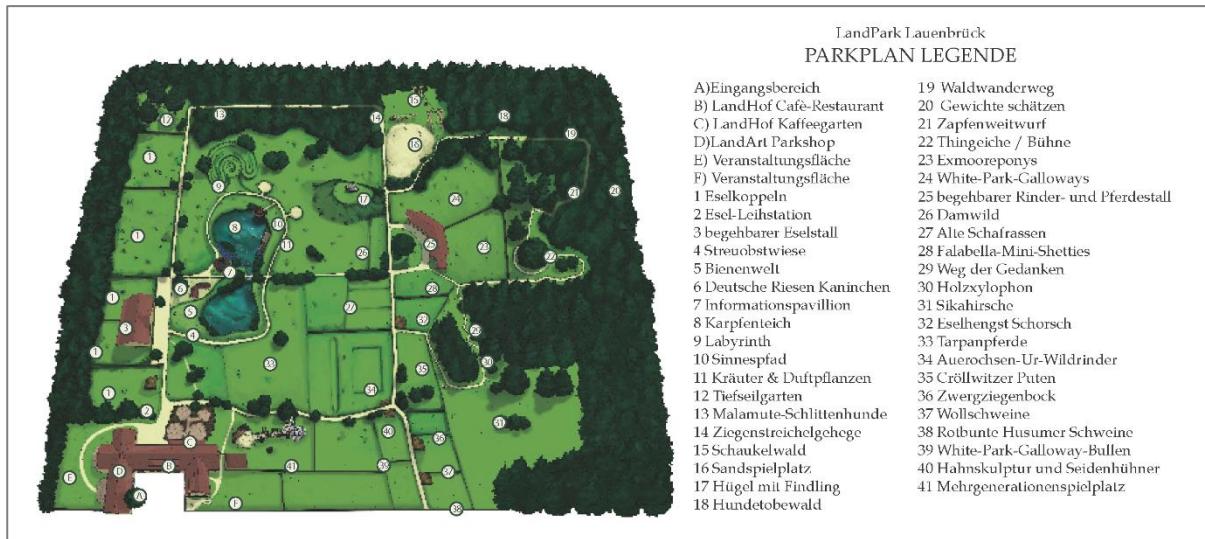
##### Nutzergruppen

Auf dem Parkplatz, der um die Mittagszeit zu ca. 50 % belegt war, stammten die meisten Fahrzeuge aus Norddeutschland. Im Park waren am häufigsten Familien mit kleineren Kindern unterwegs. Ältere Menschen, die nach den Erkenntnissen der Besucherauswertung den Park sonst häufig nutzen, waren möglicherweise aufgrund der Hitze nur wenig vertreten. Außerdem wurden Radtouristen angetroffen, die den Park auf der Durchreise entdeckt hatten.

Die meisten Personen waren schon öfter bzw. häufig im Park und suchen einige Bereiche gezielt auf. Es handelt sich in der Regel um einen Halbtagesausflug.

Folgende Gründe wurden für den Parkbesuch im Rahmen der teilnehmenden Beobachtung genannt:

- Entspannt, nicht so voll
- Naturnahe Spielmöglichkeiten (besonders hervorgehoben von einem Zehnjährigen)
- Kinder können sich frei bewegen
- Esel
- Teich



**Abbildung 20: Schematische Übersichtskarte LandPark Lauenbrück**  
(Quelle: LandPark Lauenbrück gGmbH)

Die Ergebnisse der Beobachtungen werden nachfolgend für die verschiedenen Bereiche beschrieben. Die Beschreibung bildet lediglich den Zeitraum des Beobachtungszeitraumes ab. Die Bereiche werden mit den Bezeichnungen des Parkplans benannt:

### 1. Karpfenteich

Der Teich wird von den meisten Gästen frequentiert. Attraktiv für Kinder ist hier vor allem der Barfußpfad durch das Wasser. Es gibt viele lauschige Sitzplätze, die sich auch zu einem längeren Aufenthalt eignen. Diese werden allerdings vergleichsweise wenig und nur kurz genutzt.

### 2. Tiefseilgarten/Schlittenhunde

In diesen Bereich kommen deutlich weniger Menschen als zum Teich. Vielleicht, weil die Meisten bereits am Teich in Richtung Damwildgehege abbiegen. Die Familien, die die Geräte nutzen, kennen das von früheren Besuchen.

Der nach Osten führende, angenehm schattige Waldweg mit schönen Bänken hat viel Potential zur Erholung, ist jedoch nur wenig begangen.

### 3. Schaukelwald/Ziegengehege

Dieser attraktive Bereich mit den Schaukelangeboten und der Seilbahn sowie den Ziegen wird von den Familien gezielt aufgesucht.

Einige Gäste kennen diesen Bereich allerdings nicht (siehe unten).

### 4. Hundetobewald/Waldwanderweg

Der Zugang am Nordrand des Schaukelwaldes ist schlecht erkennbar. Vielleicht ist das der Grund, dass bis auf ein älteres Paar, das auf der Hollywoodschaukel den Ausblick genießt, keine Leute angetroffen werden, auch nicht zu anderen Uhrzeiten. Auch hier wird viel Potential beispielsweise für Reha-Angebote gesehen. Das gilt auch für das südlich angrenzende Birkenwäldchen mit Blick auf das Gehege mit den Sika-Hirschen.

### 5. Weideflächen

Wohl alle Besucher halten sich im Damwildgehege auf. Hier kann man die Tiere meist gut erleben. Weniger Gäste gehen weiter nach Süden bis zum Auerochsen. Ein Problem an heißen Sommertagen: Viele der Tiere halten sich im Schatten/Stall auf und sind nicht zu sehen. Das wird von vielen Kindern bemängelt, die eine andere Erwartungshaltung hatten.

## 6. Spielplatz im Süden

Der gut ausgestattete Spielplatz nahe am Restaurant ist das Ziel aller Familien.

Insgesamt fällt auf, dass vielen Gästen die Orientierung schwerfällt. Den Flyer mit dem Parkplan haben die Meisten nicht dabei oder sie können den Plan nicht lesen. Deshalb werden einige Bereiche und Anziehungspunkte gar nicht besucht oder mögliche Wegeverbindungen nicht gefunden. Dies betrifft den nördlichen und östlichen Teil des Parks. Für Familien mit kleinen Kindern erscheinen auch manche Wege durch das weitläufige Gelände zu weit. Die Tiere werden nur wahrgenommen, wenn sie aktiv sind, z.B. die Ziegen.

Die Herausforderung einer ganzheitlichen Beschilderung wurde durch den LandPark Lauenbrück erkannt. Aus diesem Grund erfährt die Parkanlage zum Zeitpunkt der Studie eine Neubeschilderung, die auf einem ganzheitlichen Konzept beruht.

Die Teilnehmenden-Beobachtung kann den Anlass für den kritischen Diskurs bieten und hat nicht den Anspruch der objektiven Beschreibung, sondern erlaubt den Blick in den Park aus einer anderen – auch zeitlich kurzen – Perspektive.

### 4.2.3 Auswertung der permanenten Befragung der Besucher:innen

Der LandPark Lauenbrück führt über ein digitales Terminal am Ausgang eine permanente Besucherbefragung durch. Für diese Analyse werden die Daten der allgemeinen Besucherbefragung von August 2016 bis April 2021 herangezogen. Die Auswertung zielt auf die nähere Konkretisierung der Gästestruktur und -bedürfnisse ab. Die Erkenntnisse über die Gäste können herangezogen werden, um einerseits den LandPark Lauenbrück weiterzuentwickeln und andererseits Handlungsempfehlungen zu erarbeiten, die auch von anderen Parks genutzt werden können. Neben dem Alter und den Begleitpersonen der Besucher:innen wird v.a. die Motivation und Zufriedenheit abgefragt. Für diese Studie als relevant gelten die Antworten auf folgende Fragen:

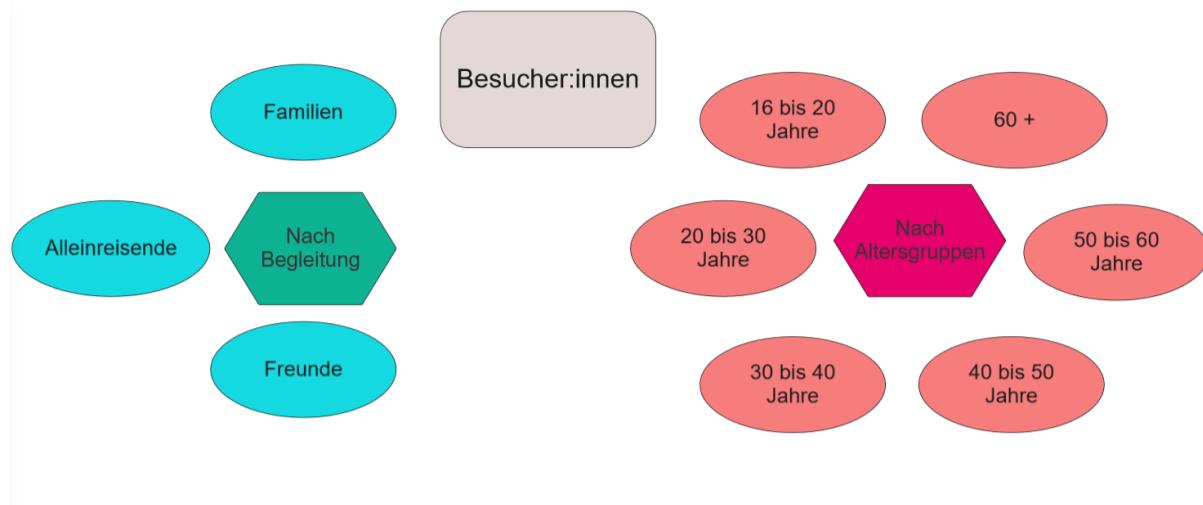
- Was verbinden Sie mit dem LandPark Lauenbrück?
- Wie weit ist ihr Anfahrtsweg in Kilometern?
- Wie sind Sie auf den LandPark Lauenbrück aufmerksam geworden?
- Wie häufig waren Sie schon im LandPark Lauenbrück?
- Werden Sie den LandPark Lauenbrück weiterempfehlen?

Die Mehrheit der Befragten verbindet mit dem LandPark vor allem Familienfreundlichkeit (78,42 % aller Befragten) sowie Erholung und Entspannung (65,04 % aller Befragten). Für die Anreise nehmen die Besucher:innen vor allem mittlere Anfahrtswege zwischen 20 und 70 Kilometer in Kauf. 14,64 % aller Befragten geben an, mehr als 100 Kilometer Anfahrtsweg zurückgelegt zu haben.

Viele der Besucher:innen sind aufgrund der Empfehlung von Familien oder Freund:innen auf den LandPark aufmerksam geworden (48,42 % aller Befragten). Hier können bereits erste positive Rückschlüsse auf die Besucherzufriedenheit gezogen werden. Diese positive Tendenz lässt sich um die Antwort zur Besuchshäufigkeit bestätigen: 54,82 % aller Befragten geben an, mindestens zum zweiten Mal im LandPark zu sein. Sogar 23,11 % aller befragten

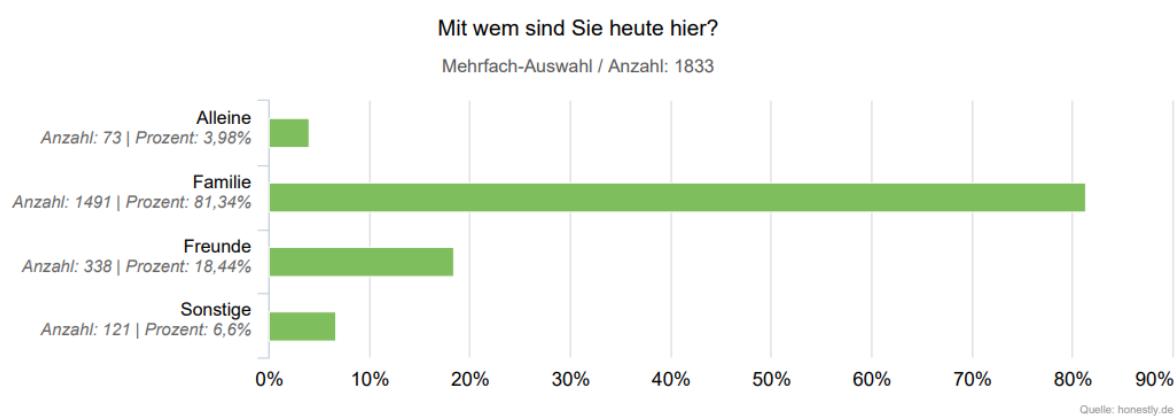
Besucher:innen sind bereits mehr als sechs Mal im LandPark Lauenbrück zu Gast gewesen. Diese Zufriedenheit drückt sich auch in der Weiterempfehlungsquote aus: 85,10 % werden den LandPark Lauenbrück auf jeden Fall weiterempfehlen. Die Besucherzufriedenheit ist demnach also ausgesprochen gut.

Um vertiefende Erkenntnisse gewinnen zu können, werden die Fragen aus der Besucherumfrage am Terminal nach zwei wesentlichen Kernelementen intensiver untersucht: Der Begleitung und der Altersgruppe.



**Abbildung 21: Besuchergruppen**  
(Quelle: Arbeitsgemeinschaft Studie Gesunde Parks und Gärten 2022)

Die Besucher:innen werden befragt, mit wem sie in den LandPark gekommen sind. Die Antwortmöglichkeiten „Mit der Familie“, „Mit Freunden“, „Alleine“ und „Sonstiges“ werden zur Auswahl gestellt, wobei die Gruppe der „Sonstigen Begleitung“ für die weitere Auswertung nicht näher untersucht wird, da sie nicht konkret auswertbar ist. In der folgenden Abbildung ist das Ergebnis der Befragung abgebildet.

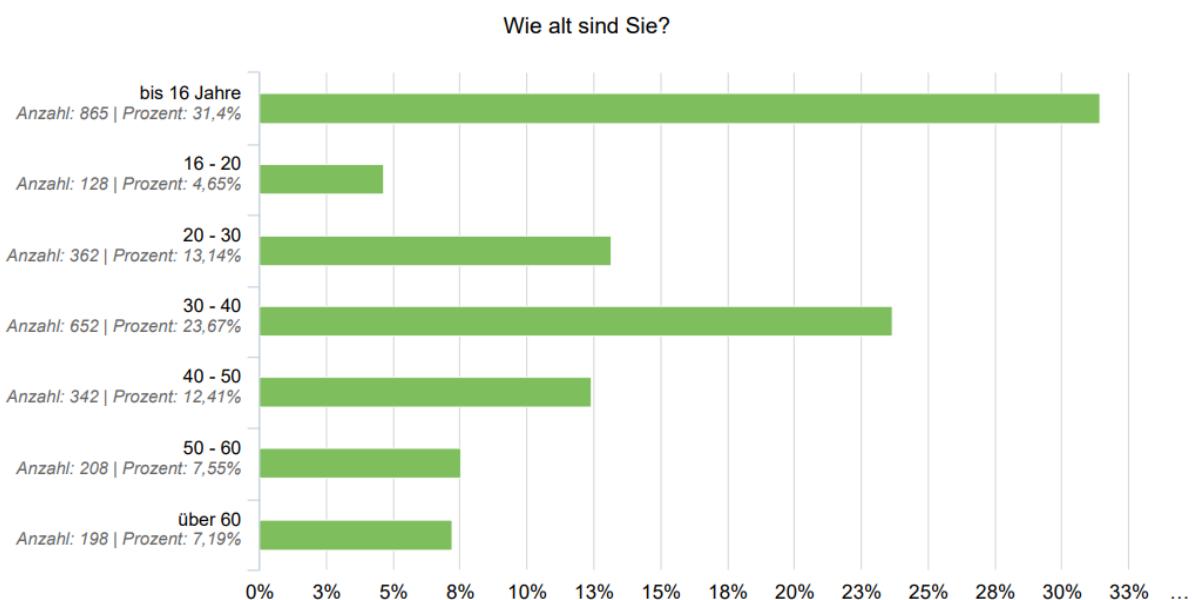


**Abbildung 22: Begleitung**  
(Quelle: Ergebnisse Honestly Besucherbefragung LandPark Lauenbrück Stand April 2021)

Wie die Abbildung zeigt, ist der Großteil der befragten Personen mit der Familie angereist, gefolgt von den Besucher:innen die angeben, mit ihren Freund:innen den LandPark zu

besuchen. Im Vergleich dazu geben nur wenige der befragten Personen an, allein angereist zu sein.

Darüber hinaus wird das Alter der Besucher:innen abgefragt. Die Altersgruppe der unter 16-Jährigen wird in dieser Betrachtung vernachlässigt, da es eine separate Befragung von Kindern und Jugendlichen gibt, die teilweise mit anderen Fragen ausgestattet ist. Daher kann keine Vergleichbarkeit zwischen den Antworten hergestellt werden. Für diese Studie werden die Antworten der Personengruppen ab 16 bis 20 Jahren, 20 bis 30 Jahren, 30 bis 40 Jahren, 40 bis 50 Jahren, 50 bis 60 Jahren und über 60 Jahren ausgewertet. Die nachstehende Abbildung zeigt auf, welche Altersgruppe am häufigsten vertreten ist.



**Abbildung 23: Altersgruppen**

(Quelle: Ergebnisse Honestly Besucherbefragung LandPark Lauenbrück Stand April 2021)

Wird die Gruppe der unter 16-Jährigen, wie oben beschrieben, aus der Betrachtung ausgeschlossen, sind die meisten der befragten Besucher:innen zwischen 30 und 40 Jahre alt. Im Vergleich dazu ist nur ein geringer Anteil der Befragten zwischen 16 und 20 Jahre alt.

Die oben aufgeführten Ergebnisse lassen sich wie folgt zusammenfassen:

1. Es reisen überwiegend Familien in den LandPark Lauenbrück.
2. Die Besucher:innen sind überwiegend mittleren Alters.
3. Die Altersgruppen bis 20 Jahren und ab 60 Jahren sind unter den Besucher:innen weniger häufig vertreten.

Um weitere Erkenntnisse zu gewinnen, werden die jeweiligen Personengruppen genauer betrachtet. Die Daten werden gefiltert und die wesentlichen Aussagen verschlagwortet. Der Großteil der Personen, die zu den mittleren Altersgruppen gehören, sind mit ihren Familien angereist. Da keine relevanten Unterschiede zwischen beispielsweise den Altersgruppen der 20 bis 30-Jährigen oder der 50 bis 60-Jährigen festgestellt werden können, werden für die weitere Analyse folgende Personengruppen näher betrachtet:



**Abbildung 24: Für die Analyse relevante Besuchergruppen**  
 (Quelle: Arbeitsgemeinschaft Studie Gesunde Parks und Gärten 2022)

Die Auswertung der Antworten der Besucher:innen in der Altersgruppe der über 60-Jährigen hat einige Abweichungen von den anderen Altersgruppen ergeben, weshalb diese mit aufgeführt werden.

Nachfolgend werden die Kernaussagen aus der Befragung nach den als relevant geltend festgestellten Besuchergruppen dargestellt. Die Prozentzahlen beziehen sich hierbei immer auf die jeweiligen Besuchergruppen.

- **Familien**  
 33,33 % der Personen, die angeben, mit ihren Familien im LandPark zu sein, sind bei der Befragung zum ersten Mal dort, wohingegen 22,99 % dieser Besuchergruppe angeben, bereits mehr als sechs Mal im LandPark gewesen zu sein. Von den Familien, die den LandPark erstmalig besuchen, geben 72,13 % an, den LandPark definitiv weiterzuempfehlen. Diese Ergebnisse lassen die Aussage zu, dass der LandPark sowohl bei Erstbesucher- als auch bei Mehrfachbesucherfamilien beliebt ist.
- **Freunde**  
 29,94 % der Personen, die mit ihren Freund:innen angereist sind, geben an, zum ersten Mal im LandPark zu sein. Immerhin 24,71 % dieser Besuchergruppe ist bereits mehr als sechs Mal dort. Aus dieser Besuchergruppe geben 31,03 % der Befragten an, mit dem LandPark vor allem Familienfreundlichkeit zu verbinden sowie Erholung und Entspannung (29,43 %). Hier lässt sich schlussfolgern, dass auch Besuchergruppen, die ohne die Familie anreisen, den LandPark durchaus als familienfreundlich wahrnehmen und Erholung und Entspannung finden und damit die Kernattribute des LandParks laut Besucherbefragung bestätigen.
- **Alleinreisende**  
 33,67 % der Alleinreisenden geben an, bereits mehr als sechs Mal im LandPark gewesen zu sein und 44 % haben für die Anreise eine Strecke von mehr als 100 Kilometern zurückgelegt. Diese Besuchergruppe legt im Vergleich zu den anderen Besuchergruppen demnach die weiteste Strecke für die Anreise zurück und hat anteilig die meisten Mehrfachbesucher:innen zu verzeichnen. 31,01 % der Alleinreisenden verbinden mit dem LandPark vor allem Familienfreundlichkeit, 28,68 % Erholung und Entspannung. Auch in dieser

Besuchergruppe wird die Ausrichtung auf Familien erkannt, obwohl die Personen allein angereist sind.

- **Altersgruppe 60+**

Diese Besuchergruppe ist überwiegend schon mehr als sechs Mal mit der Familie angereist. Auf den LandPark aufmerksam geworden sind sie vor allem durch sonstige Werbemaßnahmen (27,42 %), die sich jedoch nicht konkreter bestimmen lassen. 27,02 % folgen Empfehlungen aus dem Familien-, Freundes- und Bekanntenkreis. Diese Altersgruppe ist außerdem diejenige, in der im Vergleich zu den anderen Besuchergruppen die meisten Personen Facebook als Informationsquelle angegeben haben. Darüber hinaus geben 32,34 % an, über 100 Kilometer Anfahrtsweg zurückgelegt zu haben.

➤ Zwischenergebnis der permanenten Besucherbefragung

Der LandPark Lauenbrück wird vor allem von Familien besucht. Dieses Ergebnis lässt sich in allen Altersgruppen feststellen. Alle Besuchergruppen würden den LandPark definitiv weiterempfehlen, sowohl diejenigen, die bei der Befragung zum ersten Mal dort sind, als auch diejenigen, die bereits sechs Mal oder häufiger dort sind. Die meisten Personen aller Besuchergruppen wurden durch Familie, Freunde und Bekannte auf den LandPark aufmerksam. Die positive Mund-Propaganda erweist sich demnach als effiziente Werbung. In allen Gruppen wird der LandPark Lauenbrück vor allem mit Familienfreundlichkeit und Erholung und Entspannung in Verbindung gebracht. Die Altersgruppe der über 60-Jährigen sowie die Gruppe der Alleinreisenden beinhaltet anteilig die meisten Besucher:innen, die über 100 km Anfahrt zurückgelegt haben sowie die meisten Besucher:innen, die schon mehr als sechs Mal im LandPark waren. Hier zeigt sich eine hohe Verbundenheit mit dem LandPark Lauenbrück als Institution.

#### 4.2.4 Vor-Ort-Interviews mit den Besucher:innen

Ergänzend zu der Auswertung der permanenten Besucherbefragung wurden an zwei separaten Terminen vor Ort im LandPark qualitative Besucherinterviews unter Berücksichtigung eines Interviewleitfadens geführt. Die erste Befragung wurde am 15. Mai 2021 an einem regnerischen Werktag durchgeführt. Es waren nur wenige Besucher:innen im LandPark anzutreffen. Dennoch konnten insgesamt 27 Personengruppen mit Gruppenstärken zwischen zwei und sieben Personen interviewt werden. Insgesamt haben 100 Personen an diesem Tag an der qualitativen Befragung teilgenommen.

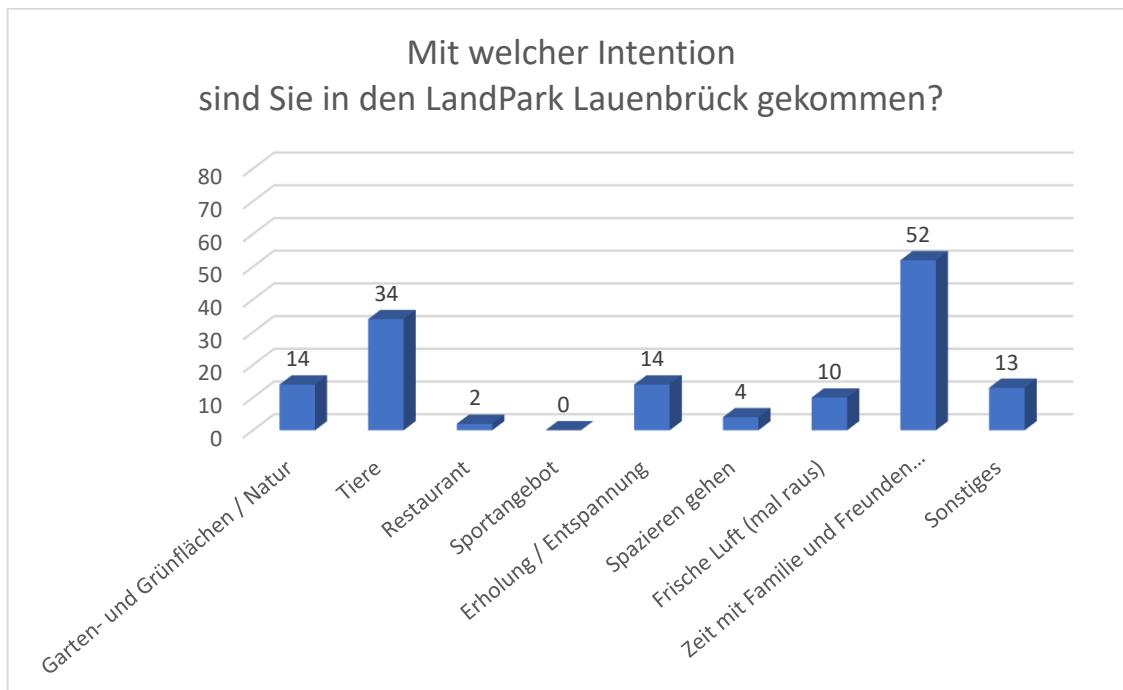
Für den zweiten Befragungstermin wurde Sonntag, der 11. Juli 2021 festgelegt. Bei überwiegend sonnigem und angenehm temperiertem Wetter haben sich viele Besucher:innen auf den Weg in den LandPark begeben, was sich auch in der Anzahl der geführten Interviews wider-spiegelt. Es konnten 54 Interviews mit insgesamt 209 Personen in Gruppen von zwei bis sieben Personen geführt werden. Eine befragte Person war an diesem Tag allein in den LandPark gekommen. Der Interviewleitfaden wurde um die Erkenntnisse der ersten Befragung ergänzt und angepasst. Es wurde beispielsweise zusätzlich erfragt, inwiefern die Besucher:innen einen Unterschied darin bemerkten, ob sie sich in der freien Natur befänden oder in einer/m angelegten Garten oder Parkanlage. Im Rahmen des ersten Interviewtages gaben einige Besucher:innen an, sich zwar für den LandPark gewisse gesundheitsfördernde Angebote vorstellen zu können, diese jedoch aufgrund einer zu weiten Anreise nicht wahrzunehmen. Daher wurde der Leitfaden um die Frage, wie die Angebote gestrickt sein müssten, um trotz einer weiten Anreise daran teilzunehmen, ergänzt.

In der Gesamtheit beider Interviewtage lassen sich große Schnittmengen feststellen. Insgesamt wurden an beiden Befragungstagen 309 Besucher:innen über 81 Interviews erreicht. Die durchschnittliche Besuchergruppengröße liegt bei 3,8 Personen, die am häufigsten vertretene Altersgruppe an beiden Tagen ist die der 31-40-Jährigen. Die meisten Besucher:innen sind aus dem Landkreis Rotenburg (Wümme), überwiegend Wistedt, Rotenburg (Wümme), Horsstedt und Scheeßel angereist und haben somit kurze bis maximal mittlere Anreisewege ange-treten. Die am weitesten gereisten Besucher:innen kamen aus Nagold in Baden-Württemberg und Nordhausen in Thüringen. Diese Besucher:innen waren in Gruppen mit vier bzw. fünf Personen im Park und gaben an, zu Besuch bei ihren Familien zu sein.

#### *Intention des Besuchs und Zufriedenheit*

Die meisten Personen kommen in den LandPark Lauenbrück, um Zeit mit der Familie und mit Freund:innen zu verbringen und die Tiere zu sehen (siehe Abbildung 17). Hier lässt sich ein Unterschied zwischen den betrachteten Tagen feststellen. Gerade der erste Interviewtag war von schlechtem Wetter geprägt. Hier zeichnete sich ab, dass eher Stammgäste gezielt den LandPark aufgesucht haben. Der zweite, sommerliche Interviewtag lockte verstärkt Gäste, die der Intention „Frische Luft (mal raus)“ gefolgt sind. Hieran waren dann andere Erwartungen geknüpft als bei den etablierten Gästen. Viele dieser Personen gaben an, dass sie sich im LandPark ein größeres Angebot an elektronischen Spielgeräten und Fahrzeugen wünschen würden und der heimische Tierbestand um „Exoten“ ergänzt werden könnte. Aus dieser Be-trachtung wird deutlich, dass es im LandPark Lauenbrück gerade in Bezug auf einmalige

Tagesgäste unterschiedliche Erwartungen geben kann. Stammgäste wie im Rahmen des ersten Interviewtages äußerten keine vergleichbaren Erwartungen.

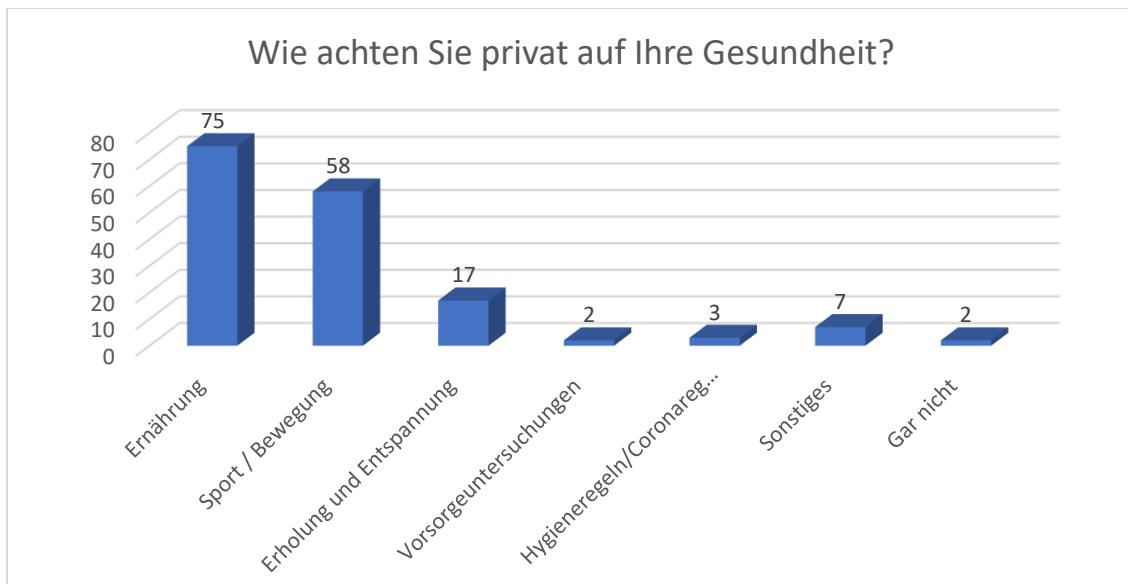


**Abbildung 25: Grafische Darstellung der Ergebnisse zu Frage 1**  
**(Quelle: Arbeitsgemeinschaft Studie Gesunde Parks und Gärten 2021)**

Mehr als 85 % gaben an, dass die Erwartungen an den Besuch erfüllt wurden, bei 10 % der Befragten wurden diese sogar übertroffen. Die Besucher:innen sind demnach sehr zufrieden während ihres Aufenthalts im LandPark.

#### *Gesundheit im Alltag*

Die meisten Befragten achten durch eine gesunde und ausgewogene Ernährung, ausreichend Sport und Bewegung sowie genügend Erholungs- und Entspannungsphasen privat auf ihre Gesundheit (siehe Abbildung 18).



**Abbildung 26: Grafische Darstellung Ergebnisse Frage 3**  
**(Quelle: Arbeitsgemeinschaft Studie Gesunde Parks und Gärten 2021)**

In 47 der insgesamt 81 geführten Interviews wurde auf die Frage, ob Angebote genutzt werden, um die Gesundheit zu fördern, mit „Ja“ geantwortet, in 35 mit „nein“. Nicht alle Personen, die auf ihre Gesundheit achten, benötigen Angebote um dies zu tun. Viele der Befragten gehen in Eigenregie ihren sportlichen Aktivitäten nach oder achten auf ihre Ernährung und erholen und entspannen sich allein. Diejenigen, die wiederum Angebote nutzen, nehmen überwiegend regelmäßig an Sportkursen teil oder sind aktives Mitglied eines Sportvereins und nutzen dieses Angebot überwiegend mindestens einmal die Woche, oftmals auch mehrmals die Woche.

#### *Das Bewusstsein für die gesundheitsfördernde Wirkung von Gärten und Parks*

Auf die Frage, inwiefern ein Garten oder Park zur Gesundheitsförderung beitragen kann, wurden an beiden Befragungstagen vor allem Antworten in den Hauptbereichen Sport, Ernährung, sowie Erholung und Entspannung gegeben. Ein regelmäßig stattfindender Yoga- oder Laufkurs im Park, eine Führung durch einen Kräutergarten, ein Kochkurs mit saisonalen und regionalen Produkten, das gemeinsame Gärtnern an der frischen Luft oder einfach nur der Aufenthalt im Freien können nach Ansicht der Befragten sowohl zu einer körperlichen als auch seelischen Gesundheit beitragen.

Die Befragung zeigt, dass bei den Besucher:innen bereits eine gewisse Sensibilität für diese Thematik vorhanden ist, da beinahe alle Befragten der Meinung sind, dass der Aufenthalt in einem Garten oder Park der Gesundheit bereits ohne viele Aktivitäten und Angebote dienlich ist. Sie erkennen die Bedeutung des Aufenthalts an der frischen Luft für die körperliche und mentale Fitness und sehen durchaus die Möglichkeit, diese über weitere Angebote auszubauen.

### *Gesundheitsfördernde Angebote im LandPark Lauenbrück*

Für den LandPark Lauenbrück können sich die Besucher:innen sämtliche der zuvor benannten gesundheitsfördernden Angebote in Gärten und Parks vorstellen. Obwohl bereits viele dieser von den Besucher:innen vorgeschlagenen Angebote im LandPark umgesetzt werden (z.B. Yoga, Laufen, Kochkurse, Führungen, Achtsamkeits- bzw. Entspannungskurse), sind diese den Befragten kaum bzw. gar nicht bekannt. In 62 der insgesamt 81 geführten Interviews geben die Besuchergruppen an, dass ihnen keine gesundheitsfördernden Angebote oder Kurse im LandPark bekannt sind, lediglich sechs Interviewpartner:innen gaben an, von einem Yoga- bzw. Pilateskurs gehört zu haben.

Es besteht jedoch Interesse an der Teilnahme dieser Aktivitäten: 47 Befragte würden an den Angeboten im LandPark teilnehmen, 19 Personen hätten Interesse an der Teilnahme, wohnen jedoch zu weit entfernt. Nur in 15 Interviews wurde eine Teilnahme per se ausgeschlossen. Hier besteht allerdings auch ein Zusammenhang mit den Antworten zu den gesundheitsfördernden Angeboten im Alltag. Die Personen, die nicht an Angeboten im LandPark teilnehmen würden, nutzen auch privat keine Angebote, sondern halten sich in Eigenregie fit oder sie interessieren sich über Vorsorgeuntersuchungen, allgemeine Hygienemaßnahmen und bestehende Coronaregeln hinaus nicht für gesundheitsfördernde Maßnahmen.

Um die potentiell interessierten Personengruppen zu erreichen, die für ein regelmäßiges Angebot jedoch zu weit weg wohnen, müssten über Ganztags- und Wochenendveranstaltungen angesprochen werden. Damit diese Personengruppe erreicht wird, muss sich auch der Inhalt der Veranstaltungen von den allgemeinen Kursangeboten in Vereinen oder Fitnessstudios abheben. Beispielsweise würden die Befragten keine weite Anreise für einen wöchentlich stattfindenden Yogakurs antreten, dafür aber für ein interessantes Wochenendseminar zu einem Thema, das nicht überall bespielt werden kann. Das Besondere muss hervorgehoben werden.

Dementsprechend gaben eher die Personen, die in der Nähe des LandParks wohnen und eine verhältnismäßig kurze Anreise (max. 15 km) haben, an, sich eine Teilnahme an einer regelmäßig für eine Stunde stattfindenden Veranstaltung vorstellen zu können. Dagegen zeigt sich bei den Personen, die mehr als 20 km oder weiter entfernt wohnen, dass sie nur für ein besonderes Angebot anreisen würden, das ganztägig oder über ein Wochenende angesetzt ist. Generell gilt: Je weiter die Anreise, desto einzigartiger muss das Angebot sein.

Im Rahmen des zweiten Interviewtages wurde explizit der Unterschied zwischen einer Parkanlage und der freien Natur betrachtet. Die Frage, ob die Besucher:innen einen Unterschied darin spüren, ob sie sich in einem angelegten Garten oder Park befinden oder in der „freien Natur“, bejahten alle Teilnehmer:innen. Unterschiede liegen vor allem darin, dass angelegte Gärten und Parks i.d.R. gepfleger sind, häufig Gastronomieangebote und WC-Anlagen vorweisen und durch bereitgestellte Angebote vor allem für Familien mit kleinen Kindern attraktiv sind. Jedoch sind in diesen angelegten Gärten und Parks auch mehr Menschen auf „abgegrenztem“ Raum unterwegs, was dazu führt, dass es manchen Menschen, vor allem Besucher:innen mit Hund(en) an gut besuchten Tagen „zu eng“ wird. Die „freie Natur“ hingegen bietet mehr Freiraum und die Möglichkeit, sich allein zu bewegen, ohne auf andere Menschen zu stoßen, was auf viele eine sehr entspannende Wirkung hat. Darüber hinaus kann sich die Tier- und Pflanzenwelt aus Sicht der Befragten freier entwickeln. Jedoch sind weniger Angebote vorhanden, was die meisten der befragten Familien dazu bewegt, mit ihren Kindern einen angelegten Garten oder Park anzusteuern. Die „freie Natur“ wird eher von alleinreisenden bzw. kinderlos reisenden Besucher:innen favorisiert.

### *Thematische Cluster*

An beiden Befragungstagen wurden dem LandPark vor allem die zum Zeitpunkt der Befragung geltenden thematischen Cluster „Entspannung, Entschleunigung und Einkehr“ sowie „Gesunde Entwicklung von Kindern und Jugendlichen“ zugeordnet. Darauf folgt mit Abstand das Cluster „Bewegung“.

#### **4.2.5 LandFrüchte als potentielles Laborprojekt im LandPark Lauenbrück**

Der LandPark Lauenbrück hat sich im Jahr 2015 mit dem Gesamtvorhaben „Urlaub aktiv draußen erleben und gemeinsam gärtnern, kochen und übernachten im LandPark Lauenbrück“ beworben. Das Projekt mit dem Titel „LandFrüchte“ konnte damals den Wettbewerb „Tourismus mit Zukunft! Preis für Nachhaltigkeit im Reiseland Niedersachsen 2015“ gewinnen. In den folgenden Jahren wurde das Gesamtvorhaben für die Umsetzung vorbereitet.

Ziel des LandParks ist es, die eigene Attraktivität weiter zu steigern, indem den Besucher:innen ein neuartiges Projekt angeboten wird, das nachhaltigen Tourismus mit einem einzigartigen Familienerlebnis verbindet. Das Projekt orientiert sich an den Bedürfnissen von Familien, die in ihrer Freizeit gemeinsam aktiv in der Natur sein möchten. Das generationenübergreifende und inkludierende Angebot legt besonderen Wert auf die Einbindung regionaler Anspruchsgruppen, sowie die Vermittlung von regionalem Kulturgut. Durch aktives Vorleben und selber Ausprobieren werden innerhalb des Projekts Anreize geschaffen, eine eigene Verbindung zum komplexen Begriff Nachhaltigkeit herzustellen – für eine zukunftsfähige, lebenswerte Welt.

Der LandPark Lauenbrück hat dieses nachhaltige Tourismusprojekt entwickelt, um insbesondere Kindern Ernährung und die Verbundenheit mit der Natur näher zu bringen. Durch Ausprobieren und Erleben wird das Bewusstsein für den Umgang mit natürlichen Lebensmitteln, deren Herkunft und Zubereitung aktiviert. Dazu wird auf dem Gelände des LandParks ein großer Gemüse-, Kräuter- und Obstgarten angelegt sowie eine Outdoor-Küche errichtet. Damit möchte sich der LandPark einerseits als Kompetenzzentrum für Ernährungsbildung etablieren, das ernährungsökologische Aspekte vor dem Kontext einer nachhaltigen Entwicklung aufgreift, andererseits zu einem Ausflugsziel für Gartenliebhaber:innen, gesundheitsbewusste Reisende und Aktivtourist:innen werden. Als barrierefreie Einrichtung soll das Projekt das generationsübergreifende und inkludierende Konzept des LandParks ausbauen, indem Jung und Alt, Eingeschränkte und Aktive gemeinsam gärtnern und kochen können.

Innerhalb des Projekts LandFrüchte sind drei zentrale Angebotsbausteine definiert:

- LandGarten: Großzügige Obst-, Gemüse- und Kräuterbeete, sowie zahlreiche Themengärten mit essbaren Blumen und Sträuchern, die sich über das Gelände des LandParks verteilen, und die Neugierde der Besucher:innen für selber Gärtnern, essbare Landschaften und das Kochen mit selbst geernteten Erzeugnissen entfacht.
- LandKüche: Für das Erlebnis, draußen und mit den eigens geernteten Lebensmitteln zu kochen, wird eine Outdoor-Küche mit Lehmbackofen sowie ein Räucherofen eingerichtet, worin die Gäste, unter Anleitung der Ökotropholog:innen, selber Mahlzeiten zubereiten.
- LandBett: Urlauber, die länger im LandPark bleiben möchten, haben zukünftig die Möglichkeit, in einem der Baumhäuser des LandParks zu übernachten. Dazu wird im brach liegenden alten Garten des ehemaligen Vorwerks (heute die Orangerie) ein Baumhausdorf errichtet. Das Dorf soll genügend Platz für Familien bieten und auch für Menschen mit körperlichen und geistigen Einschränkungen nutzbar sein.

Mit diesen neuen Angeboten, die sich unter dem Projekt LandFrüchte entwickelt haben, bleibt der LandPark auch für langjährige Gäste weiterhin ein attraktives Ausflugsziel, richtet sich mit den neuen, erlebnisorientierten Angeboten jedoch speziell an den steigenden Anforderungen neuer Besuchergruppen aus.

Das Projekt LandFrüchte wurde im Kontext der Potentialentfaltungsstudie herangezogen und deren Umsetzung in den Fokus gerückt. Die Realisierungsschritte des Laborprojektes werden in Kapitel 7 näher beleuchtet.

#### **4.2.6 Zusammenfassung LandPark Lauenbrück**

Der LandPark Lauenbrück hat sich im Jahr 2012 ein Leitbild gegeben, an dem das eigene Handeln ausgerichtet ist. Die vielschichtigen Umfragen zeigen, dass insbesondere die Ziele der Umweltbildung durch den LandPark erreicht werden. Gerade die hohe Anzahl an Familien mit Kindern zeigt, dass der LandPark als Ausflugsziel verbunden mit Wissensbildung wahrgenommen wird. Das hohe Maß an Gästen aus einer weiter entfernten Umgebung birgt für den LandPark Lauenbrück und das Gartenland Niedersachsen das Potential, durch eine konsequente Profilierung den Ansatz eines gesundheitsfördernden Parks aufzuzeigen und als Best-practice-Beispiel zu fungieren.

Insgesamt kann der LandPark Lauenbrück als etabliertes Ausflugsziel in der Region anerkannt werden. Die hohe Zufriedenheit der Gäste, insbesondere über den langen Zeitraum der permanenten Besucherbefragung betrachtet, zeigt, dass die Infrastruktur und Angebote mit den Bedürfnissen der Zielgruppe übereinstimmen. Bei der Betrachtung der Zielgruppe fällt auf, dass im Rahmen des Leitbildes keine klare Abgrenzung einzelner Zielgruppen erfolgt ist. Die Besucherinterviews wie auch die permanente Befragung machen jedoch deutlich, dass eine klare Positionierung bei Betrachtung der Besucher:innenstruktur möglich und ratsam wäre.

In der Gesamtheit der Angebote und Infrastrukturen des LandParks Lauenbrück fällt auf, dass in der Regel die Intentionen zum Besuch bzw. die Erwartungen an den Besuch auf die vielfältigen Tiere und die familienfreundlichen Strukturen reduziert werden. Angebote der Ernährungs- und Umweltbildung werden von den Tagesgästen nur rudimentär wahrgenommen. Hier ist einschränkend zu sagen, dass eine Befragung von Teilnehmenden einzelner Veranstaltungen und Angebote im Rahmen dieser Studie nicht vorgenommen wurden.

## 4.3 Analyse auf regionaler Ebene „GesundRegion“

### 4.3.1 Ziele, Akteure und Aktivitäten in der GesundRegion Wümme-Wieste-Niederung

Die GesundRegion Wümme-Wieste-Niederung ist eine seit 2007 zusammengeschlossene Region bestehend aus den sechs Kommunen Samtgemeinde Fintel, Gemeinde Gyhum, Flecken Ottersberg, Stadt Rotenburg (Wümme), Gemeinde Scheeßel sowie Samtgemeinde Sottrum. Sie erstreckt sich auf rund 700 km<sup>2</sup> Fläche und umfasst ca. 73.000 Einwohner:innen. Die GesundRegion liegt im Elbe-Weser-Dreieck zwischen Hamburg und Bremen und ist naturräumlich durch die Flüsse Wümme und Wieste verbunden.

Die GesundRegion ist mit ihrem Zielen und Handlungsfeldern stark auf gesundheitsfördernde Ansätze ausgelegt. So wird beispielsweise dem Leitbild der ganzheitliche Ansatz der WHO zu Grunde gelegt, „Gesundheit [als] Zustand vollkommenen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlbefindens und nicht allein [als] Fehlen von Krankheit und Gebrechen“ zu sehen<sup>135</sup>. Das Hauptziel der GesundRegion liegt darin, Lebensqualität sicherzustellen, indem die wichtigsten Bereiche im Leben des Menschen miteinander in Einklang gebracht werden. Dazu gehören neben finanzieller und sozialer Sicherheit, einer intakten Umwelt und einer guten Infrastruktur das Wohlbefinden von Körper, Geist und Seele, das u.a. durch qualitativ hochwertige und gesundheitsorientierte Freizeit- und Erholungsangebote erreicht werden soll. Dazu sind die Vernetzung aller Gesundheitsdisziplinen sowie die enge Kooperation zwischen den Tourismus- und Gesundheitsakteuren unumgänglich<sup>136</sup>.

Der Gründungsgedanke für die GesundRegion entstand im Kontext eines „Forum Landentwicklung“, das Impulse für die Entwicklungs- und Förderinstrumente der Dorferneuerung, ILE/LEADER und der Flurbereinigung gab.

Die GesundRegion Wümme-Wieste-Niederung ist ein Teil der Gesundheitsregion des Landkreises Rotenburg (Wümme) mit Ausnahme des Flecken Ottersberg. Gesundheitsregionen werden aus dem Programm „Gesundheitsregionen Niedersachsen“ des Niedersächsischen Ministeriums für Soziales Gesundheit und Gleichstellung gefördert und verfolgen über eine installierte Koordinierungsstelle das Ziel der Förderung einer nachhaltigen Stärkung bereits bestehender Strukturen in den Gesundheitsregionen, die Bildung solcher Strukturen in bisher nicht teilnehmenden Kommunen und die Entwicklung und Umsetzung von Versorgungs- und/oder Kooperationsprojekten. Es wird ein Zusammenschluss verschiedener Akteure des Gesundheitswesens und der regionalen Daseinsvorsorge angestrebt. In diesem Netzwerk sollen Projekte und Maßnahmen entwickelt werden, die eine sektorenübergreifende Versorgung unter Berücksichtigung der Bedarfe, eine (medizinische und pflegerische) Nachwuchsgewinnung, die Gesundheitsförderung und Prävention sowie eine Entlastung von Ärztinnen und Ärzten fördern.

Dass die touristische Entwicklung im Landkreis Rotenburg (Wümme) sich bereits intensiver mit den Themen Gesundheitsbewusstsein und -prävention beschäftigt, wird mit einem Blick in das Regionale Tourismuskonzept aus dem Jahr 2016/2017 deutlich. Der bewusste und reflektierte Umgang mit der Gesundheit, auch „selfness“ genannt, ist im Tourismus angekommen und mittlerweile dort verankert. Themen wie SlowFood und SlowTourismus erfahren eine hohe

---

<sup>135</sup> WHO Verfassung 2014

<sup>136</sup> Vgl. mensch und region, 2014

Nachfrage und die Menschen nehmen sich vermehrt „Auszeit-Urlaube“, in denen sie vom Alltag abschalten und sich bewusst ihrer Gesundheit widmen<sup>137</sup>.

Natur und Landschaft werden als eine der zentralen Stärken für den Tourismus im Landkreis Rotenburg (Wümme) benannt<sup>138</sup>. Zukünftig gilt es, dieses Potential weiter auszuschöpfen und in den Gesundheitstourismus, der noch breiter aufzustellen ist, einzubeziehen. Dies soll u.a. durch eine entsprechende Erweiterung des Naturerlebnisangebotes erreicht werden<sup>139</sup>. Darüber hinaus sind Gesundheits- und Bewegungsangebote für Jung und Alt zu schaffen<sup>140</sup>.

Im Rahmen einer Dorferneuerung und einer damit verbundenen Gemeinschaftsaktion der Gemeinden Horstedt, Reesum, Sottrum, Milmshorn, Gyhum, Bötersen, Hassendorf, Hellwege und Ahausen hat sich die Kräuterregion Wiesteniederung gegründet. Der Ansatz, Kräuter großflächig und wirtschaftlich anzubauen, wurde hier als Entwicklungsansatz für die Dorfreion gewählt. In diesem Kontext fand eine beispielhafte Vernetzung örtlicher und überörtlicher Akteure v.a. aus Landwirtschaft, Kommunen, Gastronomie, Tourismus, sowie Kreis- und Landesverwaltung und Wissenschaft (Universität Kiel) statt. Die Ergebnisse der damaligen wissenschaftlichen Auswertung der Versuchsfelder waren durchaus vielversprechend. Die Dichte relevanter Inhaltstoffe/phytogener Wirkstoffe wies auf einen wirtschaftlich tragfähigen Kräuteranbau in der norddeutschen Region hin. Dies zeigte, dass auch die Landwirtschaft Beiträge neben der Gestaltung der Kulturlandschaften zu gesundheitsfördernden Wirkungen leisten kann.

Die Vernetzung der Akteure führte zur Etablierung eines gemeinnützigen Vereins, um Angebote im Zeichen der Kräuter zu entwickeln und relevante Akteure aus Landwirtschaft, Wirtschaft, Natur- und Landschaftsschutz sowie Verwaltung zusammenzubringen. Aus diesem Netzwerk konnten themenspezifische Maßnahmen und Angebote entwickelt werden. Hierzu zählen der Radrundweg, der regelmäßige Kräutertag oder die Kür einer Kräuterkönigin als Repräsentantin der Region. Insgesamt stellt die Kräuterregion Wiesteniederung ein Beispiel da, wie Regionalmarketing im Zusammenwirken von öffentlicher Hand, Wirtschaft und privaten Akteuren organisiert werden kann.

Nach Auskunft des Regionalmanagements ist das Gesunde Städte-Netzwerk ein wichtiger Partner, dem die GesundRegion 2009 beigetreten ist. „Die GesundRegion ist der erste Partner, der dem Netzwerk bundesweit als Region beigetreten ist. Die Mitgliedschaft hat zahlreiche wichtige Impulse für den Regionalen Entwicklungsprozess geliefert, mit Blick auf die Themen Gesundheitsförderung und Prävention. Es wurde über die Mitgliedschaft die Förderung des Projektes Gesunde Dörfer mit Mitteln der Techniker Krankenkasse möglich, dass über den Aufbau ehrenamtlicher Beratungsstellen zu Möglichkeiten und Angeboten im Bereich Gesundheitsförderung Prävention in der GesundRegion informieren soll.“ (Zitat aus dem Regionalmanagement)

Welche den Gesundheits- und Tourismussektor betreffenden Akteure in der GesundRegion vorkommen, wie diese vernetzt sind und welche gemeinsamen Projekte und Initiativen bereits daraus entstehen konnten, wurde zunächst über eine intensive Recherche ermittelt und

<sup>137</sup> ift 2016, S. 35 ff.

<sup>138</sup> ebd., S. 39

<sup>139</sup> ebd., S. 79 f.

<sup>140</sup> ebd. S. 75 f.

daraufhin in Interviews mit einzelnen Personen intensiver beleuchtet. Die Ergebnisse werden im Folgenden dargestellt.

Die Recherche ergab, dass bereits einige Projekte mit unmittelbarem gesundheitsförderndem Ansatz von den Akteuren in der GesundRegion umgesetzt werden konnten. Diese sind nachstehend aufgeführt.

**Tabelle 2: Auflistung Projekte mit gesundheitsförderndem Ansatz in der GesundRegion (Übersicht aus dem Regionalmanagement)**

Projekt	Projekträger	Netzwerk/Partner:innen
Gesundheitszentrum Ottersberg	Bauherriegemeinschaft Ge-sundheitszentrum Ottersberg	Flecken Ottersberg
Veggie-Tag GesundRegion	Bündnis für artgerechte Tierhal-tung	Diverse: GesundRegion, Stadt Rotenburg (Wümme), BUND, DAK, ALECO
Gesunde Dörfer – Ehrenamtliche Beratung zu Gesundheits-förderung Prävention	Samtgemeinde Fintel (für die GesundRegion)	Akteure aus dem Gesund-heitssektor, Vereine und Beratungsstellen
Lernbiotop der Kinderakademie Fintel	Heimatverein Fintel e.V.	Kindergärten, Schulen und Ak-teure des Tourismussektors
Wanderprojekt Nordpfade	Kreisweites Kooperationspro-jekt	Alle Kommunen im Landkreis Rotenburg (Wümme)
Birkenhaus Quelkhorn – Woh-nort für Menschen mit Doppeldi-agnosen	Stiftung Leben und Arbeiten e.V.	Agaplesion Diakonieklinikum Rotenburg (Wümme)
Wassertretstellen an der Wümme	Gemeinde Sottrum	Kneipp-Verein
Trendsporttag	GesundRegion	Samtgemeinde Sottrum, Sport-vereine, Landessportbund
Beschilderung im LandPark Lauenbrück	LandPark Lauenbrück gGmbH	-
LandFrüchte LandPark Lauen-brück	Landpark Lauenbrück gGmbH	Kindergärten, Schulen, NABU, BUND
Von Kunst zu Kunst – 20 Kunstab-stationen in der gesamten Re-gion entlang von Wander- und Radwegen	GesundRegion	Kunstvereine aus der Region
Kräuterschaugarten Eschels Hoff, Benkel	Eschels Hoff. Garten - Land-schaft - Kultur GmbH	-
Rezept für Bewegung	GesundRegion	Landessportbund und Ärzte der Region

Die Recherche ergab darüber hinaus, dass durch die Initiierung bestimmter Projekte Netzwerke und Kooperationen geschaffen werden konnten. Um hierzu nähere qualitative Aussagen zu erlangen, wurden in Abstimmung mit der Steuerungsgruppe Multiplikator:innen identifiziert und in Form von Einzelgesprächen interviewt. Hierzu zählten unter anderem das Regionalmanagement der GesundRegion Wümme-Wieste-Niederung, Udo Fischer (Geschäftsführer TouROW), Karin Inama (Gesundheitsakteurin in der Region) sowie Torben Bogner (Koordinierungsstelle Gesundheitsregion Landkreis Rotenburg (Wümme)).

### Zusammenfassung der Interviewergebnisse

Aus den Gesprächen mit den Multiplikator:innen konnten Erkenntnisse darüber gewonnen werden, welche Strukturen und Prozesse in der GesundRegion vorliegen und inwiefern diese noch ausbaufähig sind.

Durch das Gespräch mit dem Touristikverband Rotenburg (Wümme) e.V.(TouROW) wurde die touristische Perspektive stärker in den Blick genommen. Insgesamt gibt es schon viele gute Projektideen, die das große Themenfeld „Gesundheit“ auch touristisch behandeln. Um jedoch die oftmals individuell agierenden Gesundheitsanbieter langfristig für die Projekte zu gewinnen und an diese zu binden, bedarf es nicht nur sehr hohe Qualitätsstandards, sondern auch ein sehr gut strukturiertes und organisiertes Netzwerk. In dieses Netzwerk sollten dann auch die Tourismusorganisationen verstärkt einbezogen werden, da es sich bei ihnen um Multiplikator:innen vor Ort handelt. Eine der größten Herausforderungen liegt darin, dass es bei vielen Projektideen an Kapazitäten zur Unterstützung mangelt und daher nur wenige Projekte tatsächlich umgesetzt werden. Diese Projekte sollten von Beginn an professionell durch Expert:innen bei der Umsetzung begleitet werden. Dabei sollte der Prozess transparent gestaltet und auch die kleinen Erfolge immer wieder in die Projektgruppe zurückgespiegelt werden, um eine dauerhafte Motivation zu gewährleisten.

Ein gut funktionierender Prozess beruht aus Sicht von Projektinitiatoren (Leistungsträgern) vor allem auf regelmäßiger und guter Kommunikation sowie absoluter Transparenz. Die Akteure, die sich oftmals aus den unterschiedlichen Bereichen wie Kirche, Vereinen, Kultur und Tourismus beteiligen, können ihre Expertise in die Projekte einbringen. Durch einen regen Austausch entstehen Synergieeffekte, die wiederum viele Projekte vorantreiben. Gerade bei gesundheitsfördernden (Tourismus-)Angeboten sind viele Individualisten als Leistungsträger tätig, die es von Beginn an abzuholen gilt und die stets in die Prozesse einzubinden sind, damit man sie nicht während der Umsetzung wieder verliert. Eine externe Begleitung ist unumgänglich, um den Projektanschub und die Projektkoordination, die meist ein hohes Maß an Kapazitäten binden, durchzuführen und stabile Netzwerke zu schaffen. Darüber hinaus sind klare Strukturen und Zuständigkeiten von Beginn an festzulegen. Es gilt Aufgaben zu verteilen und Ansprechpartner:innen zu benennen.

Neben der GesundRegion ein Blick in die Gesundheitsregion: Die Koordinierungsstelle der Gesundheitsregion Rotenburg (Wümme) erkennt, dass Projekte überwiegend nach dem top-down-Prinzip durch Entscheidungsträger (auch aus dem Gesundheitswesen) initiiert werden anstatt pro-aktiv durch einzelne Akteure. Daraufhin werden projektbezogene Arbeitsgruppen gebildet, die für den Projektzeitraum installiert werden und danach nicht weiter fortbestehen. In diesen Arbeitsgruppen beteiligen sich die Akteure vor allem dann, wenn sie einen persönlichen Bezug zum Thema haben und sich mit dem Projekt identifizieren. Für die Arbeit in den Arbeitsgruppen ist es essenziell, Zuständigkeiten und Aufgaben festzulegen. Außerdem ist es

sinnvoll, Projekte vorab gut durch eine Projektkoordinatorin bzw. einen Projektkoordinator vor- und nachzubereiten, um die Akteure, die meist aufgrund fehlender zeitlicher Kapazitäten vor einer Beteiligung zurückschrecken, mitzunehmen. Diese Erfahrungen einer Projektinitiierung unterscheiden sich von der GesundRegion, die sich „bottom-up“ organisiert. So ergibt sich jedoch für Gesundheitsakteure, die in beiden Kontexten aktiv sind, unterschiedliche Erwartungen an die Zusammenarbeit.

Im Gespräch mit dem Regionalmanagement wurde deutlich, dass das Thema Gesundheit nicht nur in den vorangegangenen EU-Förderperioden ein wichtiges und richtiges Thema dargestellt hat. Vielmehr wurde im Zuge der Fortschreibung des Regionalen Entwicklungskonzeptes der Fokus erneut auf den ganzheitlichen Gesundheitsansatz gelegt. Damit besteht eine Chance, auch das Thema Gesunde Parks und Gärten im Kontext einer ab 2023 anstehenden LEADER-Periode in der GesundRegion durch regionale Projekte verstärkt in den Fokus zu rücken. Die Rahmenbedingungen hierfür wurden durch das Regionale Entwicklungskonzept und die Einbindung der Multiplikator:innen in den Aufstellungsprozess geschaffen.

Im Rahmen der Analyse auf Ebene der GesundRegion Wümme-Wieste-Niederung wurde eine Recherche nach Gesundheitsakteuren angestrebt. Ziel dieser Recherche war es, das Potential von Akteuren für gesundheitsfördernde Angebote in den Gärten und Parks der Region offenzulegen und neue Allianzen zu gründen. Dabei hat sich eine Vielzahl an Möglichkeiten ergeben.

Zusammenfassend lassen sich für die Analyse auf regionaler Ebene folgende Ergebnisse festhalten, die sowohl auf die lokale wie auch überregionale Landesebene übertragen werden können. Diese stellen einen Handlungsansatz für die Zukunft dar.

#### Hemmnisse:

- Fehlende (zeitliche) Kapazitäten
- Unklare Vorstellungen zum Beteiligungsumfang durch nicht festgelegte und kommunizierte Zuständigkeiten und Aufgabenverteilung
- Fehlende Transparenz und Kommunikation
- Fehlende Identifikation mit dem Projekt
- Hohe Zahl an Individualisten im Sektor Gesundheit

#### Bedarfe:

- Externe Unterstützung vom Projektanschub über die Umsetzungsbegleitung und Koordination bis hin zur Unterstützung bei der Etablierung verbindlicher und beständiger Netzwerke
- Klare Strukturen, Festlegen von Aufgabenpaketen und Zuständigkeiten
- Aufbau und Verfestigung von Netzwerkstrukturen
- Zielgerichtetes Arbeiten
- Sichtbarbarmachen kleiner Erfolge
- Transparenz und qualitativ hochwertige Kommunikation: Alle haben den gleichen Kenntnisstand
- Schaffung von Betroffenheit/Identifikation mit dem Projekt

#### **4.3.2 Erfassung von Parks und Gärten in der GesundRegion Wümme-Wieste-Niederung**

In der GesundRegion Wümme-Wieste-Niederung finden sich gesundheitsfördernde Parks und Gärten, die im Rahmen der Potentialerfassung betrachtet wurden. Diese Anlagen werden in die Außenkommunikation bzw. die interaktive Karte aufgenommen. Im Folgenden werden die zum Zeitpunkt der Studie relevanten Einrichtungen in der Region – neben dem LandPark Lauenbrück – mit ihren Kurzbeschreibungen dargestellt.

##### **Bibelgarten Horstedt**

Der Bibelgarten wurde 2003 im Rahmen des 2. Kräutertages der Kräuterregion Wiesteniederung eingeweiht und basiert auf einem theologischen Entwurf. Er führt entlang 13 botanischer Stationen von der Schöpfung hin bis zur Auferstehung Jesu durch die Geschichten der Bibel. Die Verwendung von markanter Symbolik, sowie die bewusst gewählte Pflanzenvielfalt des Gartens sollen zum Nachdenken über das Leben selbst und den eigenen Glauben anregen.

##### **Rühlemann's Kräuter und Duftpflanzen**

Die Gärtnerei Rühlemann's inmitten der Kräuterregion Wiesteniederung zeichnet sich besonders durch das breite Sortiment an Duftpflanzen und Würz- sowie Heilkräutern aus. Mehr als 800 Arten wurden über die Jahre hinweg in den zahlreichen Gewächshäusern kultiviert, von klassisch bis zu außergewöhnlich und exotisch. Sie werden als Pflanze oder Saatgut zum Verkauf angeboten und sind der Fokus des umfassenden Pflanzenwissens, welches unter anderem vor Ort oder über die Webseite weitergegeben wird.

##### **Stapeler Kräuterfeld**

Das Stapeler Kräuterfeld erstreckt sich über 5.000 qm und beherbergt eine Vielzahl an Kräutern und Heilpflanzen. Gleichzeitig dient es den Bienen der Imkerei als Weidefläche, allem voran die Hecke aus Durchwachsenem Silphie. Diese grenzt das Kräuterfeld auch von dem Aushängeschild der Anlage ab: einem 1.000 qm großen Lavendelfeld, dem größten seiner Art in Niedersachsen. Abseits der Felder kann in einer gemütlichen Sitzecke bspw. beim Picknick entspannt oder von Beerensträuchern genascht werden.

Diese Gärten und Parks sind wichtige Ankerpunkte in der GesundRegion Wümme-Wieste-Niederung und tragen gemeinsam mit dem LandPark Lauenbrück zu dem gartenkulturellen Marketing im Sinne der Naherholung und des Tourismus bei. Weitere Anlagen sind in der interaktiven Karte zu finden.

#### 4.3.3 Bedeutung für den Tourismus auf regionaler Ebene und Übertragbarkeit auf die Landesebene

Der TouROW als Destination Management Organisation in der GesundRegion Wümme-Wieste-Niederung deckt den Landkreis Rotenburg (Wümme) in seiner Gesamtheit ab. Die vielfältige Landschaft ist eines der Kernelemente. Der TouROW hat in seiner Angebotsgestaltung die Bedeutung von Parks und Gärten in der Region bereits erkannt. Auf der Internetseite der Destination wird die Vielfalt von Parks und Gärten vermarktet. In einem interaktiven Modul unter dem Titel „Parks & Gärten – Oasen in grün und bunt“ präsentieren sich die Besonderheiten der Region<sup>141</sup>. Hier werden sowohl die öffentlich zugänglichen Anlagen, unter anderem der LandPark Lauenbrück, wie auch private Gartenanlagen aufgezeigt. Gerade für die privaten Gärten wird damit eine Informationsplattform geboten, um eigene Öffnungszeiten und Veranstaltungen zu platzieren. Neben den Gärten und Parks findet sich zudem unter dem oben beschriebenen Slogan auch die Kräuterregion Wiesteniederung.

The screenshot shows a search results page titled "Suchergebnisse (44)". On the left, there is a sidebar with a search bar, a "Filtern" button, and dropdown menus for "Typ" (including "Sehenswertes & Freizeit") and "Kategorie" (including "Ausflugsziele Architektur, Infrastruktur, Kultur", "Ausflugsziele Natur", "Erholung und Gesundheit", "Freizeitinfrastruktur, Mobilität und Service", "Geschäfte und Dienstleistung", and "Sport, Freizeit und Aktivitäten"). The main area displays six cards, each representing a different park or garden:

- Auepark Bremervörde**: Baum/Baumgruppe, Botanischer Garten, Landschaftsgarten. Located at Amtsallee 7/8, Bremervörde.
- Bürgerpark Bremervörde**: Bürgerpark. Located at Waldstraße, Bremervörde.
- Dorfpark Frankenbostel mit E-Bike-Ladestation**: Naturinfo-/Umweltstation, Park, eBike-Ladestation. Located at Zevener Str. 8, Elsdorf.
- Natur- und Erlebnispark Bremervörde**: Naturerlebnis, Park, Kneipp. Located at Huddelberg, Bremervörde.
- LandPark Lauenbrück**: Park, Tiergehege, Therapie. Located at Wildpark 1, Lauenbrück.
- Zevener Stadtpark und Stadtwald**: Kulturerlebnis/Lehrpfad, Skulptur, Park. Located at Bäckerstr. 1 (Parkplatz), Zeven.

Abbildung 27: Informationsportal zu Parks und Gärten im Landkreis Rotenburg (Wümme)  
(Quelle: <https://www.nordwaerts.de/landschaft-natur/parks-gaerten/oeffentliche-gruenanlagen/>)

Diese Darstellung öffentlicher wie privater Grünanlagen kann beispielgebend für das Land Niedersachsen sowie vergleichbare Destinationen sein. Durch die im interaktiven Modul berücksichtigte Filterfunktion können gezielt Angebote gesucht werden. Hier bietet sich etwa das Potential, die Gärten und Parks anhand ihrer gesundheitsfördernden Wirkungen zu strukturieren oder entsprechende Angebotsbausteine als Filter zu integrieren.

<sup>141</sup> <https://www.nordwaerts.de/landschaft-natur/parks-gaerten/>

## 4.4 Analyse auf der Ebene „Land Niedersachsen“ und „Gartenhorizonte“

### 4.4.1 Gartenkulturelle Initiativen und deren Bezug zur gesundheitsfördernden Wirkung von Parks und Gärten in Niedersachsen

Viele der gartenkulturell und gesundheitsfördernden Initiativen in Niedersachsen sind als Verein ehrenamtlich organisiert. Kommunale Projekte wie die Gartenregion Hannover oder die Parklandschaft Ammerland werden von Hauptamtlichen gestaltet und in der Region z.B. mit den beteiligten Kommunen umgesetzt. Ehrenamtliche sind außerdem vor Ort in den Parks und Gärten eingebunden. Darüber hinaus unterstützen z.B. Kommunen die ehrenamtlichen Träger der Offenen Pforten bei der Umsetzung und bei der Vermittlung von Gartentagen. Zum Teil werden Kooperationen untereinander oder auch mit Hochschulen und Sozialversicherungsträgern eingegangen.

An dieser Stelle wird eine Auswahl von Initiativen mit Bezug zur Gesundheitsförderung durch Parks und Gärten in Niedersachsen vorgestellt. Weitere über den Potentialpool ermittelte Beispiele werden zu dem bei den Handlungsempfehlungen einbezogen, da sie z.B. als Anregung für neue Vorhaben dienen können.

#### Private gesundheitsfördernde Gartenkultur

Die Aktivitäten der privaten und ehrenamtlich getragenen Gartenkultur, die mit der Offenen Pforte in Hannover auf Initiative der DGGL in den 1990er Jahren von Großbritannien nach Niedersachsen geholt wurde, fand von Niedersachsen aus ihre Verbreitung in ganz Deutschland.<sup>142</sup> In dieser Bewegung sind viele private Zier- und Nutzgärten auch im ländlichen Raum zusammengeschlossen. Zu regelmäßigen Terminen öffnen die überwiegend privaten und ehrenamtlich engagierten Eigentümer:innen ihre Gärten der Öffentlichkeit. Sie tragen damit aktiv zur Gesundheitsförderung bei und können eine wichtige Säule im Cluster Parks und Gärten für gesunde Ernährung und Gartenarbeit sein.

#### Gesundheitsförderndes bürgerschaftliches Engagement von gartenkulturellen Vereinen

In der allgemeinen Entwicklung der Gartenkultur engagieren sich in Niedersachsen auch vielfältige Akteure des bürgerschaftlichen Engagements wie die Deutsche Gesellschaft für Gartenkunst und Landschaftskultur e.V. DGGL, die Niedersächsische Gesellschaft zur Erhaltung historischer Gärten (seit 1994)<sup>143</sup>, der Bund Deutscher Landschaftsarchitekt:innen bdla (seit 1913)<sup>144</sup>, Fördervereine einzelner Parks und Gärten sowie viele weitere Vereine und Initiativen mit besonderen thematischen Ausrichtungen aus den Bereichen Gartenkultur, Natur- und Landschaft sowie Orts- und Heimatpflege. Die gesundheitsfördernde Wirkung von Parks und Gärten spielt bei ihnen thematisch keine vordergründige Rolle. Aber auch in diesen Initiativen ist das Bewusstsein für die besondere gesundheitsfördernde Wirkung von Parks und Gärten vorhanden, zumal z.B. die Niedersächsische Gesellschaft zur Erhaltung historischer Gärten besonders auch mit den denkmalgeschützten Außenanlagen der Kur- u. Heilbäder, den

<sup>142</sup> [www.offene-pforten-niedersachsen.de/idee-und-entstehung.html](http://www.offene-pforten-niedersachsen.de/idee-und-entstehung.html)

<sup>143</sup> [www.historische-gaerten-niedersachsen.net/gesellschaft](http://www.historische-gaerten-niedersachsen.net/gesellschaft)

<sup>144</sup> [www.bdla.de/de/landesverbaende/niedersachsen-bremen](http://www.bdla.de/de/landesverbaende/niedersachsen-bremen)

Klostergarten, Orangerien und Landschaftsgärten befasst ist. Im Vorstand der Gesellschaft zur Erhaltung historischer Gärten e.V. sind Eigentümer:innen von Parks und Gärten engagiert.

Der Verein zur Erhaltung der Nutzpflanzenvielfalt ist mit drei Regionalgruppen in Niedersachsen vertreten und viele ihrer Mitglieder:innen engagieren sich aktiv für den Erhalt von alten Sorten und Arten von Kulturpflanzen.<sup>145</sup> Der Verein trägt damit ebenfalls zur Gesundheitsförderung im Kontext von Parks und Gärten bei.

Im Park der Gärten des Gartenkulturzentrums Niedersachsen Park der Gärten gGmbH in Bad Zwischenahn werden gartenpädagogische Bildungsangebote für Kinder und Jugendliche gemacht, die u.a. altersangepasste und praxisbezogene Kurse zur Ernährungsbildung mit Gartenerzeugnissen umfassen.<sup>146</sup>

### Gesundheitsförderndes bürgerschaftliches Engagement von Netzwerken

Im Land Niedersachsen laufen darüber hinaus seit Beginn dieses Jahrhunderts verstärkt Bemühungen, Eigentümer und Träger von Parks und Gärten in Niedersachsen zu vernetzen und die Gartenkultur in Wert zu setzen. Nicht alle Initiativen wie z.B. die Irdischen Paradiese mit dem Fokus auf historische Gärten wurden verwirklicht. Im Regierungsbezirk Lüneburg wurden im EU-geförderten Interreg III B-Projekt Crossing Fences unter der Dachmarke Gärten Europas, Gärten der Öffentlichkeit präsentiert, die sich u.a. den heilenden Kräften widmeten. Ebenfalls im Regierungsbezirk Lüneburg entwickelte sich ab 2001 die Initiative Gartenhorizonte aus einem Projektverbund von 20 gartenkulturell befassten Initiativen und Parks und Gärten.

Über das Cluster Ernährung und Gartenarbeit lassen sich auch Bezüge zu Netzwerken und Initiativen, die nicht aus dem gartenkulturellen Umfeld stammen, aufbauen wie z.B. Transition Town<sup>147</sup> sowie Slow Food<sup>148</sup> und Cittaslow, denen sich die Stadt Bad Essen angeschlossen hat.

### Gesundheitsfördernde kommunale Initiativen

Mit dem Trend zum Gartentourismus in Deutschland und der Bespielung von Parks und Gärten entwickelte sich auch die Gartenregion Hannover. Sie ist aus der Initiative der Stadt Hannover zur Expo 2000 Stadt als Garten hervorgegangen. 2010 bildete das Thema Gesundheit das Jahresmotto für die Gartenregion Hannover, die seit 2009 von der Region Hannover für die Öffentlichkeit koordiniert wird. Auf der Agenda standen z.B. die Umwandlung von ausgewählten Krankenhausgärten in Gesundheits-Gärten bzw. therapeutische Gärten oder das Thema Freiräume als Sportgeräte. In einen Wettbewerb „Garten fördern. Zukunft ernten!“ wurde 2021 das Thema „Ernährung und Gesundheit“ als ein Förderschwerpunkt berücksichtigt.

Ein weiteres Beispiel für Initiativen von Kommunen bietet die Region um Westerstede und die Parklandschaft Ammerland. Die Stadt Westerstede hat ihr Profil auf dem Gesundheitssektor ausgebaut und wirbt als „Gesundheitsstadt im Grünen“. Im Parcours der seelischen Gesundheit sind auch grüne Freiräume als Stationen integriert. Der „Parcours der seelischen Gesundheit“ ist ein Netzwerkprojekt der Gemeinnützigen Gesellschaft für Paritätische Sozialarbeit

---

<sup>145</sup> [www.nutzpflanzenvielfalt.de/verein\\_zur\\_erkaltung\\_der\\_nutzpflanzenvielfalt\\_ev](http://www.nutzpflanzenvielfalt.de/verein_zur_erkaltung_der_nutzpflanzenvielfalt_ev)

<sup>146</sup> [www.park-der-gaerten.de/bildung/schule-im-gruenen/kurse-termine-1](http://www.park-der-gaerten.de/bildung/schule-im-gruenen/kurse-termine-1)

<sup>147</sup> [www.transition-initiativen.org](http://www.transition-initiativen.org)

<sup>148</sup> [www.slowfood.de/wer-wir-sind/slow-food-deutschland](http://www.slowfood.de/wer-wir-sind/slow-food-deutschland)

mbH „Wohnverbund Soziale Psychiatrie“, der Abraxas Jugendkreativwerkstatt, der ev.-luth. Kirchengemeinde Westerstede, der Turn- und Sportgemeinde Westerstede und der Apothekervilla.<sup>149</sup>

Der Wettbewerb „Bunte Gärten“ wird alle zwei Jahre vom städtischen Fachbereich Umwelt und Stadtgrün gemeinsam mit dem Bezirksverband Hannover der Kleingärtner e.V. durchgeführt. Ziel des Wettbewerbs ist es, die städtebauliche, ökologische und soziologische Bedeutung von Kleingärten hervorzuheben. Das Engagement des Einzelnen, der Vereine und Kolonien für Gartenkultur und Natur in der Stadt soll anerkannt werden. Dabei werden Teilnehmer:innen in ihren Aktivitäten bestärkt, andere Kleingärtner erhalten Ideen und Anregungen und alle werden zum Weitermachen motiviert. Das aktuelle Motto rückt die vielfältige soziale, ökologische und städtebauliche Bedeutung von Kleingärten in den Vordergrund – auch mit Blick auf die aktuellen gesellschaftlichen Herausforderungen wie Klima- und Artenschutz, soziale Integration und Teilhabe.<sup>150</sup>

#### Gesundheitsfördernde Bildungsangebote von Umweltvereinen und -stiftungen

Die Sielmann Stiftung will Kindern und Jugendlichen Natur und Artenschutzhemen auf spielerisch nachhaltige Weise nahebringen, so auch auf dem alten Gutshof Herbigshagen bei Duderstadt mit Tieren und der besonderen Umgebung mit Streuobstwiesen und Wald. Umwelt-pädagogisch begleitete Aktivitäten bieten Gelegenheiten, unter fachkundiger Anleitung die Natur in ihrer Vielfalt mit allen Sinnen wahrzunehmen, sie zu schätzen und verantwortungsvoll mit ihr umzugehen. Beim Erforschen wird altersgerechtes Wissen vermittelt. Das Verrichten von täglichen Arbeiten eines traditionellen Hofs mit Nutztieren, Land- und Gartenbau, mit Inhalten angelehnt an Rahmenlehrpläne, runden das Angebot ab. Die Programme für Schulklassen sind auf das Themenspektrum von Grundschulen ausgerichtet und decken unterschiedliche curriculare Vorgaben ab.<sup>151</sup>

Der Verein Umweltzentrum Hannover ist ein Zusammenschluss von regionalen Organisationen in den Bereichen Umweltschutz und nachhaltige Entwicklung und bietet neben Beratung z.B. auch für Kitas und Schulen ganz konkrete Projekte an wie „Tiny Green – mobiler Garten zum Schutz der Arten“ oder „Aller Arten Garten – Eine Gemeinde wächst zusammen“. Das Projekt „Aller Arten Garten“ z.B. stellt die verbindenden und bildenden Aspekte und die Freude des gemeinsamen Gärtners in den Mittelpunkt. In Kooperation mit dem AWO Pflege- und Gesundheitszentrums mit Betreutem Wohnen in Marklohe, entsteht dort ein Natur-Nutzgarten mit vielfältigem Mehrwert. Er soll ein Ort der nachbarschaftlichen Begegnung, zur Erhöhung der Biodiversität im besiedelten Raum und als Bildungsplattform zu Klima- und Umweltschutz, ökologischem Gartenbau und gesunder Ernährung dienen. Begleitet wird das niederschwellige Quartiers-Angebot durch zahlreiche Aktionen in Form von Pflanztagen, Kochworkshops oder Erntefesten. Angesprochen sind die Bewohner:innen der Einrichtung und auch Kinder und Jugendliche aus nahe gelegenen Kindertagesstätten und Schulen, Angehörige und die interessierte Nachbarschaft.<sup>152</sup>

<sup>149</sup> Groß 2016, S. 31

<sup>150</sup> [www.hannover.de/Kultur-Freizeit/Naherholung/G%C3%A4rten-genie%C3%9Fen/Kleing%C3%A4rten/Kleingartenwettbewerb-%22Bunte-G%C3%A4rten%22](http://www.hannover.de/Kultur-Freizeit/Naherholung/G%C3%A4rten-genie%C3%9Fen/Kleing%C3%A4rten/Kleingartenwettbewerb-%22Bunte-G%C3%A4rten%22)

<sup>151</sup> [www.gut-herbigshagen.de/](http://www.gut-herbigshagen.de/)

<sup>152</sup> [www.umweltzentrum-hannover.de/umweltzentrum/aller-arten-garten/](http://www.umweltzentrum-hannover.de/umweltzentrum/aller-arten-garten/)

Der Landschaftspflegeverband Landkreis Göttingen e.V. führt im Göttinger Land eine Sensibilisierungskampagne zu blühenden Wegrändern und Feldsäume durch, die über die ökologische Bedeutung von Wegrändern und ihre optimale Pflege aufklärt. Zielgruppen sind insbesondere die örtlich wirtschaftenden Landwirt:innen und die verantwortlichen Feldmarkinteressentenschaften bzw. Städte und Gemeinden, wenn sie Eigentümer:innen der Wege sind.<sup>153</sup> Sie agieren damit im Cluster gesundheitsfördernde Vernetzungsstrukturen.

Weitere Bildungsangebote, die einen Bezug zur Gesundheitsförderung haben, bieten ganz unterschiedliche Träger:innen in Niedersachsen an wie z.B. die Niedersächsischen Landesforsten, die Unesco Welterbestätten, die Landfrauen, die Gartenakademie der Landwirtschaftskammer aber auch freischaffende Kursleiter:innen z.B. mit den Schwerpunkten Entspannung, Ernährung, Waldbaden.

### Gesundheitsfördernde Präventionsprogramme von Sozialversicherungsträgern

Die Niedersächsische Landesinitiative zur Verbreitung von qualitätvollen Programmen und Maßnahmen zur Gesundheitsförderung in Schulen und Kindertageseinrichtungen „die initiative → Gesundheit Bildung Entwicklung“ ist eine Kooperation der AOK Niedersachsen, der Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen e.V., des Zentrums für Angewandte Gesundheitswissenschaften (ZAG) der Leuphana Universität Lüneburg, des Gemeinde-Unfallversicherungsverbandes Hannover und der Landesunfallkasse Niedersachsen sowie des Niedersächsischen Kultusministeriums. „Bewegte, gesunde Schule“ nimmt in seinen Schulungsmodulen und Handlungsfeldern auch den Außenraum in Be- tracht.<sup>154</sup>

Das Programm JolinchenKids der AOK ist ein Präventionsprogramm, das die Gesundheit von Kita-Kindern fördert. Im Mittelpunkt des Programms stehen Ernährung, Bewegung und seelisches Wohlbefinden. JolinchenKids bezieht Eltern ein und möchte auch die Gesundheit der Erzieher:innen fördern.<sup>155</sup> Mit den Programmzielen werden drei Cluster dieser Untersuchung angesprochen, die sinnvoller Weise auch im Freiraum stattfinden könnten. Darüber hinaus gibt es z.B. noch das TK-Ernährungscoaching und die Initiative Besser länger leben der BKK.

### Gesundheitsfördernde Angebote in Klostergärten

Viele Kommunitäten und geistliche Gemeinschaften laden Menschen mit Interesse am verbindlichen Lebensstil ein, während kurzer oder längerer Zeit in den Klöstern eigene Erfahrungen mit dem Alltag und der Spiritualität zu machen. Häufig wird ein solcher „Kloster auf Zeit“- Aufenthalt mit einer persönlichen Auszeit verbunden, in der geistliche Begleitung in Anspruch genommen wird; es ist aber keine Bedingung. Im Kloster Barsinghausen z.B. Gartenarbeit im Klostergarten zu sich finden und zur Entspannung kommen.<sup>156</sup>

Das Kloster Mariensee bietet zu ausgewählten Terminen auch gartenbezogene Kurse und Seminare zur Ernährungsbildung mit Gartenbezug wie z.B. zu Heilkräutern oder Obstbaum- schnitt an. Das Kloster nimmt am Rendez-vous-im-Garten teil und bietet Entspannung im

---

<sup>153</sup> [www.leader-goettingerland.de/leader-2014-2020/bluehende-wegraender-und-feldsaeume-im-goettinger-land/](http://www.leader-goettingerland.de/leader-2014-2020/bluehende-wegraender-und-feldsaeume-im-goettinger-land/)

<sup>154</sup> [www.bewegteschule.de](http://www.bewegteschule.de)

<sup>155</sup> [www.aok.de/pk/leistungen/schulen-kitas/kita-programm-jolinchenkids](http://www.aok.de/pk/leistungen/schulen-kitas/kita-programm-jolinchenkids)

<sup>156</sup> [www.kirchenkreis-ronnenberg.de/angebote/kloster/barsinghausen](http://www.kirchenkreis-ronnenberg.de/angebote/kloster/barsinghausen)

Klostergarten. Führungen geben Einblick zum Eigenanbau von Obst und Gemüse. Aktuell beteiligt sich das Kloster an einem Feldversuch zum Anbau von Soja auf Initiative der Sortenzüchter:innen der Uni Hohenheim und eines Sojaexperten aus der Wirtschaft.<sup>157</sup>

#### Gesundheitsfördernde Ausbildung, Qualifizierung, Zertifizierung und Auszeichnung

Bad Bevensen, Bad Rothenfelde und Bad Pyrmont haben sich dem Netzwerk Park im Kurort – Das Grüne Gütesiegel angeschlossen (siehe Kapitel 2.2.8).<sup>158</sup> Der Therapiegarten Grüne Stunde e.V. ist Mitglied der Internationalen Gesellschaft GartenTherapie IGGT.

Der Firmengartenwettbewerb 2017 in Niedersachsen und Bremen stand unter dem Motto Gärten in der Gesundheits-, Pflege- & Therapiebranche. Durchgeführt wurde er vom Verband der Garten- und Landschaftsbauer VGL, dem Bund Deutscher Landschaftsarchitekt:innen bdla, der Deutschen Stiftung Umwelt DBU und der Hochschule Osnabrück Fachbereiche Landschaftsarchitektur und Pflegewissenschaften mit Unterstützung der AOK Krankenkasse. 54 Wettbewerbsbeiträge u.a. zu Krankenhäusern, Seniorenheimen oder Einrichtungen für Menschen mit Behinderungen<sup>159</sup> zeigten, welche Bedeutung das Thema mittlerweile hat. Berding von der Hochschule Osnabrück schlussfolgert daraus, dass der Garten aktuell zunehmend an Stellenwert gewinnt und seinen Platz in der Gesundheitsversorgung im Rahmen von Prävention, Therapie oder Rehabilitation zurückerobert.

#### **4.4.2 Landesinitiative Gartenhorizonte und ihr Bezug zur Gesundheitsförderung durch Parks und Gärten**

Ende 2011 schlossen sich die einzelnen Akteure des Projektverbundes formal zum Gartenhorizonte Niedersachsen e.V. als Träger der Landesinitiative Gartenhorizonte zusammen. Seitdem steht sie für alle Akteure der Gartenkultur in Niedersachsen offen. Der Projektverbund umfasst u.a. mit LandPark Lauenbrück, dem Museumsbauernhof Wennerstorf, der Kräuterregion Wiesteniederung oder dem Heilpflanzengarten Celle bereits unterschiedliche Orte und Angebote, die in den Potentialpool der gesundheitsfördernden Parks und Gärten aufgenommen wurden.

Eine im Jahr 2012 für Gartenhorizonte durchgeführte Analyse zum gartenkulturellen Potential zeigte eine hohe Dichte von Parks und Gärten mit einer großen Vielfalt der Parktypen. Gleichzeitig fand eine Besucherbefragung zur deren Erwartungshaltungen beim Besuch von Parks und Gärten statt. Der damalige Ansatz, die Alleinstellung der Gartenkultur in Niedersachsen zu erfassen und für den ländlichen Raum und die Naherholung und den Tourismus aufzuwerten, mündeten in fünf Potentialgruppen:

- kulturelle Gartenhorizonte

Zur Kategorie der kulturellen Gartenhorizonte gehören die historischen und zeitgenössischen Anlagen, sofern die zeitgenössischen Anlagen exemplarisch die Gartenkunst der Gegenwart darstellen. Die kulturellen Gartenhorizonte spiegeln die kulturhistorischen Epochen und Stile wider.

<sup>157</sup> [www.1000gaerten.de](http://www.1000gaerten.de)

<sup>158</sup> [www.kurpark-deutschland.de/](http://www.kurpark-deutschland.de/)

<sup>159</sup> [www.firmengarten-wettbewerb.de/historie/wettbewerb-2017.html](http://www.firmengarten-wettbewerb.de/historie/wettbewerb-2017.html)

- formenreiche Gartenhorizonte

Die Kategorie der formenreichen Gartenhorizonte umfasst die Anlagen, die sich im Zusammenspiel von umgebender (Kultur-)Landschaft, im städtischen und gemeindlichen Kontext oder durch verschiedene Nutzungen herausgebildet haben. Die Suche nach Erholung, die Leidenschaft zur Natur oder auch die Kunst haben hier die unterschiedlichsten Gartenformen hervorgebracht. Dies sind z.B. Gärten an besonderen Gebäuden wie ein Gutspark oder städtische Anlagen wie ein Stadtpark oder -wald.

- produktive Gartenhorizonte

Um eine Besonderheit der niedersächsischen Gartenkultur hervorzuheben, wurde die Kategorie der produktiven Gartenhorizonte entwickelt. Hierzu zählt der Gartenbau, der zum einen ein wichtiger Arbeitgeber in zahlreichen Regionen Niedersachsens ist und somit zur Wirtschaftsentwicklung von Niedersachsen beiträgt und zum anderen die Kulturlandschaft von Niedersachsen mitbestimmt und prägt. Zu nennen ist hier das Ammerland mit seinen zahlreichen Baumschulen, die das Landschaftsbild sowie auch die Ortsbilder mitprägen.

- lebendige Gartenhorizonte

Eine weitere Kategorie sind die lebendigen Gartenhorizonte. Unter den lebendigen Gartenhorizonten werden Führungen, kulturelle Veranstaltungen, gastronomische Angebote oder auch Initiativen wie die „Offene Pforte“ verstanden. Lebendige Gartenhorizonte sind Gärten und Parkanlagen, in denen sich Menschen treffen, austauschen und vergnügen können.

- bildende Gartenhorizonte

Die fünfte Kategorie sind die bildenden Gartenhorizonte. Neben gartenkulturellen Orten gibt es in Niedersachsen zahlreiche Bildungseinrichtungen, die sich mit dem vielfältigen gartenkulturellen Thema beschäftigen. Diese Bildungseinrichtungen bieten Ausbildungen, Seminare und Informationen rund um das Thema Gartenkultur an.

Die gesundheitsfördernde Wirkung von Parks und Gärten stand bei der Untersuchung 2012 nicht im Vordergrund, wenngleich Aspekte wie z.B. die entspannende Wirkung durch einen angenehmen Aufenthalt mit betrachtet wurde und bei den befragten Besuchern und Besucherinnen zu den Hauptbesuchsmotiven zählten.<sup>160</sup> Bei der Potentialbetrachtung spielten sie insofern eine Rolle, als dass sie z.B. über die garten- und umweltpädagogischen Aspekte oder den Produktionsgartenbau in der Kategorie Bildende Gartenhorizonte involviert waren. In der vorliegenden Praxisstudie wären sie den Clustern Ernährung und Entspannung zuzuordnen. Historische Außenanlagen der Kur- u. Heilbäder, die Klostergärten, Orangerien und Landschaftsgärten wurden zudem in der Kategorie formenreiche Gartenhorizonte betrachtet.

Natur im Garten ist das jüngste Angebot, das der Gartenhorizonte e.V. als Lizenzpartner der in Niederösterreich weitverbreiteten Bewegung in Niedersachsen etablieren will. Das Konzept zielt auf das nachhaltige Gärtnern als Beitrag zur Biodiversität und auf das gesunde Produzieren von Obst, Gemüse und Kräutern im privaten, aber auch im öffentlichen Garten.<sup>161</sup>

Gartenhorizonte nimmt in der Kommunikation Bezug auf gesellschaftlich aktuell bedeutende Aspekte wie Tourismus, Gesundheit, Klimaschutz, Nachhaltigkeit und Artenvielfalt. Der

---

<sup>160</sup> Westerstede 2012, S.41

<sup>161</sup> <https://www.naturimgarten.at/files/content/files/leitbild.pdf>

Gartenhorizonte e.V. wird von einem dreiköpfigen Vorstand geführt und von seinen Mitglieder:innen unterstützt. Eine hauptamtliche Geschäftsführung kann nicht finanziert werden.

Im Rahmen einer aufbauenden Fördermaßnahme erarbeitet der Projektverbund Gartenhorizonte Niedersachsen e.V. zum Zeitpunkt des Abschlusses des Bearbeitungszeitraumes der Studie ein Kommunikations- und Vernetzungskonzept für die Landesinitiative GARTENHORIZONTE – Gartenland Niedersachsen am Beispiel des Themas „Gesunde Parks und Gärten“. Die Ergebnisse liegen zum Zeitpunkt des Projektabschlusses der Studie noch nicht vor.

#### **4.4.3 Gesundheitsfördernde Parks und Gärten im Land Niedersachsen**

Bei der Erfassung konnten aufgrund des gewählten Ansatzes in allen Regionen Niedersachsens und für alle Cluster gesundheitsfördernde Parks und Gärten vorgefunden werden. Insgesamt wurden rund 130 Parks und Gärten erfasst und bewertet, die gesundheitsfördernde Aspekte aufweisen und sich den sieben Clustern dieser Untersuchung zuweisen lassen. Alle Eigentümer bzw. Rechtsträger der Parks und Gärten wurden über die vorliegende Potentialentwicklungsstudie informiert und alle erfassten Daten für die interaktive Karte mit ihnen abgestimmt.

Pro Cluster wurde ein Park, Garten oder ein Gesundheitsangebot ausgewählt, mit dem die jeweilige gesundheitsfördernde Wirkung anschaulich dargelegt werden kann. Ihre Akteure können im Sinne von Best Practice Projekten Vorbild für andere Parks und Gärten sein. Einige Akteure und Initiativen stellten sich beim Symposium Gesunde Parks und Gärten in Bad Gandersheim vor.

In einigen Regionen treten Häufungen von bestimmten Parktypen auf. Dies trifft z.B. auf den niedersächsischen Teil des Harzes zu, wie jüngste Untersuchungen des Modellprojektes Garten- und Landschaftskultur im niedersächsischen Harz<sup>162</sup> ergaben. Nahezu in jedem Ort ist in dieser Region ein Kurpark vorhanden, die allerdings zum Teil stark von den aktuellen Transformationsprozessen im Gesundheitswesen betroffen sind.

Insgesamt lässt sich feststellen, dass bei diesen nicht repräsentativen Erfassung nahezu in allen niedersächsischen Regionen betrachtet werden konnten. Die interaktive Karte kann in der Fortführung dieses Projektes dazu dienen, Parks und Gärten auch in Regionen zu erfassen, die bislang nur wenig Beispiele hervorgebracht haben.

Für die weitere Entwicklung des Themas Gesunde Parks und Gärten wurden „Ankergärten“ aufgenommen. Sie verweisen auf bestimmte Initiativen als Dachstrukturen, die weitere gesundheitsfördernde Parks und Gärten oder Anlagen mit Entwicklungspotential umfassen. Dazu zählen z.B. die oben erwähnten Vereine und Initiativen oder auch regionale Beiträge wie die Universum Kleingärten vom BUND.

<sup>162</sup> [www.niedersaechsischer-heimatbund.de/projekte/gartenkultur-westharz/](http://www.niedersaechsischer-heimatbund.de/projekte/gartenkultur-westharz/)

#### 4.4.4 Gesundheitsfördernde Wirkung ausgewählter Parks



##### Parks und Gärten für gesunde Ernährung und Gartenarbeit

###### Wildpflanzenpark Ewilpa

Der 42 ha große Wildpflanzenpark wird durch einen ungefähr 3 Kilometer langen Rundweg erschlossen, welcher verschiedene Bereiche und Gestaltungselemente miteinander verbindet. Es handelt sich dabei um Baumhaine, historische Alleen, Beeren- und Kräutergärten, eine Streuobstwiese und eine Feuchtwiese.

Das von Dr. Martin Strauß entwickelte Konzept beinhaltet folgende Bausteine:

- „**Grünes Klassenzimmer**“: Wiederbelebung von altem Wissen über Pflanzen und ökologische Zusammenhänge, Zubereitung von Speisen, Garten- und Landschaftsgestaltung mit essbaren Wildpflanzen
- **Nachhaltige Versorgung der Bevölkerung** mit hochwertigen Lebensmitteln aus der Natur
- **Sozialer Ausgleich** durch Wiederbelebung des mittelalterlichen „Allmende-Gedankens“
- Förderung der **Integration** durch interkulturelle Begegnungen
- **Sozialer Treffpunkt**: gemeinsames Sammeln, Vorträge, Kochkurse, gemeinsame Mahlzeiten
- **Ökologische Ausgleichsfläche**: artenreicher Lebensraum, Regeneration der Bodenfruchtbarkeit und des Wasserhaushalts

Darüber hinaus handelt es sich in Verbindung mit dem angrenzenden Kurpark um ein beliebtes Naherholungsgebiet.



##### Parks und Gärten für die gesunde Entwicklung von Kindern und Jugendlichen Tier- und Ökogarten Peine

Der Schulgarten und -zoo der IGS Vöhrum entstand 2005 als außerschulischer Lernort mit interaktivem Charakter. Kinder und Jugendliche wirken an der Gestaltung mit. Träger ist der Förderung des Regionalen Umweltbildungszentrums Tier- und Ökogarten Peine e.V.. Bestandteile sind ein Naturlehrpfad durch unterschiedliche Lebensräume, ein Vivarium mit Reptilien, Schafe, Ziegen und ein Nutzgarten. Zu den regelmäßigen Projekten gehört der Kartoffel- und Gemüseanbau.

Der Garten ist sonntags für Besucher geöffnet. Es gibt diverse Veranstaltungen und ein Ferienprogramm, außerdem Angebote für Unterricht und Fortbildungen im Ökogarten für Kitas, Grund- und Förderschulen sowie Regelschulen.



##### Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie

Die Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie (KJPP) in Lüneburg wurde 1901 als Pavillonkrankenhaus errichtet, wo statt eines zentralen Mehrgeschossegbaudes einzelne Pavillons in einem großen Parkgelände eingebettet sind. Die Patienten wurden u.a. mit Gartenarbeit in „agricolen Kolonien“ beschäftigt.<sup>163</sup>

---

<sup>163</sup> <https://www.pk.lueneburg.de/kinder-jugendpsychiatrie-psychosomatik-psychotherapie/>

In der Kinder- und Jugendpsychiatrie wird das große Parkgelände der Klinik für die Sport- und Bewegungstherapie genutzt. Ein besonderer Schwerpunkt ist das Medium Klettern im klinikeigenen Niedrigseilklettergarten. Das Klettern als therapeutisches Medium vereint motorische, emotionale und kommunikative Elemente. Es ist besonders geeignet, Jugendlichen unmittelbar Erfolgserlebnisse zu vermitteln.

Schwer vermittelbare Kinder und Jugendliche mit Verhaltensauffälligkeiten und emotionalen Störungen werden an den Michaelshof Sammatz verwiesen, wo sie seit dem Jahr 2000 zusammen mit Betreuern in einer Wohngruppe leben und das Hofleben und hier insbesondere die Begegnung mit Tieren erfahren können<sup>164</sup>.



### **Parks und Gärten für Gesundheit durch Entspannung, Entschleunigung und Einkehr Hinüberscher Garten**

Der Hinübersche Garten wurde auf einem ehemaligem Klostergrundstück in Marienwerder angelegt und ist heute ein sehr beliebtes Naherholungsgebiet für die Menschen der Umgebung. Er zählt zu den ältesten Landschaftsgärten in Deutschland. Der 40 ha große Park wurde um 1767 vom damaligen Amtmann des Klosters, Jobst Anton von Hinüber, nach englischem Vorbild angelegt.

Als Freimaurer gestaltete er den Park mit den typischen freimaurerischen Motiven, die das Ziel haben, den Menschen zur Erkenntnis zu bringen, z.B. durch künstliche Ruinen, Grotten, Einsiedeleien, Pyramiden und Tempel. Ein Teil der ursprünglich vorhandenen Staffagen ist verschwunden. Erhalten geblieben sind ein Obelisk auf einer Sanddüne sowie der „Hexenturm“ – eine künstliche Ruine mit freimaurerischen Symbolen. Im Jahr 2000 wurden ehemalige Blickachsen wiederhergestellt. Es gibt einen Hörsaal und die Freimaurerlogen bieten Führungen an, die die Grundideen der Gartenanlage erläutern.



### **Parks und Gärten für Gesundheit durch Therapie und Pflege Grüne Stunde Mellendorf**

Der Bauerngarten liegt im Zentrum von Mellendorf. Er weist eine vielfältige und abwechslungsreiche Bepflanzung auf, die alle Sinne anspricht und den Wechsel der Jahreszeiten erlebbar macht. Ein überdachter Aufenthaltsbereich bietet Platz für Gruppenangebote, die von einer Gartentherapeutin geleitet werden. Die Angebote für pflegebedürftige Menschen zielen auf eine Verbesserung der zeitlichen und räumlichen Orientierung ab. Über die sinnliche Wahrnehmung soll die persönliche Erinnerung gefunden und die Kommunikation angeregt werden. Die motorischen Fähigkeiten werden durch die Gartenpflege, das Ernten oder das Vorbereiten von Speisen gefördert. Durch das Erleben eigener Kompetenzen erfolgt eine Erhöhung des Selbstwertgefühls. Neben Demenzkranken und Menschen mit Handicap gibt es auch Angebote für Schulklassen und Kindergärten. Im Sommer findet einmal wöchentlich „die Grüne Stunde“ statt mit einem offenen Angebot für Senior:innen.

Die Pflege des Gartens wird regelmäßig von Studierenden der Leibniz-Universität Hannover unterstützt, für die der Aufenthalt und die Begegnung mit pflegebedürftigen Menschen gleichzeitig einen wichtigen Studieninhalt beinhaltet.

<sup>164</sup> Vgl. Interview Oberärztin Dr. Juliane Klein



## **Parks und Gärten für die Gesundheit durch Bewegung im Freien Barfußpark Lüneburger Heide**

Der Barfußpark Egestorf erstreckt sich über 14 ha und bietet ein Tageserlebnis rund um die (Fuß)Gesundheit. Neben den namensgebenden Barfußpfaden mit abwechslungsreichem Naturboden und weiteren Stationen fürs Fußwohl werden aber auch die anderen Sinne ange- sprochen. Verschiedene Laub- und Tannenwälder ergänzen das Angebot ebenso wie Obstwiesen, ein Naturbad und verschiedene Veranstaltungen wie Yoga im Wald.



## **Parks und Gärten als gesundheitsschützende grüne Infrastruktur sowie Vernetzungsstrukturen für gesundheitsfördernde Parks und Gärten Kurpark Bad Nenndorf**



Der Kurpark Bad Nenndorf wurde 1792 als Kurpark vom Hofgärtner Georg Wilhelm Homburg angelegt und orientierte sich an englischen Vorbildern. Spätere Erweiterungen waren der Sonnengarten samt Tempel, die Süntelbuchenallee und die Wegeverbindung zum Deister. Der Park zeichnet sich durch seine ungewöhnlich abwechslungsreiche Mischung von Wegen aus. Für die dicht bebaute und sonst kaum mit Grünanlagen ausgestattete Innenstadt hat der Kur- und Landschaftspark eine mehr als nur touristische und denkmalpflegerische Bedeutung. Er ist als Stadtpark wesentlicher Bestandteil des innerstädtischen Grüns und erfüllt wichtige kleinklimatische Funktionen.

2018 wurde das integrierte städtebauliche Entwicklungskonzept ISEK für die städtebauliche Sanierung des Parks mit dem Ziel aufgestellt, den Kurort in seiner Bedeutung zu stärken sowie das Naherholungsangebot und Image zu erhöhen.

## 5 Leitbild und Ziele zur Aktivierung des gesundheitsfördernden Potentials

Im Rahmen dieser Studie wurde ein äußerst vielfältiges, breit aufgestelltes und im Land räumlich gut verteiltes Potential der gesundheitsfördernden Parks und Gärten sowie der damit verbundenen Gesundheitsanbieter:innen ermittelt. Dies gilt es zukünftig stärker sichtbar zu machen, zu entwickeln, zu fördern und zu vernetzen. Es ist für das Land Niedersachsen, seine Bürger:innen und Besucher:innen in Wert zu setzen – auf lokaler, regionaler und Landesebene. Eine zentrale Rolle kommt der Landesinitiative Gartenhorizonte als potentiell Träger zur Fortführung dieser Studie zu.

Zur Inwertsetzung des Potentials sind Impulse zu entwickeln, die auf den Ebenen der Infrastruktur, Angebotsentwicklung, Vernetzung, Finanzierung und Förderung, Vermittlung und Marketing sowie der Forschung und Lehre wirken. Sie sollten gemeinsam von Politik, Verwaltung, Wirtschaft, Wissenschaft und bürgerschaftlichem Engagement getragen werden. Wirksame Angebote müssen zeit- und zielgruppengerecht entwickelt und kommuniziert werden.

Die Ansprache soll sich spezifisch an die ermittelten Zielgruppen richten und unter Berücksichtigung der erarbeiteten Aktionsfelder erfolgen. In der Kommunikation gilt es, breitere Zielgruppen im Bereich der Nutzer:innen von Parks und Gärten über neue Formate durch Storytelling zu einem gesünderen Lebenswandel zu bewegen und somit wirtschaftliche und soziokulturelle Folgen einer aktuell spürbaren Fehlentwicklung zu mindern. Die Ansprache sowohl von jungen wie auch bildungsfernen und sozialschwachen Bevölkerungsgruppen, die Benachteiligungen überproportional stark ausgesetzt sind, sollte dabei im Fokus stehen.

Um der Bedeutung der gesundheitsfördernden Wirkung von grüner Infrastruktur stärkeren Nachdruck zu verleihen, sollten Wissenschaft und Forschung bestehende Thesen zu ausgewählten Aspekten durch konkrete

Studien untermauern. Dies darf allerdings nicht davon abhalten, die Entwicklung der gesundheitsfördernden Wirkungen von Parks und Gärten zeitnah voranzubringen und sollten nicht von einer möglichen evidenzbasierten Überprüfung in Studien abhängig gemacht werden.



Abbildung 28: Pilates im LandPark Lauenbrück

## 6 Zielgruppenspezifische Handlungsempfehlungen

### 6.1 Ausrichtung der Handlungsempfehlungen

Die Handlungsempfehlungen sollen helfen, die Entwicklung und Bedeutung des gesundheitsorientierten Angebotes in Parks und Gärten zu stärken und die Relevanz für das Land Niedersachsen deutlich zu machen. Die Handlungsempfehlungen beziehen sich zum einen auf die internen Anspruchsgruppen. Als solche wurden Eigentümer:innen und Betreiber:innen von Parks und Gärten und die Gesundheitsanbieter:innen, die im gartenkulturellen Kontext tätig sind oder ihr Angebot künftig auf Parks und Gärten ausweiten wollen, ermittelt. Dabei bilden insbesondere die internen Anspruchsgruppen die lokale Ebene ab. Externe Anspruchsgruppen finden sich auf der übergeordneten regionalen sowie landes- und bundesweiten Ebene. Dabei führt die Betrachtung der Zielgruppen die Ebenen lokal, regional und landes- sowie bundesweit zusammen. Beide Anspruchsgruppen, intern wie extern, bedingen sich gegenseitig und sind im Wirkungsgeflecht zu sehen.

Anhand der Handlungsempfehlungen können Akteure der Zielgruppen erkennen, welche Einflussmöglichkeiten sie haben, die gesundheitsfördernde Wirkung von Parks und Gärten zu stärken.

Als übergeordnete Stelle, die sowohl intern wie auch extern wirken kann, ist die Landesinitiative Gartenhorizonte zu sehen.

Im Weiteren werden die Handlungsempfehlungen nach den Zielgruppen gegliedert. Dabei richten sich viele Handlungsempfehlungen nicht nur an eine Zielgruppe, sondern sie können angepasst von unterschiedlichen Akteuren verfolgt werden.

Die Aktionsfelder (Cluster) der Studie finden sich zielgruppenspezifisch wieder. Aufgrund gleichgelagerter Empfehlungen je Arbeitsfeld wird auf eine detaillierte Aufsplittung in Aktionsfelder bei den externen Zielgruppen verzichtet. Für Betreiber:innen von Parks und Gärten und Gesundheitsakteure wird eine Auswahl von Handlungsempfehlungen in den jeweiligen Abschnitten gemäß der Aktionsfelder gegeben.

Aufgrund der hohen Vielschichtigkeit, die das Thema Gesundheitsförderung durch Parks und Gärten mit sich bringt, verweisen die im Nachfolgenden genannten Handlungsempfehlungen zum Teil auch auf weiterführende Informationsquellen z.B. zur Gestaltung von Therapiegärten. Deren vollständige Zusammenfassung, ähnlich wie auch bei weiteren Aspekten, würde den Rahmen dieses Berichtes überschreiten.

Die Handlungsempfehlungen sind aus den Recherchen und Analysen dieser Studie und den ausgewerteten Best Practice Beispielen abgeleitet. Wichtige Impulse sind von den externen Expert:innen des Beirates eingebracht worden.

Beispiele von Akteuren aus Niedersachsen oder aus anderen Bundesländern helfen die Handlungsempfehlungen zu verdeutlichen. Sie sollen zudem dazu anregen, selbst in den Austausch mit den exemplarisch genannten Initiativen zu treten oder die Projektbeispiele als Anregung für eigene Angebote zu nehmen. Die Aufgabenfelder werden nachfolgend kurz erläutert.

## 6.2 Definition der Aufgabenfelder



### Infrastruktur Parks und Gärten

Das Aufgabenfeld Infrastruktur adressiert den Park oder Garten als gesundheitsfördernden Ort. Hier wird die gesundheitsfördernde Wirkung betrachtet, die sich u.a. aus Gestaltung, Größe, Ausstattung oder Lage ergibt. Darüber hinaus wird seine Wirksamkeit als grüner Ort bzw. seine Funktion als Kulisse für Gesundheitsangebote betrachtet. Handlungsempfehlungen richten sich an das gesundheitsfördernde Potential eines Parks oder Gartens und zielen auf Ansätze zur Entwicklung, zur Verbesserung oder Anpassung der Gestaltung und Ausstattung. Es geht auch darum, die Ausrichtung eines Parks oder Gartens auf ein bestimmtes Cluster zu konzentrieren und das Profil dafür zu schärfen.



### Gesundheitsfördernde Angebote in Parks oder Gärten

Das Aufgabenfeld betrachtet die gesundheitsfördernden Angebote, die in oder mit einem Park oder Garten von Nutzern in Anspruch genommen werden können. Hier geht es darum, Anforderungen z.B. vom Gesundheitsanbieter zu formulieren, welche Funktionen und räumliche Rahmenbedingungen ein Park oder Garten haben oder erhalten muss, damit das gesundheitsfördernde Angebot durchgeführt werden und seine Wirkung entfalten kann.

Bei den Handlungsempfehlungen dieses Aufgabenfeldes geht es insgesamt um die Identifikation und Einbindung von Gesundheitsanbieter:innen und die Sensibilisierung der Eigentümer:innen und Betreiber:innen von Parks und Gärten.

Es geht auch darum, die Ausrichtung eines gesundheitsfördernden Angebotes passend für die Alleinstellung des Parks oder Gartens aus einem Cluster zu entwickeln oder sein Potential mit einem entsprechenden Angebot zu steigern.



### Vernetzung

In diesem Aufgabenfeld steht die Identifikation und Ansprache relevanter interner, aber auch externer Anspruchsgruppen im Vordergrund. Die Handlungsempfehlungen zielen auf eine wirksame und nachhaltige Vernetzung z.B. der Eigentümer:innen von Parks und Gärten mit konkreten Gesundheitsanbieter:innen. Ziel ist es, Impulse zur einer gemeinsamen Angebotsentwicklung zu geben. Durch das Zusammenbringen der Akteure können Ressourcen effektiv eingesetzt, Kompetenzen gebündelt und neue innovative Angebote durch interdisziplinäre Zusammenarbeit entwickelt werden.

### Finanzierung und Förderung



Im Aufgabenfeld Finanzierung und Förderung geht es darum, eine wirtschaftliche Betrachtung für die Unterhaltung und Entwicklung von Parks und Gärten und deren Bespielung mit gesundheitsfördernden Angeboten vorzunehmen.

Kann ein Ort oder Angebot sich refinanzieren, selbst tragen oder Gewinne erzielen? Oder lässt sich ein Vorhaben nur mit einer integrierten Finanzierung erreichen, die Förderungen, ehrenamtliches Engagement und Einnahmen zusammenführt?

Ziel der Handlungsempfehlungen ist die Sensibilisierung über die gesundheitsfördernden Wirkungen von Parks und Gärten von potentiellen Fördermittelgeber:innen, das Verbessern der Rahmenbedingungen und das Aufzeigen förderfähiger Bereiche.



### Vermittlung

Vermittlung wird in dieser Praxisstudie in dem Sinne verstanden, dass interne, aber auch externe Anspruchsgruppen und insbesondere auch Nutzer:innen auf geeignete Weise Kenntnis von den gesundheitsfördernden Wirkungen von Parks und Gärten und deren Angeboten erlangen können.

Vermittlung grenzt sich zum Marketing dadurch ab, dass den Aktivitäten kein kommerzieller Anspruch zugrunde liegt. Bildungsangebote sind ebenfalls als Beitrag zur Vermittlung zu sehen. Die Handlungsempfehlungen zielen darauf ab, dass der Zugang zu Informationen erleichtert wird, allen Gruppen offensteht und zu einem Austausch anregt.



### Marketing

Im Marketing gilt es ein Konzept einer ganzheitlichen, marktorientierten Unternehmensführung (hier: Betreiber:innen von Parks und Gärten bzw. Gesundheitsanbieter:innen) zur Befriedigung der Bedürfnisse und Erwartungen von Kund:innen (hier: Nutzer:innen von Parks und Gärten bzw. Gesundheitsangeboten) und anderen Interessengruppen (Stakeholder) zu finden.<sup>165</sup> Handlungsempfehlungen richten die Aufmerksamkeit auf strategische Überlegungen aber auch auf Ansatzpunkte des Marketingmix aus Gestaltung des Produktes, des Preises, des Vertriebs und der Kommunikation. Sie zielen darauf, eine professionelle und zielgruppenorientierte Platzierung und auch eine wirtschaftliche Inwertsetzung zu erzielen.

## 6.3 Empfehlungen für Garten- und Parkbetreiber:innen

### 6.3.1 Die Zielgruppe der Garten- und Parkbetreiber:innen

Die Struktur der Eigentümer:innen und Betreiber:innen von Parks und Gärten ist in Niedersachsen sehr heterogen. Parks und Gärten können z.B. wie im Falle von Hausgärten oder Gutsparks in privatem Eigentum stehen. Öffentliche Freiflächen in Siedlungsbereichen unterstehen häufig ihren kommunalen Eigentümer:innen und werden von den Grünflächenämtern als Rechtsträger betreut. Darüber hinaus betreiben z.B. Landkreise oder das Land Niedersachsen auch Parks und Gärten wie z.B. den öffentlich zugänglichen Schlosspark in Stadthagen am Schloss, das heute das Finanzamt beherbergt. Zum Teil haben auch Stiftungen oder Fördervereine Parks und Gärten als Immobilien übernommen oder haben ihre Pflege und Entwicklung übertragen bekommen. Kleingärten sind von Vereinen gepachtet. Über den Aspekt der Firmengärten sind auch Unternehmen und Arbeitsstätten im Allgemeinen zu dieser Zielgruppe zu zählen. Betreiber:innen von Freiräumen an Bildungseinrichtungen für Erwachsene oder Freianlagen von Bildungs- und Betreuungseinrichtungen für Kinder und Jugendliche zählen ebenfalls zu dieser Zielgruppe.

---

<sup>165</sup> [www.de.wikipedia.org/wiki/Marketing](http://www.de.wikipedia.org/wiki/Marketing)

Diese Eigentümer:innen werden im Hinblick auf die Handlungsempfehlungen als eine Gruppe mit ähnlichen Anforderungen zusammengefasst, auch wenn der fachliche Hintergrund der handelnden Akteure sehr unterschiedlich sein kann.

### 6.3.2 Infrastruktur Parks und Gärten



Als Grundlage für die Entwicklung oder Aufwertung eines Parks und Gartens in Hinblick auf seine gesundheitsfördernden Wirkungen muss eine Bewertung des Bestandes erfolgen. Dazu kann der in dieser Praxisstudie erstellte Erfassungsbogen und die Vorgehensweise zur Bewertung der lokalen Ebene eine Orientierung für die Eigentümer:innen des Parks oder Gartens bieten. Hierbei gilt es, die aktuelle Ausstattung und vorhandene Potentiale für weitere Nutzungen zu bewerten und in Relation zur Nutzerakzeptanz zu setzen.

Die sieben Cluster bieten bei der Bewertung eine Orientierung, welchen Schwerpunkt der Park oder Garten gestalterisch bietet oder in welche Richtung er aufgrund des vorhandenen Potentials entwickelt werden könnte. Der Bewertungsbogen Gesunde Parks und Gärten kann dabei zugrunde gelegt werden. Zwar ist eine Schwerpunktsetzung notwendig zur Schärfung des Profils, allerdings können auch weitere Cluster berührt sein.

Zur Einstufung eines Parks und Gartens kann Unterstützung durch den Gartenhorizonte e.V. gesucht werden, der das Vorhaben Gesunde Parks und Gärten künftig fortführt. Die Beratung kann infrastrukturelle, wirtschaftliche und zielgruppenspezifische Aspekte umfassen.

Darüber hinaus sind potentielle Gesundheitsanbieter:innen zu ermitteln, um deren Anforderungen in die Überlegungen zu integrieren und das mögliche Entwicklungspotential gemeinsam zu umreißen. Sinnvoll ist eine interdisziplinäre Bewertung durch externe Fachleute u.a. der Bereiche Landschaftsarchitektur und Gesundheit.

Darauf aufbauend sollte eine Konzeption mit Maßnahmenplanung für den Park oder Garten erfolgen. Geplante Maßnahmen müssen mit dem Park oder Garten verträglich sein und sollten andere Nutzer:innen nicht beeinträchtigen. So sollten Räume für Entspannung und innere Einkehr und Bereiche für Bewegung stark entzerrt werden. Besonders historische, aber auch zeitgenössische Parks sollten ein Freiflächenutzungskonzept und auch ein Management vorhalten, um Nutzungen zu steuern oder zu entzerren und Übernutzungen zu vermeiden.<sup>166</sup>

Im Weiteren werden spezielle Empfehlungen zur Entwicklung der Parks und Gärten als gesundheitsfördernde Infrastruktur für einzelne Cluster gegeben. Damit soll der Fokus auf die Vielfalt der Möglichkeiten gelegt werden, die im Rahmen dieser Potentialentwicklungsstudie nur schlaglichtartig angerissen werden können. Insbesondere in der Landschaftsarchitektur liegen umfassende Erkenntnisse und Praxiserfahrung bei zum Teil spezialisierten Fachplaner:innen vor. Die gesundheitsfördernde Entwicklung eines Parks oder Gartens bleibt immer auch eine Einzelplanung.

Multicodierung ist aktuell ein Schlagwort, das auch die gesundheitsfördernden Parks und Gärten betrifft und dem auch hier neuartige Lösungen folgen müssen. Die Multicodierung im

<sup>166</sup> Vgl. hierzu Müller-Glaßl 2000, S. 71-84

Siedlungsbereich wird an Bedeutung gewinnen, da grüne Freiräume durch die beschlossene Schaffung von Wohnraum knapper werden.<sup>167</sup>

Negativ auf die Nutzung und somit auch in der Entfaltung der gesundheitsfördernden Wirkung kann sich der Zustand von Parks und Gärten auswirken. Monotone, verwahrloste und unsicher wirkende und von unerwünschten Nutzergruppen frequentierte Parks und Gärten werden häufiger gemieden.<sup>168</sup> Ob ein Park besucht wird oder nicht, ist auch wesentlich eine Frage der Realisierungsmöglichkeiten bzw. der wahrgenommenen Barrieren: Liegt der Park in der Nähe? Kann er ohne Mühe und Zeitaufwand gut erreicht werden? Ist der Eintritt frei oder so bemessen, dass der Eintrittspreis, wenn man Nutzen und Kosten gegeneinander abwägt, akzeptabel erscheint?<sup>169</sup>



### **Parks und Gärten für gesunde Ernährung und Gartenarbeit**

Kommunen als Schulträger können das Thema Ernährungsbildung und Gartenarbeit unterstützen, indem sie die räumlichen Rahmenbedingungen z.B. in Form von Schulgärten mit ernährungspädagogischer Ausrichtung bereitstellen. Zur konkreten Bearbeitung aber auch schon bei der Entwicklung sollte Kontakt zu garten- oder umweltpädagogischen Gesundheitsanbieter:innen wie z.B. Acker e.V.<sup>170</sup> aufgenommen werden. Eine Untersuchung der Techniker Krankenkasse verdeutlicht die Bedeutung der Gartenarbeit für die Stressbewältigung. Auf die Frage „Was tun Sie zum Stressabbau besonders gern? war die zweit häufigste genannte Antwort mit 77 % im Durchschnitt und 84 % bei den Frauen Spazieren gehen oder Gartenarbeit.<sup>171</sup> Vor dem Hintergrund, dass das Stressempfinden in den vergangenen Jahren noch einmal deutlich zugelegt hat und Stress und gesundheitliche Probleme zusammen hängen, kann auch der Gartenarbeit zur Stressentlastung mehr Aufmerksamkeit eingeräumt werden.

Träger von wissenschaftlichen Einrichtungen sollten an ihre mögliche Funktion als Betreiber:innen eines grünen Außenraumes denken und Angebote schaffen. In der Rostocker Schulgartenakademie forscht Retzlaff-Fürst an der Stressbewältigung durch Gärten und entwickelt fachbiologische Konzepte mit praktischer Gartenarbeit und wissenschaftlichem Arbeiten. Dabei konnten die stressreduzierende Wirkung und Stärkung von Kindern und Jugendlichen durch Gartenarbeit nachgewiesen werden.<sup>172</sup>

Bei der Gesundheitsförderung durch Gartenarbeit ist darauf zu achten, dass Verletzungen und Überbeanspruchungen vermieden werden.<sup>173</sup> Tipps dazu kommen z.B. vom renommierten Sportwissenschaftler Ingo Froboese.<sup>174</sup>

Bezüglich der Ernährungsbildung können Freiräume aktiviert werden, die dieses gesundheitsfördernde Thema bislang nicht bespielt haben. Im Frühjahr 2022 wird der Mehrgenerationenspielplatz in Obermoschel in Rheinland-Pfalz in eine „essbare Oase für Klein und Groß“ umgewandelt.<sup>175</sup> Hier wird Wert darauf gelegt, mit einer breiten Genetik zu beginnen, qualitativ

---

<sup>167</sup> Eckhardt 2022

<sup>168</sup> Institut Wohnen und Umwelt 2004, S. 25

<sup>169</sup> Institut Wohnen und Umwelt 2004, S. 56

<sup>170</sup> [www.acker.co](http://www.acker.co)

<sup>171</sup> TK 2021. S. 44

<sup>172</sup> Retzlaff-Fürst 2018, S 18

<sup>173</sup> Hinweise dazu unter [www.gesundheit.de/news/gartenarbeit](http://www.gesundheit.de/news/gartenarbeit)

<sup>174</sup> <http://gartenradio.fm/sendungen/11-sendungen/100-wie-gesund-ist-gartenarbeit>

<sup>175</sup> Raabe 2022

hochwertiges Pflanzgut zu verwenden und alle elementaren Funktionen der Pflanzen innerhalb eines natürlichen Ökosystems zu bedenken. Insgesamt wird eine hohe Arten- & Sortenvielfalt gepflanzt und neben den essbaren Pflanzen auch Pflanzen integriert, welche die Gesundheit des Gesamtsystems fördern. Hierzu gehören tiefwurzelnde Pflanzen, Nährstoffakkumulatoren, aromatische Pflanzen, Heilpflanzen, Stickstoffbinder sowie genügend Insektenpflanzen für ganzjährig verfügbaren Nektar und Pollen.

Das Zukunftsinstitut sieht im Gemüsegarten auf dem Balkon einen Schritt in Richtung ökologische Autonomie und die Möglichkeit, innerhalb der zivilisierten, urbanen Gesellschaft selbst-erhaltende Mini-Rohstoffkreisläufe zu etablieren. Dies ist für viele mit einem sehr hohen Glückspotential verbunden.<sup>176</sup>

Knight vertritt die Auffassung, dass vieles, was in der hiesigen Fauna wächst, nicht nur essbar ist, sondern Gerichten eine besondere Note verleihen kann. Die Kratzdistel ist mit der Artischocke verwandt und im Mittelmeerraum als Delikatesse auf vielen Märkten zu finden. Der Japan-Knöterich, der vielen als wucherndes Unkraut gilt, schmeckt ähnlich wie Rhabarber. Essbare Wildpflanzen können im öffentlichen Raum gefördert werden oder in neue Gestaltungen aufgenommen werden. Die Kenntnisse über essbare Wildpflanzen sollten dabei nach Ansicht von Knight breitenwirksam vermittelt werden.<sup>177</sup> Beispiellohaft sei hier der Wildpflanzenpark Ewilpa am Kurpark Bad Nenndorf genannt, wo nicht nur über essbare Wildpflanzen informiert wird, sondern diese auch gemeinsam gesammelt und zubereitet werden.

Der Schulgarten eignet sich durch Einbindung in die Curriculae oder durch Verknüpfung mit vielfältigen Themen der Nachhaltigkeit auch zum praktischen Erlernen der vielfach geforderten Ernährungssouveränität. Mit theoretischen Modulen kann auf die Auswirkungen von Gartenarbeit auf die menschliche Muskulatur hingewiesen werden. Darüber werden bei Dannemann und Grimm auch konkrete Hinweise zum Bau von Hochbeeten für Schulgärten gegeben und dadurch handwerkliche Fähigkeiten gefördert.<sup>178</sup>



### Parks und Gärten für die gesunde Entwicklung von Kindern und Jugendlichen

Eine Untersuchung hat für Niedersachsen eine Unterdeckung von Spielplätzen ermittelt. Sie ist davon ausgegangen, dass 1,5 qm Spielplatzfläche je 25 qm Wohnfläche vorgehalten werden sollte. Niedersachsen belegt im bundesweiten Vergleich Rang 6 und erreicht einen Versorgungsgrad von 81%.<sup>179</sup> Dies muss unbedingt überprüft werden und hier ggf. zu einer Aufstockung gekommen werden. Dieser Prozess ist an die zuständigen Stellen der Verwaltung und Politik heranzutragen.

<sup>176</sup> [www.zukunftsinstut.de/artikel/wohnen/die-zukunft-ist-ein-garten/](http://www.zukunftsinstut.de/artikel/wohnen/die-zukunft-ist-ein-garten/)

<sup>177</sup> Knight 2021

<sup>178</sup> Wogowitsch 2019, S. 16 und Dannemann und Grimm 2019, S. 17

<sup>179</sup> Innside Statistics 2020

Bei der Schaffung von Freiräumen, die eine selbstbestimmte und bewegungsorientierte Entwicklung von Kindern und Jugendlichen ermöglichen, sollten bestehende Konzepte grundle-gend überprüft werden. Spielplätze und vor allem Themenspielplätze sieht Korth als Möbel-sammlungen, die überfüllt sind mit bunten Objekten. Geräte und besonders die Themen sollten die Funktionen nicht beschränken und die kindliche Vorstellungswelt nicht einseitig len-ken oder gar einschränken. In durchorganisierten und aufgeräumten Städten ist Frei-raum und die Begegnung mit natürlichen Ele-menten für Kinder häufig Mangelware.<sup>180</sup> „Vergessen wir bei aller Planung nicht, der ideale Spielplatz ist die ungestaltete Wildnis“ – damit nimmt der Spielplatzplaner Günter Belzzig schon 1987 die Erkenntnisse von Hüther oder Jang (siehe Kap. 3.1.3.2) vor-weg, die den unmittelbaren Kontakt von Kin-dern mit der Natur als wesentlich für ihre ge-sunde körperliche, geistige und seelische Entwick-lung ansehen.



Abbildung 29: Spielplatz in Wiesbaden  
(Foto: Bukies)

Spielplätze sollten inklusiv sein. Das bedeutet, dass sie Spielmöglichkeiten bieten, die auch, aber nicht ausschließlich, von Menschen mit Behinderungen genutzt werden können. Das bringt Menschen mit unterschiedlichen Fähigkeiten zusammen und fördert Bewegung.<sup>181</sup> Diese Angebote müssen den Sicherheitsanforderungen der Normen und Verordnungen auf Spielplätzen standhalten. Ein Leitfaden als Inklusionsmatrix sorgt für vielfältigere Nutzungsan-gebote.

Aktivspielplätze, Abenteuerspielplätze, Bauspielplätze und Naturspielplätze werden entspre-chend den Prinzipien der offenen Kinder- und Jugendarbeit gestaltet und betreut. Sie sind nicht mit Spielgeräten, sondern mit Naturmaterialen und viel Raum ausgestattet. Sie können unabhängig von der sozialen Herkunft ihrer Nutzer:innen einen bedeutenden Beitrag zur Be-friedigung der kindlichen Lebens-, Spiel- und Lernbedürfnisse im urbanen oder stadtnahen Umfeld und der Einübung sozialen Verhaltens leisten. Gerade Naturerfahrungsräume (NE-Räume) sollten in Siedlungsbereichen viel häufiger berücksichtigt werden, da sie Kindern eine möglichst regelfreie Naturerfahrung spielerisch ermöglichen und die Bedeutung von freiem Spiel und Bewegung (anders als bei Erwachsenen) für eine gesunde Entwicklung besonders berücksichtigen.<sup>182</sup> Für diese Orte wie z.B. dem Tier- und Ökogarten Peine oder dem Öffent-lichen Garten in Dahlenburg<sup>183</sup> gelten die einschlägigen Normen für Spielplätze und Geräte (DIN EN 1176 und 1177 sowie DIN 18034) zwar auch als Stand der Technik, aber sie sind nicht immer unmittelbar anzuwenden. Der Leitfaden Sicherheitsanforderungen für Naturerfah- rungsräume gibt hier wichtige Hilfestellungen u.a. zur Lage im Wohngebiet, Größe, Gestaltung und Ausstattung, die abgesicherte Grenzerfahrungen zum Aufbau eines eigenen Bildes von Gefahren ermöglichen.<sup>184</sup> Darüber hinaus ist diese Spielform in Herstellung des Ortes äußerst

<sup>180</sup> Korth 2022, S. 15

<sup>181</sup> Schraml, S. 4

<sup>182</sup> Vgl. Schelhorn 2008, S. 58-59

<sup>183</sup> Der Öffentliche Garten Dahlenburg ist eine Kooperation von KUNSTRAUM TOSTERGLOPE mit AWOSOZIALE Dienste und wird gefördert von „mittendrin-niedersachsen“ und dem Deutschen Kinderschutzbund.

<sup>184</sup> Schelhorn und Brodbeck 2011 und Pretzsch 2020

kostenarm und kann schon für 20 Euro als durchschnittlicher Nettobaukostenansatz pro Quadratmeter realisiert werden.

Der Leitfaden Gesunde Kita verweist auf die Bedeutung von Bewegung und Ernährung für die Entwicklung von Kindern. Die Konsultations-Kita Krähenwinkel bietet z.B. für andere Einrichtungen Beratungs- und Hospitationsangebote. Deutlich wird hier auch nochmal die ausreichende Grünversorgung in den Quartieren, da der Leitfaden ausdrücklich empfiehlt, auch Freiräume in der Umgebung von Kitas einzubeziehen.<sup>185</sup>

Der Bund Deutscher Landschaftsarchitekt:innen bdla sieht in Schulhöfen die besondere Funktion eines Bildungsraumes. Sie werden in der Bedeutung für soziales Lernen, für das Erleben der eigenen Wirksamkeit, für die motorische Entwicklung und als Räume für selbstgesteuertes Handeln und Lernen oft noch unterschätzt<sup>186</sup> und sollten deshalb verstärkt aus diesem Blickwinkel entwickelt werden. Anregungen für Gestaltungen können z.B. dem Themencluster Schulhöfe auf [www.landschaftsarchitektur-heute.de](http://www.landschaftsarchitektur-heute.de) gesammelt werden. Den Freiraum (Außenraum) der Schule als Lern- und Lebensraum zu gestalten fordert auch die Initiative „Bewegte, gesunde Schule Niedersachsen“ und bietet den Schulen Fortbildungsmodule dazu an.<sup>187</sup>

Das grüne Klassenzimmer kann auch ein Beitrag zur gesunden Entwicklung von Kindern und Jugendlichen sein. Es sollte ein vielfältiger Außenraum sein, der neben definierten Zonen auch Bereiche für Aneignung, Experiment, Erforschung etc. beinhaltet. Wie für das Schulgebäude gelten auch für den Freiraum die Anforderungen nach Offenheit, Nutzungsvielfalt und Nutzungsüberlagerung.<sup>188</sup> In unzureichend mit Grün für Kinder und Jugendlichen versorgten Quartieren kann die Öffnung dieser Fläche nach Schulschluss ein sinnvoller Beitrag sein.

Weitere Möglichkeiten bestehen in der Nutzung schulnaher Einrichtungen: Im Tier- und Ökogarten Peine können Schüler:innen der benachbarten Gesamtschule in der Mittagspause Tierkontakte pflegen oder an Projekten der Ökogarten-AG teilnehmen. In Mellendorf entsteht derzeit ein grünes Klassenzimmer an einem renaturierten Teich gegenüber dem Schulzentrum, wo Naturerlebnis mit einem praxisnahen Biologieunterricht verknüpft wird.

Mobilitätsverhalten und Stellplatzverfügbarkeit hängen sehr stark zusammen. In der aktuellen Situation schränken sie die eigene Aneignung des Lebensraumes für Kinder und Jugendliche besonders in Siedlungsbereichen stark ein. Die Vernetzung von Freiräumen mit dem Lebensmittelpunkt für Kinder und Jugendliche ist wichtig.

Zur selbstwirksamen Entwicklung des eigenen Umfeldes sind Kinder und Jugendliche in die Planung von Parks und Gärten einzubeziehen. Hierzu können auf die Ansprache von Kindern spezialisierte Agenturen zur Durchführung von Beteiligungsformaten hinzugezogen werden.

Zur gesunden Entwicklung gehört die Risikoförderung. Sie bedeutet die Aneignung von Risikokompetenz und ist ein zentraler Baustein der Sicherheitsförderung schon in der frühen Bildung. Die Publikationen der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung e.V. (DGUV) liefern wertvolle Hinweise für eine sichere Gestaltung.<sup>189</sup> Insbesondere der Anlage von naturnahen Spielflächen wird durch das Erleben von Natur vom GUV eine elementare Bedeutung

<sup>185</sup> Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen e.V. 2015, S. 59

<sup>186</sup> [www.bdla.de/de/nachrichten/1425-nachhaltigkeit-in-der-landschaftsarchitektur-thesen-des-bdla](http://www.bdla.de/de/nachrichten/1425-nachhaltigkeit-in-der-landschaftsarchitektur-thesen-des-bdla)

<sup>187</sup> [www.bewegteschule.de/das-programm-bewegte-schule/ideen\\_Ziele.php](http://www.bewegteschule.de/das-programm-bewegte-schule/ideen_Ziele.php)

<sup>188</sup> Barbara Pampe, Vorständin, Montag Stiftung Jugend und Gesellschaft, Bonn zitiert in <https://bdla.de/de/nachrichten/news/1199-lernlandschaft-schulhof>

<sup>189</sup> DGUV 2022

zugemessen für das gesunde Heranwachsen von Kindern. Dies wird durch die Zivilisationsauswirkungen aus Sicht des GUV immer stärker eingeschränkt. Daher sollten in Kindertagesstätten die Außenanlagen möglichst naturnah gestaltet sein. Voraussetzung hierfür sind allerdings ausreichende Platzverhältnisse.<sup>190</sup>



### **Parks und Gärten für Gesundheit durch Bewegung im Freien**

Schon in den Kurbädern wurden Einrichtungen für sportliche Betätigungen angelegt wie Tennisplätze (siehe Kap. 3.1.1). Für Spaziergänge wurden die Kuranlagen über schattenspendende Alleen mit attraktiven Anziehungspunkten wie Belvederes verbunden.

Entsprechende Impulse können auch heute in Parkanlagen gesetzt werden, indem kleine Attraktionen zu einem Rundgang verlocken. Besonders attraktiv sind fachlich begleitete Spaziergänge beispielsweise zur Vermittlung von Pflanzenkenntnissen. Mit der von Lucius Burckhardt entwickelten „Promenadologie“ (Spaziergangswissenschaft) erfolgen reflexive Spaziergänge zur Wahrnehmung der Umwelt, die auch darauf abzielen, Wahrnehmungs- und Verhaltengewohnheiten bewusst zu machen.

Betreiber:innen von Arbeitsstätten können im Rahmen der betrieblichen Gesundheitsförderung nach § 20b SGB V eine gesundheitsförderliche Arbeitsgestaltung (verhältnispräventive Ausrichtung) beim Neubau oder bei der Weiterentwicklung der Betriebsstätten anstreben und ins Gesundheitsmanagement integrieren. Aspekte der gesundheitsförderlichen Gestaltung von Arbeitsbedingungen oder betriebliche Rahmenbedingungen sind auch auf den grünen Freiraum anzuwenden. Dabei geht es z.B. um eine bewegungsförderliche oder entspannende Umgebung (siehe auch Handlungsfeld Wirtschaft).

Die Techniker Krankenkasse schließt aus Befunden ihrer Untersuchung, dass der zunehmende Stress für den Anstieg der psychischen Erkrankungen in Deutschland und der damit verbundenen Zunahme der Arbeitsunfähigkeitstage (AU-Tage) mitverantwortlich ist.<sup>191</sup> Da 58 % der in dieser Untersuchung Befragten zum Ausgleich gerne Sport treiben<sup>192</sup>, sollten auch Parks und Gärten für dieses Aktionsfeld besonders entwickelt werden.

---

<sup>190</sup> DGUV 2006, S. 5

<sup>191</sup> TK 2021, S. 44

<sup>192</sup> TK 2021, S. 44



## **Parks und Gärten für Gesundheit durch Therapie und Pflege**

Bereits in den frühen Heil- und Pflegeanstalten wurde Gartenarbeit zur Therapie genutzt. In den Pavillonkrankenhäusern der Zeit um 1900 wie beispielsweise das Nordstadtkrankenhaus in Hannover oder die psychiatrische Klinik in Lüneburg wurden ein- bis zweigeschossige Pavillons in ein großes Parkgelände eingebettet, um eine Therapie in grüner Umgebung und mit ausreichend Frischluftzufuhr behandeln zu können. Trotz der Nachteile dieser Bauweise aufgrund langer Transportwege werden auch heute noch große Vorteile in dieser Bauweise gesehen. So berichtet eine Ärztin der Kinder- und Jugendpsychiatrie, dass ihre Patient:innen durch die grüne Umgebung ruhiger sind und auch für sie selbst die Nachbarschaft alter Bäume den Arbeitsalltag erleichtert. Der Park wird außerdem für Bewegungs- und Spielangebote genutzt. Ein besonderer Schwerpunkt ist das Medium Klettern im klinikeigenen Niedrigseilklettergarten. Das Klettern als therapeutisches Medium vereint motorische, emotionale und kommunikative Elemente. Es ist besonders geeignet, Jugendlichen unmittelbar Erfolgserlebnisse zu vermitteln.

Weiterhin ist interessant, dass es eine Kooperation mit dem Michaelshof Sammatz gibt. Auf dem Hof mit einem großen Parkgelände, u.a. einem Heilpflanzengarten und einem Gemüseacker, leben Kinder und Jugendliche mit Verhaltensauffälligkeiten und emotionalen Störungen in mehreren Wohngruppen zusammen mit ihren Betreuer:innen. Sie nehmen am Hofleben teil, arbeiten im Garten mit und erfahren den Kontakt zu Tieren.

Die Gestaltung eines Therapiegartens ist stark abhängig von seinem Zweck und der therapeutischen Zielgruppe, so dass hierzu keine konkreten Gestaltungsempfehlungen gegeben werden. Die entsprechenden Initiativen und spezialisierten Fachplaner können hier beraten.

Für demenziell Erkrankte rät Kreuer zur Methode des Embedded gardening. Es ist eine Methode, Bedürfnisse und Wünsche von Menschen mit Demenz kennen zu lernen und zu erleben. Sie bietet die Möglichkeit, Beziehungen zu knüpfen, einen „Blick hinter die Kulissen“ einer Altenhilfeeinrichtung zu werfen und so Einblicke in Strukturen und Tagesabläufe zu bekommen. Die gewonnenen Erfahrungen und Beziehungen sowie das Wissen um die Institution sind die Basis für ein Gestaltungskonzept, das Teilhabe ermöglicht.<sup>193</sup>

Der Therapiegarten „Grüne Stunde“ in Mellendorf bietet neben Angeboten für Altenheime auch ein regelmäßiges offenes Treffen an, das sowohl von demenziell Erkrankten und deren Angehörigen als auch von der örtlichen Bevölkerung besucht wird und somit einen integrativen Charakter aufweist.

Brämer verweist auf eine Diplomarbeit von Petra Sendker, die Gestaltungsprinzipien für Therapiemöglichkeiten im Freien entwickelte.<sup>194</sup> Kreuer wird in ihren Empfehlungen für Menschen mit Demenz noch konkreter und beschreibt z.B. auch die Größen von Bänken oder Kriterien zur Auswahl von Gestaltungselementen.<sup>195</sup>

<sup>193</sup> Kreuer 2017, S. 106

<sup>194</sup> Brämer 2008, S.53

<sup>195</sup> Kreuer 2020, S. 76

Die Berücksichtigung der Aspekte der Barrierefreiheit sollte spätestens seit Verabschiebung der Konvention über die Rechte von Menschen mit Behinderungen (UN-Behinderterrechtskonvention 2008) im Jahr 2008 und der Einführung der DIN 18040-3 für öffentliche Freiräume als Standard gelten. Die Umsetzung in der Freiraumplanung zur Gestaltung von Parks und Gärten ist hinreichend mit Fachwissen<sup>196</sup> unterstellt und führt u.a. zu mehr Gesundheitsförderung durch verbesserten Austausch und soziale Integration. Sie ist nicht nur in therapeutischen Parks und Gärten bedeutsam.



Abbildung 30: Therapiegarten Mellendorf  
(Foto: Bukies)



### Parks und Gärten für Gesundheit durch Entspannung, Entschleunigung und Einkehr

In Entspannung liegt, wie im Bereich Wissensbasis dargelegt, eines der Kernkompetenzfelder von Gärten und Parks. „Grün“ beruhigt. Sofern Angsträume durch ungepflegte oder stark verwucherte Bereiche vermieden werden, ist nahezu jeder grüne Freiraum entspannungsfördernd und wird als solcher auch von den Nutzern aufgesucht. Die häufigste Nutzererwartung, die im Rahmen der Gartenhorizonte Potentialanalyse in einer Befragung in 10 niedersächsischen Parks und Gärten ermittelt wurde, war mit rund 75 % „einen entspannenden und ungezwungenen“ Aufenthalt zu haben.<sup>197</sup>

Bei der Neuanlage oder Entwicklung von Parks und Gärten oder in der politischen Diskussion um deren Notwendigkeit, könnte die entspannungsfördernde Fähigkeit von Parks und Gärten und deren Ausstattung eine wichtige Rolle einnehmen. Zu Hilfe kommt dabei der aktuelle Wandel in der Stressprävention, der eine stärkere Betrachtung der verhältnispräventiven Ansätze<sup>198</sup> in den Fokus rückt und die Veränderung der ökologischen, sozialen, kulturellen und technisch-materiellen Lebensbedingungen im institutionellen und sozialen Kontext umfasst.



Abbildung 31: Kurpark Bad Driburg  
(Foto: Bukies)

<sup>196</sup> einen ersten Überblick gibt BMI 2016

<sup>197</sup> Stadt Westerstede 2012

<sup>198</sup> TK 2021. S.45

## **Parks und Gärten als gesundheitsschützende grüne Infrastruktur**

Eine hohe Biodiversität unterstützt die gesundheitsfördernde Wirkung von Parks und Gärten. Betreiber:innen von Parks und Gärten insbesondere auch private Eigentümer:innen können sich dazu in der Kampagne “Tausende Gärten – Tausende Arten” beraten und interaktiv austauschen. Ziel ist es, eine naturnahe Gartenbewegung aufzubauen. Sie wird im Rahmen des Bundesprogramms Biologische Vielfalt vom Bundesamt für Naturschutz mit Mitteln des Bundesministeriums für Umwelt, Naturschutz und nukleare Sicherheit und Verbraucherschutz gefördert und von der Deutschen Gartenbau-Gesellschaft 1822 e.V., des Wissenschaftsladens Bonn e.V., der tippingpoints GmbH – agentur für nachhaltige kommunikation in enger Kooperation mit dem Naturgarten e.V., dem Verband Deutscher Wildsamen- und Pflanzenproduzenten und der Heinz-Sielmann-Stiftung umgesetzt.<sup>199</sup>



Die Grünen Fachverbände und die Hochschulen der Landschaftsarchitektur z.B. in Hannover oder Osnabrück verfügen über einen dermaßen umfassenden und aktuellen Forschungs- und Kenntnisstand zur Planung, Pflege und Entwicklung von klimaresilienten Parks und Gärten z.B. unter den Aspekten der Schwammstadt, der Zukunftsbäume, des klimaneutralen Bauens oder der Hitzevorsorge, dass man an dieser Stelle nur darauf verweisen kann. Eine Zusammenfassung an dieser Stelle würden dem nicht gerecht werden. Entsprechende Publikationen finden sich aber auch im Literaturverzeichnis zu dieser Untersuchung.



## **Vernetzungsstrukturen für gesundheitsfördernde Parks und Gärten**

Betreiber von Parks und Gärten müssen aktiv auf potentielle Akteure der Vernetzungsstrukturen in den Kommunen aber auch in der Landwirtschaft zugehen und gemeinsam Ideen zur Stärkung der Freiräume durch Vernetzung entwickeln. Dittmar konstatiert, dass mehr grüne Wege durch die Stadt oder Siedlung benötigt werden, um Grünflächen und Parks mit einer vielfältigen, zur Erholung nutzbaren Landschaft zu verbinden.<sup>200</sup>

Eine Potenzierung der gesundheitsfördernden Effekte lässt sich vor diesem Hintergrund durch eine gezielte Analyse der Freiflächensysteme in Siedlungsbereichen erreichen. Durch Verkehrswege zerschnittene Grünflächen können durch verkehrsplanerische Umorganisation wieder verbunden und somit zum Teil auch größere Verbünde wiederhergestellt werden. Derartige Überlegungen bestehen z.B. für den Maschpark in Hannover und den Rückbau der Culemannstraße. Durch diesen Ansatz könnte der Park an die Grünräume der Leine und der Masch angeschlossen werden und es würden sich nicht nur positive Effekte für eine entspannte Nutzung, sondern auch für die Klimaresilienz und die Erhöhung von Bewegungsanreizen ergeben.<sup>201</sup>

<sup>199</sup> [www.tausende-gaerten.de/die-kampagne/](http://www.tausende-gaerten.de/die-kampagne/)

<sup>200</sup> Dittmer 2022

<sup>201</sup> Netzwerk Baukultur in Niedersachsen e.V. 2022, S.5



Abbildung 32: Allee im Französischen Garten Celle  
(Foto: Bukies)

In der Landschaft können Parks und Gärten über Alleen, Feldstreifen, Knicks und andere lineare Elemente gestärkt werden. Hier kann der Niedersächsische Weg als Impuls, Ratgeber:in und ggf. als Förder:in integriert werden. Das Konzept des Niedersächsischen Weges macht deutlich, dass beispielsweise Landschaftselemente, insbesondere linienförmig, fortlaufende Strukturen wie Fließgewässer einschließlich ihrer Ufer, Weg- und Feldraine oder auch Hecken, Feldgehölze, Alleen und Baumreihen, eine besondere Bedeutung für die Vernetzung der Kernflächen des Biotopverbunds tragen.<sup>202</sup>

Der Niedersächsische Heimatbund verdeutlicht die Bedeutung der Alleen für die Kulturlandschaft, die Biodiversität in der zum Teil ausgeräumten Landschaft und deren geschichtlichen Bezug zu Parks und Gärten. Seit Jahrhunderten prägen Alleen das Landschaftsbild in Niedersachsen. Ursprünglich als gärtnerisches Gestaltungselement in herrschaftlichen Parkanlagen entstanden, begleiteten sie seit der Mitte des 18. Jahrhunderts die neu entstandenen Chausseen, andere wurden zur Betonung von Schlössern, herrschaftlichen Gütern oder bedeutenden Bauernhöfen in der Landschaft angelegt. Gepflanzte Bäume können aus kirchlichen (Kirch- oder Pilgerwege, Toten- bzw. Begräbniswege), aber auch aus militärischen oder ökonomischen Motiven entstandene Wege wie Heerstraßen und Handelswege begleiten.<sup>203</sup>

Durch die ehrenamtliche Erfassung und die Förderung von Alleenpat:innen wird ein besonderer Beitrag geleistet, Alleen zu erhalten und vielleicht auch die Neupflanzung vor dem Hintergrund der Hitzevorsorge an Rad- und Wanderwegen anzuregen. Seit 2019 bauen die Schutzgemeinschaft Deutscher Wald e.V. – Landesverband Niedersachsen (SDW) und der Niedersächsische Heimatbund e.V. ein niedersachsenweites ehrenamtliches Netzwerk aus Alleen-Patenschaften auf. Zunächst in ersten Modellregionen betreuen die Pat:innen eigenständig die dortigen Alleen und wirken bei ihrem Erhalt mit. Dazu gehören neben der Pflege des Datenportals mit Dokumentation und Kontrolle des Fortbestandes der Bäume auch die Kartierung neuer Alleen und der Kontakt mit den örtlichen Verwaltungen. Die AlleenPat:innen werden geschult, vernetzt und zu öffentlichkeitswirksamen Aktionen zum Schutz und Erhalt der niedersächsischen Alleen angeregt.

Eigentümer:innen von Parks und Gärten können sich hier aktiv einbringen und zur räumlichen Vernetzung und dem Erhalt beitragen oder sich zumindest dafür in der Öffentlichkeit einzusetzen.



Abbildung 33: Julia Rex skizzierte Möglichkeiten, sich aktiv an der Erhaltung von Alleen zu beteiligen  
(Foto: Grünwald)

<sup>202</sup> Land Niedersachsen 2020, S. 2

<sup>203</sup> [www.niedersaechsischer-heimatbund.de/projekte/alleen-in-niedersachsen/](http://www.niedersaechsischer-heimatbund.de/projekte/alleen-in-niedersachsen/)

### 6.3.3 Gesundheitsfördernde Angebote in Parks oder Gärten



Entsprechend des gesundheitsfördernden Schwerpunktes eines Parks oder Gartens sind externe Gesundheitsanbieter:innen zur Entwicklung und Umsetzung von gesundheitsfördernden Angeboten einzubeziehen. Sie sollten entsprechend qualifiziert und zertifiziert sein. So kann es zu einer ressourcenschonenden Zusammenarbeit kommen, die auch das nötige Maß an Qualität der Angebote gewährleistet.

Die Ackerpause z.B. richtet sich an Erwachsene und bietet mit Office Gardening und Urban Farming didaktisch aufbereitete handfeste Erfahrungen zum Thema Ernährungsbildung durch Gartenarbeit. Für Kinder bzw. Jugendliche wird die Gemüse Ackerdemie oder die Ackerracker angeboten. Initiativen wie die Ackerhelden stellen häufig am Stadtrand Raum zur Verfügung, auf dem unter Anleitung biologisch Gemüse angebaut und geerntet werden kann. Zu den Aufgaben gehören dann auch die Betreuung und Bewässerung der Flächen.<sup>204</sup>

Über den LandesSportbund und die lokalen Sportvereine aber auch in Zusammenarbeit mit am Markt agierenden Akteuren kann die Initiative Sport im Park einen niedrigschwlligen Zugang bieten. Die Angebote sind häufig kostenlos und die Teilnahme ist jeweils für einzelne Sport- und Bewegungskurse möglich. Im Park oder Garten kommen die besonderen gesundheitsfördernden Aspekte der grünen Umgebung zum Tragen, wenn es in den Indoor-Locations zu heiß werden würde.

### 6.3.4 Vermittlung



Die Vermittlung muss auf der Basis eines Konzeptes und eines Umsetzungsplanes beruhen. Die erfolgte Zuordnung zu einem Cluster bildet dabei den Rahmen für die zukünftige Vermittlung der gesundheitsfördernden Wirkung des Parks oder Gartens. Über die Cluster kann auch das Potential des Parks oder Gartens für die potentiellen Gesundheitsanbieter:innen kommuniziert werden.

Um die besonderen gesundheitsfördernden Wirkungen des Parks oder Gartens zu stärken, sind geeignete Formate zu entwickeln und Kanäle anzusprechen. Soziale Medien und Outdoor-Portale sollten dabei mitbedacht werden.

Um Menschen generell zum Aufsuchen von Parks und Gärten zu motivieren, spielen Aspekte der Pflege, der Sicherheit, der Ausstattung mit Sportmöglichkeiten sowie eine bessere Erreichbarkeit eine wichtige Rolle. Dies ergab eine forsa Untersuchung bei Bewohner:innen von Städten über 100.000 Einwohner über 14 Jahre zur Gesundheitsförderung von Parks und Gärten.<sup>205</sup>

<sup>204</sup> [www.ackerhelden.de](http://www.ackerhelden.de)

<sup>205</sup> Frosa 2015, S. 7

### 6.3.5 Marketing und Kommunikation



Auch das Marketing für einen Park oder Garten sollte auf einer eigens erstellten Konzeption und Planung fußen. Die umfasst die Auswahl eines Profilierungsansatzes gemäß den Clustern und die Zieldefinition „Was wollen wir erreichen?“

Forschungen haben gezeigt, dass Gesundheitsbewusstsein und entsprechendes Handeln ungleich verteilt ist über bestimmte Gruppen (Lebensphasen, Geschlecht, sozialer Status, ...). Aus dem unterschiedlichen Bewusstsein ergeben sich auch verschiedene potentielle Zielgruppen für die zukünftige Kommunikation. Bei Nutzern von Parks und Gärten besteht eine sehr weit verbreitete Wahrnehmung zur Wirkung von Parks und Gärten auf die Gesundheit. 94 % der Befragten glauben, dass sich der Aufenthalt auf das körperliche und seelische Wohlbefinden auswirkt.<sup>206</sup>

Kolip sieht in der Gesundheitsprävention unterschiedliche Hemmnisse. Zum einen liegt der Fokus häufig auf der Vermittlung von Wissen und blendet dabei Motivationslagen aus. Außerdem werden die Bedürfnisse der Zielgruppen nicht berücksichtigt. Gesundheitsförderung und Prävention sind oft auch mittelschichtorientiert. Sie sieht eine Möglichkeit zur Verhaltensänderung in der geänderten Gestaltung des Umfeldes und nennt das Beispiel der Walkability des Lebensumfeldes oder die Verbesserung der Radwegenetze.<sup>207</sup>

Um bekannter zu werden und seine Qualität zu kommunizieren, ist die Teilnahme an Wettbewerben in Erwägung zu ziehen. Der Kurpark Bad Pyrmont ist z.B. beim Green Flag Award ausgezeichnet worden.<sup>208</sup> Wichtigste Voraussetzung für einen „Green Flag Park“ bildet ein erfolgreiches Parkmanagement mit gutem Marketing. Die Bindung der Gemeinde und der Besucher:innen an den Park ist ebenfalls wichtiger Bestandteil, um den Award zu erhalten und wird in besonders positiven Fällen mit dem „Community Award“ an Parkeigentümer:innen oder engagierte Gruppen ausgezeichnet. Vergeben wird er über das Gartennetz Deutschland. Für Eigentümer von Parks und Gärten kann die Zertifizierung eines Parks oder Gartens für ökologisches Gärtnern durch die Initiative „Natur im Garten“ interessant sein.

---

<sup>206</sup> Forsa 2015, S. 11

<sup>207</sup> Kolip 2019, S. 10

<sup>208</sup> [www.gartennetz-deutschland.de/news/1/312316/nachrichten/preistr%C3%A4ger-green-flag-awards-2018-2019.html?browser=1](http://www.gartennetz-deutschland.de/news/1/312316/nachrichten/preistr%C3%A4ger-green-flag-awards-2018-2019.html?browser=1)

### 6.3.6 Finanzierung und Förderung



Die Cluster helfen beim Aufbau eines Finanzierungskonzeptes zur gesundheitsfördernden Neugestaltung oder zur Umgestaltung und Ansprache von Fördermittelgeber:innen. Die konzeptionelle Verbindung von gesellschaftlich relevanten Themen kann zur Eröffnung neuer Finanzierungsmöglichkeiten führen. Spielplatzbau ließe sich z.B. mit anderen Schwerpunkten wie Klimaschutz, Gesundheitsvorsorge, Inklusion, Biodiversität oder Regenwasserbewirtschaftung im Sinne der Multicodierung kombinieren.<sup>209</sup> Die Aktion "Schulhofräume" des Deutschen Kinderhilfswerks fördert z.B. Ideen von Schüler:innen, Lehrer:innen und Eltern für eine naturnahe, ökologische Umgestaltungen der Schulumgebung.<sup>210</sup>

Weiterführende Informationen und Handlungsempfehlungen zur Entwicklung konkreter Fördervorhaben werden in den nachfolgenden Kapiteln gegeben.

### 6.3.7 Vernetzung



Betreiber:innen von Parks und Gärten sollten eine regionale oder thematische Vernetzung mit anderen Betreiber:innen aktiv anstreben. Damit kann ein Erfahrungsaustausch bei der Entwicklung gesundheitsfördernder Parks und Gärten stattfinden und die Wahrnehmung des Themas und jedes einzelnen Parks oder Gartens gesteigert werden.

## 6.4 Empfehlungen für Gesundheitsanbieter:innen

### 6.4.1 Die Zielgruppe der Gesundheitsanbieter:innen

Die Zielgruppe der Gesundheitsanbieter:innen ist sehr vielfältig in Niedersachsen. Sie sind in allen sieben Aktionsfeldern zu finden. Die Handlungsempfehlungen zielen darauf ab, die Gesundheitsanbieter:innen für den Mehrwert zu sensibilisieren, der sich aus der Verknüpfung von Angeboten mit Parks und Gärten ergibt. Die Bereitstellung von Angeboten soll gefördert und ihre Qualität gesichert werden. Die Anbieter:innen sind im Bereich der Verwaltungen, der Verbände und Vereine sowie der am Markt tätigen Einzelakteure oder Unternehmen zu finden. Darunter sind auch ausbildende Akteure und Veranstalter:innen von Angeboten. Die Palette reicht von kurativen, präventiven, therapeutischen oder palliativen Angeboten bis hin zu Wellness und Wohlergehen.

<sup>209</sup> Eckhardt 2022

<sup>210</sup> Kommunen für biologische Vielfalt e.V. 2/2022, S. 5

#### 6.4.2 Infrastruktur Parks und Gärten



Gesundheitsakteure, die konkrete Angebote in Parks und Gärten entwickeln wollen, sollten Kontakt zu Betreiber:innen von Parks und Gärten aufnehmen. Dabei können die Aktionsfelder dieser Potentialentwicklungsstudie eine Hilfestellung geben. Dem jeweiligen gesundheitsfördernden Aspekt sind passende Parktypen zugeordnet, über die sich entsprechende Freiräume im jeweiligen Umfeld finden lassen.

Aus der Fachsicht der Gesundheitsanbieter:innen sind auch Anforderungen an die bauliche Ausgestaltung des Parks oder Gartens zu definieren. Dabei kann z.B. der Flächenbedarf und die nötige grün-blaue Ausstattung für kurative, präventive, therapeutische oder palliative Angebote ermittelt werden.

Außerdem müssen Kooperationsansätze identifiziert und die Aufgabenteilung mit Partner:innen festgelegt werden.

#### 6.4.3 Gesundheitsfördernde Angebote in Parks oder Gärten



Gesundheitsfördernde Angebote müssen eine entsprechende Qualität haben und sind von qualifizierten Anbieter:innen durchzuführen. Dies gilt insbesondere auch, wenn diese im Sinne der Präventionsleistungen für Nutzer:innen z.B. durch die Krankenkassen gefördert werden. Die Gesundheitsförderungs- und Präventionsleistungen in Lebenswelten wie Kitas, Schulen oder Kommunen sind in § 20a SGB V geregelt. Auch die Leistungen der betrieblichen Gesundheitsförderung nach § 20b Abs. 2 SGB V sind dem Setting-Ansatz zuzuordnen. Damit werden die Menschen in ihrem unmittelbaren Lebensumfeld angesprochen und erreicht. Außerdem wird dieses Lebensumfeld selbst zum Gegenstand gesundheitsförderlicher Veränderungen (Verhältnisprävention). Bei Maßnahmen der lebensweltbezogenen Gesundheitsförderung und Prävention (Setting-Ansatz) werden verhältnis- und verhaltenspräventive Elemente miteinander verknüpft. Voraussetzung für die Anerkennung einer Institution der Aus-, Fort- und Weiterbildung (außer Hochschulen) als „staatlich anerkannt“ ist ein von der im jeweiligen Bundesland für das Anerkennungsverfahren zuständigen Behörde ausgestellter schriftlicher Nachweis. Das Angebot muss zudem in einen für die Aus-, Fort- und Weiterbildung relevanten Bereich im Sinne des Leitfadens Prävention staatlich anerkannt sein.<sup>211</sup> Das Prüfsiegel wird in den vier Handlungsfeldern Bewegung, Ernährung, Stress- und Ressourcenmanagement und Suchtmitteleinsatz als Zertifizierung für Präventionskurse vergeben, die von den gesetzlichen Krankenkassen anerkannt sind.<sup>212</sup> Über alle vier Handlungsfelder lassen sich Bezüge zu gesundheitsfördernde Parks und Gärten herstellen, auch wenn im Bereich der Suchtprävention Parks und Gärten noch gar nicht ausreichend auf ihren Einsatz als geeignetes Setting untersucht wurden. Zum mindesten wurden in der Potentialrecherche keine Angebote in Niedersachsen gefunden.

Darüber hinaus können auch eigene Maßnahmen zur Überprüfung und Sicherung der Qualität von Anbieter:innen z.B. über geschützte Bezeichnungen und Zertifikate wie das Grünberg-

---

<sup>211</sup> [www.gkv-spitzenverband.de/krankenversicherung/praevention\\_selbsthilfe\\_beratung/praevention\\_und\\_bgf/leitfaden\\_praeven-tion/leitfaden\\_praevention.jsp](http://www.gkv-spitzenverband.de/krankenversicherung/praevention_selbsthilfe_beratung/praevention_und_bgf/leitfaden_praeven-tion/leitfaden_praevention.jsp)

<sup>212</sup> [www.zentrale-pruefstelle-praevention.de/](http://www.zentrale-pruefstelle-praevention.de/)

Zertifikat „GZ Gartentherapie“ entwickelt werden, dass die Voraussetzung der Säule der Weiterbildung zur Registrierung als Gartentherapeut:in nach IGGT erfüllt.<sup>213</sup>

Übertragbar sind diese Ansätze auf Angebote der anderen Aktionsfelder z.B. für Bewegung, Entspannung im Park oder Garten oder zur gartenbasierten Ernährungsbildung; auch um als Gesundheitsanbieter:in i.S.d. § 20 SGB V als zertifizierte, ausgebildete Trainingsleiter:in tätig sein zu können.

#### 6.4.4 Vernetzung



Akteure von gesundheitsfördernden Angeboten in Parks oder Gärten sollten sich untereinander stärker vernetzen – ausgerichtet auf ihrer Themenschwerpunkte, die auch den Aktionsfeldern dieser Studie entsprechen können. Darüber hinaus wäre eine Vernetzung der Akteure von gesundheitsfördernden Angeboten in Parks oder Gärten in einer Region wichtig, z.B. damit Synergien entstehen und die Angebote von den Nutzer:innen deutlicher wahrgenommen werden können.

Zur Vernetzung mit gartenkulturellen Akteuren sollte der Mehrwert einer solchen Kooperation, der nicht nur monetär zu betrachten ist, herausgestellt werden. Unter dem Aspekt der Prävention sollten Anbieter auch die Zusammenarbeit mit Krankenkassen, Sozialverbänden und Rentenversicherungen suchen.

Die Betriebskrankenkasse BKK24 mit Sitz in Oberkirchen beispielsweise hat im Rahmen der Präventionsbestrebungen die Initiative „Länger Besser Leben“ aufgelegt.<sup>214</sup> Aus den Erkenntnissen der EPIC-Studie hat sie ein alltagstaugliches Programm für Gesundheitsförderung und Wohlbefinden geschaffen, an dem alle kostenlos und unabhängig von einer Mitgliedschaft mitmachen können. Dazu erhalten Interessierte monatlich nützliche und auf die Jahreszeiten abgestimmte Gesundheitstipps und Aktionsangebote, für die im Kontext dieser Untersuchung die Aspekte regelmäßige Bewegung oder vitamin- und ballaststoffreiche Ernährung relevant sind. Diese verweisen z.B. auf Sport im Park in Stadthagen oder auf die 3000-Schritte-Route, in die der Schlossgarten Stadthagen einbezogen ist.

Das gegründete „Länger besser leben“-Institut, das seinen Sitz an der Hochschule Weserbergland HSW in Hameln hat, nimmt aktuell Bezug zu den Folgen des Klimawandels auf die Gesundheit und informiert über Möglichkeiten zum Gegensteuern über Parks und Gärten z.B. in Zusammenarbeit mit der Deutschen Allianz Klimawandel und Gesundheit KLUG. Darüber sollte versucht werden, konkrete Parks und Gärten und deren Angebote einzubinden.

<sup>213</sup> [www.iggt.eu/de](http://www.iggt.eu/de)

<sup>214</sup> <https://www.bkk24.de/lbl.html>

#### 6.4.5 Finanzierung und Förderung



Die Cluster helfen beim Aufbau eines Finanzierungskonzeptes zur Entwicklung von gesundheitsfördernden Angeboten in Parks und Gärten oder zur Ansprache von Fördermittelgeber:innen. Die Bereitstellung dieser Dienstleistungen sollten in jedem Fall auf ihre Wirtschaftlichkeit auf der Grundlage eines professionellen Businessplanes überprüft werden.

Die Gesellschaft für Gartenbau und Therapie GGuT e.V. unterstützt fachlich mit Vernetzung, Erfahrungsaustausch und Fortbildungen und fördert entsprechende sozialwissenschaftliche Arbeiten und Forschungen.<sup>215</sup>

#### 6.4.6 Marketing und Kommunikation



Bei der Entwicklung von gesundheitsfördernden Angeboten in Parks und Gärten ist eine fundierte Konzeption für das Marketing zu erarbeiten und entsprechende Maßnahmen als Marketingmix zu bedienen.

In der Produktentwicklung sind Maßnahmen zur Überprüfung und Sicherung der Qualität von Anbieter:innen und Angeboten (Bezeichnungen und Zertifikate) zu berücksichtigen. Die Internationale Gesellschaft Garten Therapie (IGGT) z.B. bündelt viele ähnliche Institutionen und engagiert sich in der Qualitätssicherung der Bildungsangebote.<sup>216</sup>

In der Werbung sind ggf. unbedingt die zu erwartenden Wirkungen oder der Ausschluss von therapeutischen Effekten zu kommunizieren. Für Nutzer:innen können Förderungsmöglichkeiten wie beispielsweise der Gesundheitsurlaub mit Krankenkassenzuschuss<sup>217</sup> als Anreiz zur Wahrnehmung der Angebote aufgezeigt werden. In der Vermarktung sollten gemäß der Aktionsfelder die anzusprechenden Zielgruppen und dazu passende Kommunikationswege genau geprüft werden.

Um Menschen bzw. Zielgruppen zu erreichen, müssen ihre Befindlichkeiten und Orientierungen, ihre Werte, Lebensziele, Lebensstile und Einstellungen bekannt und verstanden werden: wie sie sich und ihre Umwelt wahrnehmen, was sie mögen und was nicht, wie sie leben, denken, fühlen, entscheiden. Das hat Konsequenzen für die Kommunikation, die in der heutigen Aufmerksamkeitsökonomie nicht nur das vernünftige Argument liefert, sondern die Zielgruppe darüber hinaus emotional und sinnlich „packen“ muss.<sup>218</sup> Bestehende Gruppen der Sinus-Milieus können in die Überlegungen einbezogen werden. Neue Trends sind ebenfalls zu berücksichtigen. Das SINUS-Institut integrierte z.B. die Entwicklungen und die Menschen hinter der Gruppe der LoHaS (nach engl. Lifestyles of Health and Sustainability) in seine Trendforschung. Bei ihnen könnte eine besondere Affinität mit dem Thema Gesundheitsförderung durch Parks und Gärten bestehen.

Eine aktuelle Forsa-Untersuchung zeigt, dass zwar 75 % der befragten Bewohner:innen von Städten über 14 Jahre ihrer Gesundheit etwas Gutes, aber nur 25 % etwas zur gezielten

---

<sup>215</sup> [www.ggu.org](http://www.ggu.org)

<sup>216</sup> [www.iggt.eu/de](http://www.iggt.eu/de)

<sup>217</sup> [www.krankenkasseninfo.de/ratgeber/magazin/00306/praeventionsreisen-urlaub-mit-kassenzuschuss.html](http://www.krankenkasseninfo.de/ratgeber/magazin/00306/praeventionsreisen-urlaub-mit-kassenzuschuss.html)

<sup>218</sup> Sinus GmbH 2021

Vorbeugung bzw. Regeneration von Krankheiten tun wollen.<sup>219</sup> Dabei gibt es deutliche Unterschiede bei der Motivation in Sachen Gesundheit. Für Ältere ist es häufiger genauso wie für Westdeutsche. 22 % aller Befragten haben ein Interesse an Sportangeboten in Parks und Gärten. Dieser Prozentsatz erhöht sich um ein Vielfaches bei Frauen und Menschen unter 45 Jahren mit höherer Bildung.<sup>220</sup>

Beim Sport im Park lässt sich die jüngere Zielgruppe zeitgemäß ansprechen mit dem „Renew Pocket Events - Braunschweigs Fitness Weekend“, das im Bürgerpark, Prinzenpark, dem Ringgleis und anderen Outdoor-Standorten vom Sportbund zusammen mit der Bürgerstiftung veranstaltet wird. Der Aspekt der Gesundheit ist dort durch Sport im Grünen gegeben. Vermarktet wird dies in der Kommunikation nicht ausdrücklich. Die Veranstalter setzen in der Ansprache eher auf das urbane, sportliche Lebensgefühl und den Spaß an der gemeinsamen Bewegung, um jungen Menschen zu erreichen und gesundheitsfördernd zu aktivieren. Die Stadt Garbsen schuf in einem benachteiligten Stadtteil im Stadtteilpark „Auf der Horst“ einen neuen Park mit vielfältigen Bewegungsangeboten. Darunter befindet sich beispielweise eine Parcoursanlage, die insbesondere Jugendliche anspricht und zeitgemäße Aktivitäten ermöglicht.

Die Gärten und Parks in den ländlichen Räumen haben die Chance, nahe der Verdichtungsräume ihre gesundheitsfördernden Aspekte fokussiert zu transportieren. Dazu gehört die parkspezifische Infrastruktur ebenso wie die Angebote in Zusammenarbeit mit Gesundheitsanbietern. Hier haben die Gesundheitsanbieter die Chance, die besondere Umgebung für ihr Angebot herauszustellen und als zusätzlichen Mehrwert in der Kommunikation zu nutzen.

## 6.5 Politik

### 6.5.1 Allgemeines

Das Ziel von Gesundheitspolitik ist die Verbesserung der gesundheitlichen Lage der Bevölkerung. Das schließt Interventionen zur Senkung von Erkrankungswahrscheinlichkeiten (Prävention, Krankheitsprävention und Gesundheitsförderung) durch Minderung pathogener Belastungen und die Förderung salutogener Ressourcen (Salutogenetische Perspektive) ein.<sup>221</sup> Politik hat dabei nicht nur eine normative Funktion, sondern ihr kommt auch immer eine richtungsweisende und meinungsbildende Funktion zu.

Handlungsempfehlungen richten sich an alle politischen Ebenen in Deutschland und in der Europäischen Union. Durch die unterschiedlichen gesundheitsfördernden Effekte von Gärten und Parks wirken sie sowohl aus salutogenetischer als auch pathogenetischer Perspektive. Sie betreffen aufgrund ihres Querschnittscharakters vielfältige Politikbereiche wie Arbeitsmarktpolitik, Baupolitik, Behindertenpolitik, Bildungspolitik, Familienpolitik, Finanzpolitik, Gesundheitspolitik, Innenpolitik, Jugendpolitik, Landwirtschaftspolitik, Kulturpolitik, Schulpolitik, Sozialpolitik, Sportpolitik, Steuerpolitik, Umweltpolitik, Verbraucherschutzpolitik, Verkehrspolitik und Wirtschaftspolitik. Die Gesundheitsförderung von Parks und Gärten ist in allen Belangen zu verankern und in entsprechende Gesetze und Verordnungen zu bringen.

<sup>219</sup> Forsa 2015, S. 5

<sup>220</sup> Forsa 2015, S. 9

<sup>221</sup> [www.leitbegriffe.bzga.de/alphabetisches-verzeichnis/gesundheitspolitik/](http://www.leitbegriffe.bzga.de/alphabetisches-verzeichnis/gesundheitspolitik/)

## 6.5.2 Infrastruktur Parks und Gärten



Die Diskussion um die Grüne Infrastruktur und die aktuellen Bestrebungen zum Klimaschutz und zur Klimaresilienz schaffen wichtige Grundlagen, die auch die Gesundheitsförderung beeinflusst. Auch unter dem Aspekt der Umweltgerechtigkeit laufen umfassende interdisziplinäre Forschungen. Betrachtungen der Wirkzusammenhänge von Umwelt, Gesundheit und sozialer Lage im stadt- und sozialräumlichen Kontext sowie Analysen der Umsetzungspraxis auf der kommunalen Ebene liegen vor.<sup>222</sup> Sie räumen Parks und Gärten zur Gesundheitsförderung einen besonderen Stellenwert ein.<sup>223</sup>

Das Umweltbundesamt formuliert konkrete Handlungsempfehlungen, um Umweltgerechtigkeit in relevanten Politikfeldern programmatisch, rechtlich und instrumentell zu verankern. Schon die Gesundheit von Kindern und Jugendlichen wird vom Sozialstatus der Eltern geprägt. Zwischen der niedrigsten und der höchsten Einkommensgruppe in Deutschland werden heute Unterschiede in der Lebenserwartung (bei Geburt) von 8,4 Jahren bei Frauen und 10,8 Jahren bei Männern berechnet. Menschen mit niedrigem Sozialstatus nehmen zudem Präventionsangebote seltener wahr und Menschen mit Migrationshintergrund stellen in der Gesundheitsförderung aufgrund gesundheitskultureller Unterschiede große Herausforderungen dar.<sup>224</sup>

Auf der politischen Ebene ist eine stärkere Verankerung der Grünen Infrastruktur und der Gärten und Parks u.a. im Bauleit- und Planungsrecht weiter auszubauen. Der neue Leiter der Gartenamtsleiterkonferenz Dittmar verweist ausdrücklich auf die gesundheitsfördernde Wirkung von Parks und Gärten und spricht sich ausdrücklich dafür aus: „*Dieses Verständnis der grünen Infrastruktur muss nicht nur wieder in der Stadtentwicklung fest verankert, sondern auch im Baugesetzbuch als gleichrangiger Bestandteil aufgenommen werden. Es ist unverzichtbar, dass das wichtigste Gesetz zum Bauplanungsrecht die grüne Infrastruktur künftig als wichtigen und mindestens gleichrangigen Belang anerkennt, regelmäßig deren Wert benennt und deren Einfluss auf die Struktur, Gestalt und Entwicklung unserer Städte sichert. Hierfür bedarf es nicht nur einer klaren Positionierung der grünen Infrastruktur im allgemeinen Städtebaurecht, sondern auch eine Überprüfung und Anpassung der städtebaulichen Instrumente zur dauerhaften Sicherung und Entwicklung der grünen Infrastruktur.*“<sup>225</sup> Er geht gedanklich noch einen Schritt weiter: „*Aus meiner Sicht gewinnt die These, unter dem Eindruck der Klimakrise die Stadt vom Freiraum her zu denken, eine noch größere Bedeutung. Daher die Frage, ob wir der grünen Infrastruktur im Baugesetzbuch nicht sogar einen Vorrang einräumen müssen.*“

Cecil Konijnendijk, niederländischer Wissenschaftler und Experte für urbane Wälder, fordert zum Beispiel sehr leicht verständlich und plakativ Chancengleichheit im Zugang zu gesundheitsfördernden Parks und Gärten mit der 3-30-300-Regel herzustellen. Mindestens 3 Bäume in Sichtweite von jedem Haus. Jede Nachbarschaft sollte zu 30 % mit Baumkronen oder Vegetation bedeckt sein. Niemand sollte mehr als 300 Meter von einem größeren Park oder einer Grünfläche entfernt wohnen.<sup>226</sup>

---

<sup>222</sup> UBA 2022, S. 10

<sup>223</sup> Ebenda, S. 12

<sup>224</sup> RKI, S. 7 und S. 8-9

<sup>225</sup> Dittmar 2022

<sup>226</sup> [www.nbsi.eu/the-3-30-300-rule/](http://www.nbsi.eu/the-3-30-300-rule/)

In der Gesundheitspolitik und der gesellschaftlichen Wahrnehmung muss ein Umdenken weg vom pathogenetischen zum salutogenetischen Ansatz erfolgen. Die Gesundheit und das Wohlergehen von Kindern und Jugendlichen sind besonders durch die UN-Kinderrechtskonvention (KRK) in Art. 24 zur Gesundheitsvorsorge und in Art. 13 zur Informations- und Meinungsfreiheit geschützt.<sup>227</sup> Deren Bedeutung für die Bereitstellung von gesundheitsfördernden Parks und Gärten in kindgerechter Nähe zum jeweiligen Lebensumfeld und das Einräumen geeigneter Maßnahmen zur Beteiligung in Planungsprozessen von Grünräumen ist weiterhin auf eine angemessene Umsetzung zu prüfen.

Die geringe Wahrnehmung der gravierenden Ungerechtigkeiten in Gesellschaft und Politik führt dazu, dass trotz leistungsfähigem Gesundheitssystem die Gesundheit und die individuelle Lebensdauer stark vom sozialen Status und dem Zugang zu Bildung abhängt. Umweltmediziner:innen machen deutlich, dass Krankheitslasten oft räumlich und sozial ungleich verteilt sind. Umwelt- und soziale Belastungen kommen dabei oft gemeinsam vor. Noch immer besteht der Versuch, bei der Prävention den Hochrisikoansatz zu fahren. Sinnvoller erscheint aktuellen Untersuchungen zu Folge der Ansatz der populationsbezogenen Strategie zu sein, bei dem größere Effekte für die gesamte Bevölkerung zu erwarten sind. Dadurch wird insgesamt die Krankheitskurve hin zu mehr Prävention verschoben („Shifting the Curve“).<sup>228</sup> Die Politik muss derartige Ansätze verstärkt prüfen und deren Umsetzung verfolgen, da grüne Infrastruktur und vor allem Parks und Gärten dabei eine wichtige Rolle einnehmen.

### 6.5.3 Gesundheitsfördernde Angebote in Parks und Gärten



Die Förderung der Gesundheit durch Angebote in Gärten und Parks muss von der Politik erkannt werden und durch Aufnahme in die landespolitische Ausrichtung bzw. in die Leitlinien und Gesetzgebungen der Gesundheitspolitik eingebunden werden.

Außerdem muss eine Implementierung des Themas in vorhandenen Organisationen oder bei Sozialversicherungsträger:innen wie der Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen e.V. (LVG & AFS) mit der Koordinierungsstelle Gesundheitliche Chancengleichheit Niedersachsen stärker geprüft und verfolgt werden.

### 6.5.4 Vernetzung



Aufgrund der Querschnittswirkung von Parks und Gärten ist auf der politischen Ebene für eine Bereitstellung von Strukturen der ressortübergreifenden Zusammenarbeit für gesundheitsorientierte Angebote zu sorgen.

<sup>227</sup> UN Konvention des Rechtes des Kindes vom 20.11.1989

<sup>228</sup> Vortrag „Sag mir, wo Du wohnst und ich sage Dir, welche Krankheiten Du hast- wie die Umwelt zur gesundheitlichen Ungleichheit beiträgt.“ Von Prof. Dr. med Barbara Hoffmann, Institut für Arbeits-, Sozial- und Umweltmedizin, Uni Düsseldorf beim Xplanatorium „Verlorene Jahre – Hintergründe und Folgen gesundheitlicher Ungleichheit“ Leopoldina Lecture der Volkswagen Stiftung in Hannover, 20.10.2020.

### 6.5.5 Vermittlung



Die Politik kann sich durch Programme und Kampagnen für die Vermittlung der Relevanz und der Chancen für die Region und das Land Niedersachsen einsetzen und somit Impulse für die unterschiedlichen Stakeholder geben.

Sie kann durch eine konkrete Aufnahme in Programme wie z.B. in die Curricula des Freiwilligen Sozialen Jahres (FSJ) oder des Freiwilligen Ökologischen Jahres (FÖJ) die gesundheitsfördernden Wirkungen von Parks und Gärten bekannt machen und so Menschen durch die praktische Auseinandersetzung für die Gesundheitsförderung sensibilisieren.

### 6.5.6 Marketing und Kommunikation



Das Leitbild einer nachhaltigen Tourismusentwicklung hat sich in der politischen und exekutiven Auseinandersetzung mittlerweile weitgehend durchgesetzt. Anknüpfend an diese Entwicklung ist nicht nur Naturtourismus, sondern auch Garten- und Gartengesundheitstourismus als Wirtschaftsfaktor zu verstehen und in das Landes- und Kommunalmarketing aufzunehmen.

### 6.5.7 Finanzierung und Förderung



Seitens der Politik muss darauf hingewirkt werden, dass eine stärkere Förderung der Pflege von Parks und Gärten zur Gewährleistung ihrer gesundheitsfördernden Wirkung in allen entsprechenden Strukturen umgesetzt werden kann. 2009 bemängelte das Gartennetz Deutschland, dass erforderliche Pflegestandards für Grün nicht eingehalten werden und lediglich die Fertigstellungs- nicht aber die Entwicklungspflege förderfähig ist.<sup>229</sup> Da Befragungen zeigen, dass der Pflegezustand von Gärten und Parks eine enorme Bedeutung für die Nutzer:innen hat, handelt es sich dabei um einen nicht zu vernachlässigenden Tatbestand.

Enzmann fordert darüber hinaus, dass die Anlage von essenziell notwendigen Patientenparks ähnlich wie der Hochbau förderfähig sein muss. Er verweist dabei auf Vollmer, die eine andere Raumwahrnehmung von Kranken hervorhebt. Den Bedürfnissen dieser Klientel müsse Rechnung getragen werden.<sup>230</sup>

Gesetze wie das „Gesetz zur Weiterentwicklung der Gesundheitsversorgung“ sind auf ihre Relevanz für die Gesundheitsförderung von Parks und Gärten durch Experten zu prüfen. Das Gleiche gilt für die Stärkung der medizinischen Vorsorgeleistungen (früher: Kur) und medizinischen Rehabilitationsmaßnahmen, die einen starken Abwärtstrend erleben, obwohl die Kur- und Erholungsorte eine wichtige gesundheitspolitische Rolle spielen. Sie leisten auch einen wesentlichen Beitrag für den Erhalt von qualifizierten Arbeitsplätzen und die Förderung der lokalen Wirtschaft vor allem im ländlichen Raum.<sup>231</sup> Bisherige Einschnitte in diesem Bereich

---

<sup>229</sup> Gartennetz Deutschland 2010, u.a. S. 109-115 und S. 105-109

<sup>230</sup> Enzmann 2018, S. 15

<sup>231</sup> [www.aerzteblatt.de/nachrichten/70138/Kur-und-Erholungsorte-in-NRW-verlieren-Kunden](http://www.aerzteblatt.de/nachrichten/70138/Kur-und-Erholungsorte-in-NRW-verlieren-Kunden)

führten zu erheblichen Raum- und Funktionsverlusten in der großen Gruppe der Kurparke z.B. in der Region Harz.

Aktuell plant die Bundesregierung, von 2021 bis 2024 circa 250 vegetable und bauliche Projekte mit Kosten von insgesamt bis zu 300 Millionen Euro für investitionsvorbereitende, begleitende und konzeptionelle Maßnahmen in urbanen Grün- und Freiräumen zur Verfügung zu stellen. Dies ist aus Sicht der GALK aber nicht ausreichend. Zudem fehlt ein eigenständiges Förderprogramm für die grün-blaue Infrastruktur.<sup>232</sup> Und es ist unbedingt zu prüfen, ob und wie konsumtive Maßnahmen finanziert werden können.

Das öffentlich zugängliche Grün unterliegt zu einem sehr großen Teil den Kommunen, seltener auch den Landkreisen, und wird als freiwillige Aufgabe unterschiedlich stark gewürdigt und berücksichtigt, insbesondere bei finanzschwachen Trägern. Hierbei kommt es häufig zu großen Verlusten von gesundheitsfördernden Qualitäten in den Parks und Gärten durch Reduzierung der Haushaltsmittel für Pflege und Fachkompetenz.

Es sollte geprüft werden, ob Parks und Gärten in den Status der Pflichtaufgaben von Kommunen im eigenen Wirkungskreis gehoben werden können. Die Bestimmung und Zuordnung der Aufgaben der Kommunen erfolgt in der Regel durch den jeweiligen Landesgesetzgeber und zum Teil auch durch den Bundesgesetzgeber<sup>233</sup>

Da die Kommunen nur dann die freiwilligen Aufgaben übernehmen, wenn ihnen nach ordnungsgemäßer Erfüllung der Pflichtaufgaben überhaupt noch finanzielle Mittel verbleiben<sup>234</sup>, könnte zumindest für eine andere Priorisierung im eigenen Wirkungskreis seitens der lokalen oder regionalen Politik gesorgt werden.

Die Bereitstellung von Budgets für die Unterstützung und Bearbeitung des gesundheitsfördernden Angebotes in Parks und Gärten ist zu prüfen. Ein Sonderförderprogramm wäre für das Gartenland Niedersachsen richtungsweisend. Zumindest könnte man die Gesundheitsförderung durch Parks und Gärten für die Umsetzung in Förderprogrammen als vorrangig zu bewerten einstufen; ähnlich wie für die Entwicklung der Landesmarkensäule Gartenträume in Sachsen-Anhalt.

Die Aufnahme der Prävention und Gesundheitsförderung von Gärten und Parks in neuen oder zu aktualisierenden Förderprogramme z.B. bei Programmen zur Klimafolgenanpassung, Tourismus sowie Dorfentwicklung und LEADER und Bezugnahme zu aktuellen relevanten Problemen wie Sterblichkeit durch Feinstaubbelastungen wäre dringend notwendig.

Zur Förderung des bürgerschaftlichen Engagements müssen ebenfalls Rahmenbedingungen auf der politischen Ebene angepasst werden. Damit z.B. Stiftungen und Vereine explizit die gesundheitsfördernde Wirkung von Parks und Gärten durch eine Ausweitung ihrer Förderziele fördern können, müsste u.a. die Überprüfung und Anpassung der Abgabenordnung § 52 AO „Gemeinnützige Zwecke“ erfolgen.

In der Förderung der ländlichen Entwicklung gilt es, die Aufgabe der gesundheitsfördernden Wirkung in den Anlagen und der Infrastruktur der ländlichen Räume aufzunehmen und damit diese Funktion zu stärken. Modellvorhaben wie „Gesundes Dorf – Bürger:innen gestalten ihre

---

<sup>232</sup> Dittmar 2022

<sup>233</sup> UBA 2016, S.

<sup>234</sup> UBA 2016, S. 18

„Zukunftsbilder“ und „WirErlebnisGarten“ bieten Ideen für Wirkungsweisen die in eine generelle Förderung überführt werden können.

## 6.6 Verwaltung

### 6.6.1 Zielgruppe Verwaltungen

Als Verwaltungen sind hier alle Institutionen der Exekutive gemeint, auch solche die Eigentümer:innen von Parks und Gärten sind. Die Besonderheit im Vergleich zu den Handlungsempfehlungen für Betreiber:innen von Parks und Gärten liegt in ihrer siedlungsübergreifenden Funktion mit Blick auf den Gesamtfreiraumbestand auch in Abstimmung mit der stadtplanerischen Entwicklung von Siedlungen. Neben den Grünflächen- oder Umweltämtern sind schwerpunktmäßig für dieses Thema z.B. die Gesundheitsämter relevant, die häufig aber im Gegensatz zu den „grünen Ämtern“ den Landkreisen oder der Region zugeordnet sind.

Die Handlungsempfehlungen richten sich an die politischen Verwaltungen und Ressorts weiterer betroffener Handlungsfelder. Ihnen kommt die Umsetzung des politischen Auftrags durch Entwicklung von Programmen sowie der Schaffung von Strukturen zur Vernetzung und Förderung zu.

### 6.6.2 Infrastruktur Parks und Gärten



Das Zukunftsinstitut sieht in dem Thema „Gesundheit“ einen Megatrend, der Forderungen nach ganzheitlichen Public-Health-Ansätzen insbesondere an die Städte heranträgt: „*Immer mehr Menschen wollen nicht mehr nur nicht krank, sondern fit sein. Auf der permanenten Suche nach Kraftquellen sind die Ansprüche an die Lebensqualität in den Städten enorm gestiegen. Ziel der Bewohner ist immer öfter eine Gesamtgesundheit, die über die ständige Selbstoptimierung erreicht und gehalten werden soll. Das muss auch das Umfeld unterstützen.*“<sup>235</sup>

Die Erarbeitung von Integrierten Stadtentwicklungskonzepten und Freiflächenentwicklungsplänen ermöglicht eine großräumige Betrachtung und übergeordnete Entscheidungsfindung für die Entwicklung von Parks und Gärten einer Verwaltungseinheit, die das Ziel der Gesundheitsförderung, der Inklusion und Barrierefreiheit mittransportieren kann. Der integrierte Freiflächengestaltungsplan wurde vom Bund Deutscher Landschaftsarchitekt:innen bdla als Planungsinstrument erarbeitet und als verpflichtender Bestandteil im Bauantragsverfahren mit in die Empfehlungen zur Innenstadtstrategie durch den Beirat Innenstadt beim Bundesministerium des Innern, für Bau und Heimat (BMI) aufgenommen.<sup>236</sup>

Beispielhaft sei hier der Masterplan Grün der Stadt Rheine aufgeführt.<sup>237</sup> Auf der Grundlage einer Bestandserhebung mit Beteiligung einer Bürgerwerkstatt wurde ein gesamtstädtisches Konzept für die Entwicklung der Grün- und Freiflächen und deren Verbindungen in die Landschaft und die Emsaue geschaffen. Die dargestellten Grünverbindungen sollen verbindlich in die Bauleitplanung aufgenommen werden. Außerdem wird angestrebt, auch verschiedene

---

<sup>235</sup> [www.zukunftsinstut.de/artikel/wohnen/health-enviroment-gesunde-staedte/](http://www.zukunftsinstut.de/artikel/wohnen/health-enviroment-gesunde-staedte/)

<sup>236</sup> BMI 2021

<sup>237</sup> [www.rheine.de/stadtentwicklung-wirtschaft/umwelt-und-naturschutz/umweltschutz-bei-der-stadtplanung/m\\_5792](http://www.rheine.de/stadtentwicklung-wirtschaft/umwelt-und-naturschutz/umweltschutz-bei-der-stadtplanung/m_5792)

private Grünflächen von Institutionen des Gemeinbedarfs oder von Sportvereinen zumindest zeitweilig öffentlich zugänglich zu machen.

Der Schaffung von neuem Grün ist dabei unbedingt Priorität einzuräumen, um den Wünschen von Jugendlichen zu entsprechen, die sich in einer Umfrage mit 96 % mehr Grün in den Städten wünschten.<sup>238</sup>

Aktive Gestaltung ist dabei ein Planungsansatz für Straßen und Gebäude, die dann die körperliche Gesundheit und das Wohlbefinden der Bewohner:innen unterstützen und fördern können. Denn Erkenntnisse aus der Neuro-Ästhetik zeigen, dass die monoton strukturierten Gebäude des modernen Städtebaus den Stress erhöhen und deshalb ein anderer Städtebau erforderlich ist, der dem menschlichen Bedürfnis nach Ästhetik nachkommen muss: „People really need aesthetic environments to keep themselves healthy“. <sup>239</sup>

Die Einbeziehung von aktivem Design in die Planung von Projekten und Nachbarschaften fördert einen aktiveren Lebensstil – wie Gehen, Radfahren, Treppensteigen – was letztendlich dazu beiträgt, die Gesundheit von Nachbarschaften und Bewohner:innen zu verbessern. Die 2010 veröffentlichten Active Design Guidelines bieten Architekt:innen und Stadtplaner:innen z.B. ein Handbuch mit Strategien zur Schaffung gesünderer Gebäude, Straßen und urbaner Räume, basierend auf der neuesten wissenschaftlichen Forschung und Best Practices auf diesem Gebiet.<sup>240</sup> Ihre Übertragbarkeit auf deutsche Verhältnisse ist zu überprüfen.

Handlungsempfehlungen wie die in der im Jahre 2007 durch die zuständigen Minister:innen für Raumentwicklung aus 27 EU-Mitgliedstaaten unterzeichneten „Leipzig-Charta zur nachhaltigen europäischen Stadt“ sind weiterhin nicht nur politisch umzusetzen, sondern auch in das kommunale Handeln einzubeziehen. Die Charta empfiehlt, Wohnen, Arbeiten und Freizeit räumlich wieder enger miteinander zu vermischen. Städte können dadurch ökonomisch und sozial stabiler und lebendiger werden.<sup>241</sup> Außerdem richtet sie auch den Fokus auf sozial benachteiligte Quartiere. Hier besteht häufig auch ein Zusammenhang zwischen geringerer Versorgung mit grünen Freiräumen und gesundheitsbelastenden Umwelteinflüssen.

Konkrete Empfehlungen für die Entwicklung von gesundheitsfördernder blau-grüner Infrastruktur und bewegungsfördernden Freiräumen bietet z.B. der „Leitfaden Gesunde Stadt. Hinweise und Stellungnahmen zur Stadtentwicklung“ aus dem Öffentlichen Gesundheitsdienst.<sup>242</sup>

Mit der Änderung des Baugesetzbuches vom 14. Juni 2021 sind Naturerfahrungsräume als Grünflächenkategorie in Bebauungsplänen aufgenommen worden (§ 9 Abs. 1 Nr. 15 BauGB). In den sich aktuell immer weiter verdichtenden Siedlungsbereichen und mit steigenden Nutzungskonkurrenzen ist dies eine wichtige Möglichkeit, um elementare öffentliche Freiflächen für Naturerfahrung verbindlich sichern zu können.<sup>243</sup>

Aus Sicht des Gesundheitsschutzes sollte in Einzelfällen sogar über eine Verlagerung von Standorten der Infrastrukturbereiche für besondere Risikogruppen (Kinder und Senioren) in begrünte und gut durchlüftete Bereiche in Erwägung gezogen werden. Werden Gemeinbedarfseinrichtungen neu geplant, so stellt das Städtebaurecht den Gemeinden zahlreiche

<sup>238</sup> Neue Landschaft 03/2021

<sup>239</sup> Brielmann, A., 2021, Näheres Kap. 3.1.2

<sup>240</sup> [www1.nyc.gov/site/planning/plans/active-design-guidelines/active-design-guidelines.page](http://www1.nyc.gov/site/planning/plans/active-design-guidelines/active-design-guidelines.page)

<sup>241</sup> Bundesministerium für Umwelt, Naturschutz, Bau und Reaktorsicherheit BMUB 2007

<sup>242</sup> LGZ NRW 2019

<sup>243</sup> [www.stiftung-naturschutz.de/unser-projekte/naturerfahrungsraeume-ner-beratungsstelle/was-sind-naturerfahrungsraeume](http://www.stiftung-naturschutz.de/unser-projekte/naturerfahrungsraeume-ner-beratungsstelle/was-sind-naturerfahrungsraeume)

Instrumente für Maßnahmen zur Klimawandelanpassung zur Verfügung (beispielsweise Festsetzungen im Bebauungsplan nach § 9 BauGB, städtebauliche Verträge nach § 11 BauGB)<sup>244</sup>

Für die Sanierung, Neuanlage und Vernetzung von Grünflächen können auch die Programme der Städtebauförderung beansprucht werden. Dies hat die Stadt Bad Nenndorf genutzt, die im Rahmen der Programme „Aktive Stadt- und Ortsteilzentren“ sowie „Zukunft Stadtgrün“ seit 2008 Maßnahmen zur Stärkung der grünen Infrastruktur durchführt, insbesondere die Aufwertung des zentral in der Innenstadt gelegenen Kurparks und seine Vernetzung mit weiteren Parkanlagen bis in die freie Landschaft. Auch die aktuellen Programme der Städtebauförderung „Lebendige Zentren“ sowie „Sozialer Zusammenhalt“ eignen sich zur Umsetzung.

Gute Möglichkeiten zur Ergänzung und Neuanlage von Grünflächen bestehen in der Konversion von Gewerbebrachen. Die Stadt Lehrte hat im Rahmen der Umstrukturierung des Geländes der ehemaligen Zuckerfabrik die Chance genutzt, einen vorhandenen Park in Richtung Stadtzentrum zu erweitern. In Verden wurden Gewerbeflächen und Parkplätze in einen Uferpark umgewandelt.



Abbildung 34: Hohnhorstpark am Wasserturm der ehemaligen Zuckerfabrik Lehrte (Foto: Bukies)

Verwaltungen können im eigenen Zuständigkeitsbereich zumindest dafür Sorge tragen, dass besonders auch benachteiligte Quartiere mit Straßenbäumen durchgrünt werden. Die LIFE Studie der Medizinischen Fakultät Leipzig macht deutlich, dass die positiven gesundheitsfördernden Effekte von Bäumen nur in einem Umkreis von 100 Metern zum Wohnort wirken. Dabei ist es allerdings unerheblich, welche Arten gepflanzt sind und welche Qualität sie haben.

Im Bereich Verkehrsplanung kann ein nachhaltiger Mobilitätsansatz durch ein konsequentes Parkraummanagement unterstützt werden, was auch eine Reduzierung der Parkplatzfläche im öffentlichen Raum beinhaltet. Die gewonnenen Flächen sollten aus Sicht des

---

<sup>244</sup> UBA 2016, S. 19

Sachverständigenrates für Umwelt genutzt werden, um Aufenthaltsräume wie Ruhe- und Bewegungsräume zu schaffen.<sup>245</sup>

Steuerungsmöglichkeit zur Gesundheitsförderung durch Parks und Gärten bestehen über Festsetzungen in Bebauungsplänen, Grünordnungsplänen zum Bebauungsplan, Bauvorschriften oder Gemeindesatzungen und Baumschutzsatzungen sowie den Vorschriften bei Unterschutzstellungen aus Natur- und Landschaftsschutz und Denkmalpflege.

Die Bedeutung von Kleingärten als Ort mit gesundheitsfördernder Wirkung<sup>246</sup> ist damit Rechnung zu tragen, dass ausreichend Kleingartenflächen zur Verfügung gestellt und ausreichend gegen andere öffentliche Belange geschützt werden.

In der Umsetzung und konkreten Anwendung gilt es auch besondere Details zu berücksichtigen wie die Vermeidung von Giftpflanzen an Spielbereichen für Kinder und Jugendliche oder eine allergiesensible Gestaltung von Außenräumen. Ogren beschreibt, wie negativ ein einzelner, hoch allergieauslösender Baum die Luftqualität beeinflussen kann. Er will das Bewusstsein für eine allergiefreie Begrünung im öffentlichen Raum fördern. Da immer häufiger eine üppige Vegetation mit urbaner Architektur verknüpft wird, sei dieses Bewusstsein künftig elementar.<sup>247</sup>

Darüber hinaus kann die Verwaltung Maßnahmen auflegen, um Impulse für eine gesundheitsfördernde Gestaltung und Entwicklung ihrer grünen Lebenswelt an die Bürger:innen zu geben. Dazu eignen sich z.B. Wettbewerbe für die Steigerung der Biodiversität von Hofgärten oder zur Fassadenbegrünung. Die Gartenregion Hannover suchte z.B. in einem Förderwettbewerb mehrjährige Projekte in den Themen Gesundheit und Ernährung, Klimaanpassung und -schutz oder grüne Baukultur. Sie sollten sich u.a. durch Zukunftsrelevanz, Experimentierfreude und Mut zu Ungewöhnlichem auszeichnen.<sup>248</sup>

Kommunen können zur Aktivierung halböffentlicher Flächen in Kleingärten, an Schulen und in Kooperation mit Wohnungsbauträgern zur Aufwertung des Abstandsgrüns anregen.<sup>249</sup> Die Stadt Neustadt am Rübenberge setzt in einem Wettbewerb auf die Verbesserung der Biodiversität von Gärten und Balkonen. Die Stadt will damit auch ein Umdenken in Sachen der wenig gesundheitsfördernden Schottergärten fördern.<sup>250</sup>

Zur Umsetzung muss insgesamt die Personalsituation verbessert werden, damit Kommunen und Landkreise Bauherren-Aufgaben wahrnehmen können und deutlich zur Schaffung neuer oder Verbesserung bestehender Spielplätze und Parks beitragen können.<sup>251</sup>

Die Funktion eines Freiraummanagers, der ressortübergreifend in den Bereichen Grünflächen, Gesundheit und Naherholung tätig sein kann, ist in den Kommunen nicht angelegt. Vermutlich auch aus diesem Grund kann das Potential der gesundheitsfördernden Parks und Gärten bislang noch nicht umfassend ausgeschöpft werden.

<sup>245</sup> SRU 2018, S. 49

<sup>246</sup> Z.B. Landgraf 2018, S. 24 oder Leppert 2008, S. 107

<sup>247</sup> [www.zukunftsinstitut.de/artikel/wohnen/health-enviroment-gesunde-staedte/](http://www.zukunftsinstitut.de/artikel/wohnen/health-enviroment-gesunde-staedte/)

<sup>248</sup> [www.hannover.de/Kultur-Freizeit/Naherholung/G%C3%A4rten-genie%C3%9Fen/Gartenregion/F%C3%B6rderwettbewerb-%22Garten-f%C3%B6rdernden.-Zukunft-ernten%21%22](http://www.hannover.de/Kultur-Freizeit/Naherholung/G%C3%A4rten-genie%C3%9Fen/Gartenregion/F%C3%B6rderwettbewerb-%22Garten-f%C3%B6rdernden.-Zukunft-ernten%21%22)

<sup>249</sup> Vgl. BBSR 2022

<sup>250</sup> [www.neustadt-a-rbge.de/rathaus/pressestelle/pressemeldungen/2022/maerz/wettbewerb-fuer-naturahe-gaerten-und-balkone-startet-am-1-april/](http://www.neustadt-a-rbge.de/rathaus/pressestelle/pressemeldungen/2022/maerz/wettbewerb-fuer-naturahe-gaerten-und-balkone-startet-am-1-april/)

<sup>251</sup> Eckhardt 2022

Die Einrichtung von Beratungsstellen für gesundheitsförderndes Grün wie z.B. „Grün macht Schule“ zur kindgerechten und ökologischen Schulhofgestaltung der Berliner Senatsverwaltung sollten auch in Niedersachsen überlegt werden.<sup>252</sup>

### 6.6.3 Gesundheitsfördernde Angebote in Parks oder Gärten



Kommunen können Kooperationen mit Gesundheitsanbieter:innen eingehen, um gesundheitsfördernde Angebote für Bewegung, Entspannung und Ernährung zu entwickeln. „Sport im Park“ wird z.B. in Hannover über den Fachbereich Sport, Bäder und Eventmanagement koordiniert.<sup>253</sup> In Stadthagen läuft die Zusammenarbeit über das Bauamt zusammen mit dem LandesSportbund und einem privatwirtschaftlichen Anbieter.

Die Stadt Celle fasst in ihrem Programm „Zeit für Grün“ Vorträge, Führungen, Seminare, Feste, Märkte und ausdrücklich auch Angebote zur Gesundheitsförderung wie Meditationen, Seminare zu Kräutern und essbaren Wildpflanzen in Parks und Gärten zusammen. Dieses Angebot wird vom Förderverein Heilpflanzengarten Celle e.V., der Offenen Pforte im Celler Land, der DGGL und der Gesellschaft der Staudenfreunde und Natur im Garten gemeinsam getragen.

Zur Nutzung der Schulgärten sollten die ernährungspädagogischen Schwerpunkte in die schulischen Curriculae aufgenommen werden. Sinnvoll wäre eine fächerübergreifende Aufbereitung der Lerninhalte. Außerdem ließen sich auch Bewegungs- und Entspannungsangebote aufbereiten und anbieten. Für Bundesländer, in denen der Schulgarten nicht in die Lehrpläne integriert ist, wurde ein Zertifikatskurs für interessierte Studierende aller Lehramtsstudienfächer, Refrendar:innen, Lehrer:innen und Freund:innen der Schulgartenarbeit als Ergänzung zum Studium bzw. als Weiterbildung entwickelt und angeboten. Module dazu wurden bei der Tagung „Schulgarten - für das Leben lernen“ 2018 in Rostock vorgestellt und veröffentlicht.<sup>254</sup>

### 6.6.4 Vernetzung



Aktuell sind intensive Bemühungen in 5 Modellprojekten des Niedersächsischen Ministeriums für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz zur Garten- und Landschaftskultur und dem Engagement im Gartenhorizonte e.V. zu verzeichnen. In einem Letter of Intent haben sich die fünf Initiativen bereits an die politische Verwaltung gewandt, um den weiteren Bedarf nach fachlicher und finanzieller Unterstützung zu äußern. Im Zuge dessen soll auf die Fortsetzung des interministeriellen Beirats verwiesen werden, der bis ca. 2015 für die Landesinitiative Gartenhorizonte aktiv war. Ressorts wie Kultur, Bildung, Gesundheit, Soziales, Landwirtschaft, Wirtschaft sowie Umwelt und Bauen sollten gemeinsam zur Stärkung der Gesundheitsförderung von Parks und Gärten in Niedersachsen beitragen.

Die Förderung der Bereitschaft für eine ressortübergreifende und zum Teil aber auch Gebietskörperschaften übergreifende Zusammenarbeit gilt darüber hinaus als ganz grundsätzliche Handlungsempfehlung. Wissenstransfer und Austausch zu Best Practice Beispielen, bei

---

<sup>252</sup> [www.gruen-macht-schule.de/](http://www.gruen-macht-schule.de/)

<sup>253</sup> [www.hannover.de/Kultur-Freizeit/Freizeit-Sport/Sport/Sportentwicklung/Sport-im-Park](http://www.hannover.de/Kultur-Freizeit/Freizeit-Sport/Sport/Sportentwicklung/Sport-im-Park)

<sup>254</sup> Feike und Retzlaff-Fürst 2019, S. 13

denen eine interdisziplinäre Zusammenarbeit zu neuen Ansätzen geführt hat, könnte die Belegschaft dazu erhöhen. Die Vernetzung mit dem Verein Kommunen für biologische Vielfalt e.V. bietet diesen Austausch über den Aspekt des Naturschutzes. Er informiert im Newsletter regelmäßig über Ideen und Initiativen besonders für Parks und Gärten und regt in Projekten zur Nachahmung oder Weiterentwicklung an. Fortbildungsangebote für Verwaltungsangestellte sowie gemeinsame Aktionen und Projekte stehen auf der Agenda.<sup>255</sup> Knapp 50 Gemeinden, Städte und Landkreise aus Niedersachsen sind Mitglied in diesem Netzwerk.

Ratsam für Kommunen ist die Schaffung der Stelle eines Fachreferenten für Klimaschutz und Klimafolgenanpassung, der unbedingt mit den Belangen der Gesundheitsförderung durch Parks und Gärten betraut werden sollte.

Bürgermeister:innen sind wesentliche Entscheider:innen, wenn es um die Einbindung des Ehrenamtes im ländlichen Raum geht. Sie müssen sich für das Ehrenamt starkmachen und Impulse geben.<sup>256</sup> Mit Unterstützung der Verwaltung könnten Strukturen für Ehrenamtliche oder Freiwillige geschaffen werden, die sich auch für die Gesundheitsförderung durch Parks und Gärten engagieren können. Die Möglichkeiten für spezielle Freiwilligen-Agenturen sind zu prüfen. Bestehende Freiwilligen-Agenturen könnten für diesen Schwerpunkt sensibilisiert werden.

#### 6.6.5 Finanzierung und Förderung



Bundesförderprogramme sind mit breitem Blickwinkel auf ihre Anwendbarkeit zu prüfen. Eine Anknüpfung zum Thema Umweltgerechtigkeit besteht beim Förderprogramm „Soziale Stadt“ und ermöglicht die Förderung von Parks und Gärten. Mit diesem Programm fördern der Bund und die Länder seit 1999 die Stabilisierung und Aufwertung von städtebaulich, wirtschaftlich und sozial benachteiligten sowie strukturschwachen Stadt- und Ortsteilen.<sup>257</sup>

Bestehende Förderprogramme der Verwaltungen sind auf Integration der Zielstellung Gesundheitsförderung durch Parks und Gärten zu überprüfen. Verwaltungen können auch eigene Förderprogramme auflegen. Um Münchner Bürger:innen zu motivieren, auf eigenem Grund oder einem Firmengelände etwas für mehr Grün in ihrer Stadt zu tun, unterstützt die bayrische Landeshauptstadt dieses Engagement mit einem bereits 1977 aufgelegten Förderprogramm. Seitdem schreibt die Stadt das Programm, das sich in erster Linie auf Wohngebiete mit dichter Bebauung und wenig Grünflächen konzentriert, regelmäßig fort.<sup>258</sup>

Im Bereich von LEADER kann sich die politische Verwaltung für die Integration der Gesundheitsförderung von Parks und Gärten in die Regionalen Entwicklungsprogramme einsetzen.

Zur Finanzierung ihrer gesundheitsfördernden Aktivitäten müssen sich die Verwaltungen und ihre Dachorganisationen für die Umsetzung der politischen Ziele des Klimaschutzes und der Umweltgerechtigkeit (siehe Kapitel 6.5.2) aktiv einsetzen.

<sup>255</sup> [www.kommbio.de/das-buendnis/](http://www.kommbio.de/das-buendnis/)

<sup>256</sup> Linster 2021, S.

<sup>257</sup> SRU 2018, S. 53-54

<sup>258</sup> [www.stadt.muenchen.de/infos/foerderprogramm-priv-gruen.html](http://www.stadt.muenchen.de/infos/foerderprogramm-priv-gruen.html)

### 6.6.6 Vermittlung



Die Vermittlung des gesundheitsfördernden Potentials der Parks und Gärten auf kommunaler, regionaler und Landes-Ebene in den relevanten Akteursgruppen der Verwaltung ist von besonderer Bedeutung. Sie müssen sich mit Informationen und ggf. auch mit externer fachlicher Begleitung oder in Kooperation mit Wissenschaftsstandorten in Niedersachsen qualifizieren und Bürger:innen für dieses Thema und den Wert der gesundheitsfördernden Parks und Gärten sensibilisieren.

Die Erarbeitung einer Handreichung zur Umsetzung gesundheitsfördernder Maßnahmen und Angebote in Parks und Gärten könnte das Ergebnis der Vernetzung von Verwaltungen in Niedersachsen sein und die Umsetzung erleichtern.

### 6.6.7 Marketing und Kommunikation



Kommunen können die gesundheitsfördernde Wirkung von Parks und Gärten verstärkt im Stadt- oder Tourismusmarketing verankern und kommunizieren. Die Stadt Westerstede z.B. wirbt als Wohlfühlstadt im Grünen und begründet dies mit seiner Lage in einer einzigartigen Kulturlandschaft und seiner Anerkennung als staatlich anerkannten Erholungsort, der geprägt ist von Parks und Grünflächen, Schaugärten und Gartencafés.<sup>259</sup>

## 6.7 Wirtschaft

### 6.7.1 Zielgruppe der Wirtschaft

Die Zielgruppe der Wirtschaft umfasst Akteure, die potentiell auch gesundheitsfördernde Angebote in Parks und Gärten entwickeln können und zudem wirtschaftlich am Markt agieren. Handlungsempfehlungen richten sich an Unternehmen und Konzerne, die im Rahmen ihres Marketings Parks und Gärten sowie Gesundheit durch Sponsoring unterstützen. Darüber hinaus können Unternehmen und Konzerne die Handlungsempfehlungen nutzen, um den Arbeitsschutz und das Arbeitsklima für ihre Mitarbeiter:innen zu verbessern.

Landschaftsarchitekt:innen setzen Rahmenbedingungen in konkrete Objektplanung in den Parks und Gärten oder der allgemeinen grün-blauen Infrastruktur um. Gartenbauliche Betriebe sind als Akteure angesprochen, die baulichen Veränderungen in Parks und Gärten vornehmen oder Neubauten zur Verbesserung der Gesundheitsförderung ausführen. Als am Markt agierende Akteure sind viele auch ehrenamtlich in Vereinigungen und Verbänden organisiert (siehe Kapitel 6.8).

Tourismus-Akteure und klassische sowie digitale Medienvertreter:innen und Agenturen für (betriebliches) Gesundheitsmanagement sind ebenfalls angesprochen.

---

<sup>259</sup> [www.westerstede.de/leben-in-westerstede/portrait/bluehende-kreisstadt/](http://www.westerstede.de/leben-in-westerstede/portrait/bluehende-kreisstadt/)

## 6.7.2 Infrastruktur Parks und Gärten



Unternehmen sollten die Anlage von Parks und Gärten auf dem Betriebsgelände (Stichwort: Firmengärten) als wichtigen Beitrag zur Gesundheitsvorsorge verstehen, diese Aspekte in das betriebliche Gesundheitsmanagement implementieren und Maßnahmen dazu umsetzen. Gesundheitsvorsorge im Unternehmen spiegelt in der Regel eine Unternehmenskultur wider, in der Gesundheitsförderung täglich aktiv gelebt wird. Die Geschäftsführung in einem solchen Unternehmen legt Wert auf gesunde, resiliente und produktive Mitarbeiter:innen. Das geht meist einher mit einem offenen, wertschätzenden und respektvollen Umgang, aber auch mit hoher Eigenverantwortung sowie Gestaltungsfreiraum für die einzelnen Mitarbeiter:innen.<sup>260</sup> Der kurzfristige Zugang zu Grünflächen für Entspannung und Bewegung direkt am Unternehmensstandort während der Pausenzeiten oder die Anbindung von Kräuter- und Gemüsegärten für eine lokal zubereitete Kantinenverpflegung können wichtige Beiträge zur Gesundheit im Berufsalltag leisten.

Darüber hinaus kommt dem Arbeitsschutz eine größere Bedeutung durch den Klimawandel zu. Auch hierfür liefert die Integration von Grün in die Fassadenkonstruktion oder eine mit viel Grün und schattenspendende Bäumen unterstützte allgemeine gesundheitsfördernde Gestaltung des Außenraums wichtige Beiträge z.B. zur Hitzevorsorge. Der Wettbewerb „Firmengärten“ in Niedersachsen und Bremen hingegen zeigt schon seit längerer Zeit, dass es gute Beispiele gibt, auch wenn der Aspekt der Gesundheitsförderung explizit nur einmal Thema war und ansonsten eher querschnittsorientiert in den Jurykriterien der Wettbewerbsreihe vertreten war.

Gartenbauliche Fachbetriebe und landschaftsarchitektonische Büros können sich im Bereich gesundheitsfördernde Parks und Gärten besonders qualifizieren und diese Kompetenz als Alleinstellungsmerkmal nutzen. Sie können von der aktuellen Wertschätzung des Themas auch wirtschaftlich profitieren.

## 6.7.3 Gesundheitsfördernde Angebote in Parks oder Gärten



Die Entwicklung gesundheitsfördernder Angebote in Parks und Gärten verbessert das eigene Marktpotential, da Themen wie Nachhaltigkeit und Gesundheit aktuell eine besondere Wertschätzung erfahren.

Außerdem wird aus Sicht von Wissenschaft und Politik im Zusammenhang mit dem Gesundheitswesen immer häufiger von der Gesundheitswirtschaft gesprochen. Sie ist mittlerweile ein wichtiger deutscher Wirtschaftsfaktor, zu dem nicht nur die Pharmaindustrie und die medizinische Versorgung im engeren Sinn zählen. Als zweiter Gesundheitsmarkt werden laut Bundesministerium für Gesundheit alle privat finanzierten Produkte und Dienstleistungen rund um die Gesundheit bezeichnet. Dabei ist die Zuordnung, welche Waren und Dienstleistungen einen Bezug zur Gesundheit aufweisen, nicht klar definiert und teilweise umstritten. Der zweite Gesundheitsmarkt umfasst nach allgemeinem Verständnis freiverkäufliche Arzneimittel und individuelle Gesundheitsleistungen, Fitness und Wellness,

<sup>260</sup> [www.integion.de/gesundheitsmanagement](http://www.integion.de/gesundheitsmanagement)

Gesundheitstourismus sowie zum Teil auch die Bereiche Freizeitsport, Ernährung und Wohnen.<sup>261</sup>

Gesundheitsanbieter:innen sollten deshalb die aktive Vernetzung mit gartenkulturellen Akteuren suchen, die die entsprechende Infrastruktur bereitstellen können. Gesundheitsfördernde Angebote durch Parks und Gärten sind überwiegend ortsbunden, auch wenn eine gewisse Digitalisierung vorstellbar ist und gerade im Bereich Online- oder Videoseminare für das Cluster Gesunde Ernährung und Gartenarbeit eine große Angebotspalette vorhanden ist.

Die Branche des Gesundheitsmanagement kann ihr Beratungsangebot um das Thema Gesundheitsförderung durch Grüne Infrastruktur in der Arbeitswelt erweitern.

Anbieter:innen von Kursen, Seminaren und Workshops können in diesem Kontext kreative und auf die jeweilige Lebens- oder Arbeitssituation zugeschnittene Angebote konzipieren und – z.B. analog zum Lunchbreak-Format vieler Kultureinrichtungen – die „Gesunde Grüne Pause“ für Bewegung und Entspannung in Betrieben auflegen. Dies wurde beispielsweise auch beim Symposium Gesunde Parks und Gärten im Garten des Klosters Brunshausen als Anregung angeboten.



**Abbildung 35: Angeleitete Entspannung in der Mittagspause im Garten des Klosters Brunshausen**  
**(Foto: Grünwald)**

---

<sup>261</sup>[www.bundesgesundheitsministerium.de/themen/gesundheitswesen/gesundheitswirtschaft/gesundheitswirtschaft-im-ueberblick.html](http://www.bundesgesundheitsministerium.de/themen/gesundheitswesen/gesundheitswirtschaft/gesundheitswirtschaft-im-ueberblick.html)

#### 6.7.4 Vernetzung



Wünschenswert wäre es, wenn sich aus den Clustern der Studie auch Cluster im wirtschaftlichen Sinne entwickeln. Eine nachhaltige Clusterung ergibt sich dann, wenn neben den Wirtschaftsakteuren entsprechende Infrastrukturen und Ausbildungs- und Forschungseinrichtungen in einer Region aktiv sind und Dienstleistungen entsprechend der Nachfrage konzipiert werden. Der Gartenhorizonte e.V. könnte hier als wichtiger Ansprechpartner und als Schnittstelle zur Wirtschaft fungieren.

Planer:innen wie die Vernetzungsstrukturen der Landschaftsarchitekt:innen müssen verstärkt die Belange der Gesundheitsförderung von Parks und Gärten einbringen. Die International Federation of Landscape Architects IFLA von 2020 bezieht in ihrer declaration on ecological and community health hier ausdrücklich auf den Punkt 3 Gesundheit der Nachhaltigkeitsziele<sup>262</sup> und nennt die Zusammenarbeit mit WHO, WFO und ICUN.<sup>263</sup>

#### 6.7.5 Finanzierung und Förderung



Unternehmen können eine aktive Unterstützung durch Sponsoring aber auch durch die zeitweise Freistellung von Arbeitskräften umsetzen und dazu beitragen, gesundheitsfördernde Parks und Gärten anzulegen, zu entwickeln und insbesondere auch zu pflegen.

Im betrieblichen Gesundheitsmanagement, das aus Sicht der Sozialversicherungsträger ein Vielfaches an Nutzen bringt,<sup>264</sup> kann die strukturierte Unterstützung von Krankenkassen zur Finanzierung von Beratung und Umsetzung von Maßnahmen herangezogen werden. Sie arbeiten dabei mit den betrieblichen Akteuren sowie mit den Unfallversicherungsträgern und den Arbeitsschutzbehörden eng zusammen. Grundsätzlich beraten und begleiten die Expert:innen der Krankenkassen die Unternehmen von den ersten Anfängen gesundheitsfördernder Maßnahmen bis zum fest etablierten betrieblichen Gesundheitsmanagement. Mit dem Gesetz zur Stärkung der Gesundheitsförderung und der Prävention (Präventionsgesetz – PrävG) von Juli 2015 wurden die Krankenkassen verpflichtet, ihre Präventionsangebote auszuweiten. Durch das Präventionsgesetz wurde außerdem die Prävention zur Vermeidung oder Minderung von Pflegebedürftigkeit nochmals deutlich gestärkt. Gesundheitsfördernde und primärpräventive Maßnahmen richten sich an das Verhalten des Einzelnen ebenso wie an die Gestaltung eines gesundheitsförderlichen Lebensumfeldes. Sie tragen dazu bei, dass gerade chronische nichtübertragbare Erkrankungen gar nicht erst entstehen oder in ihrem Verlauf vermieden werden, die Menschen gesund aufwachsen und gesund älter werden und ihre Lebensqualität steigt.<sup>265</sup>

<sup>262</sup> [www.bne-portal.de](http://www.bne-portal.de)

<sup>263</sup> [www.iflaworld.org](http://www.iflaworld.org)

<sup>264</sup> TK 2021, S.

<sup>265</sup> [www.bundesgesundheitsministerium.de/krankenversicherung-praevention.html](http://www.bundesgesundheitsministerium.de/krankenversicherung-praevention.html)

## 6.7.6 Vermittlung



Wirtschaftsverbände könnten mit ihrer Struktur die Vermittlung von Innovationsansätzen im Bereich gesundheitsfördernde grüne Infrastruktur vorantreiben.

## 6.7.7 Marketing und Kommunikation



Die gesundheitsfördernde Ausstattung mit Grün kann, derzeit positiv besetzt, als gesunder Lebensraum in die Kommunikation sowohl für das Innen- als auch das Außenmarketing z.B. als weicher Standortfaktor übernommen werden – für Unternehmen, aber auch für Regionen.

Ein nachhaltiges Image kann außerdem über Engagement in Form von Sponsoring oder Zeitspenden der Mitarbeitenden in gesundheitsfördernden Parks und Gärten unterstrichen werden. Derartige Aktivitäten eignen sich im Übrigen auch gut für die Kommunikation in den sozialen Medien und erhöhen deren Glaubwürdigkeit.

Touristische Marketinggesellschaften können gesundheitsfördernde Parks und Gärten verstärkt in Kommunikationsmaßnahmen und Marketing einbinden, da beide Themen allein betrachtet schon nachgefragt werden. Die aktuelle Kampagne für das Reiseland Niedersachsen „So bunt ist grün – Bewusst Reisen in Niedersachsen“<sup>266</sup> setzt z.B. auf nachhaltigen Tourismus, den gesundheitsfördernden Parks und Gärten unterstützen können.

Für die ausführenden und produzierenden Gartenbaubetriebe können Tätigkeiten im Bereich gesundheitsfördernder Parks und Gärten und Lebensmittel zu einem zeitgemäßen Aspekt des Marketings verarbeitet werden, Botschaften lassen sich auf die jeweiligen Bedürfnisse der Zielgruppen entsprechend runterbrechen. Die Imagekampagne des Bundesverbands Garten-, Landschafts- und Sportplatzbau (BGL) setzte z.B. auf eine emotionalisierte Ansprache mit Lust auf Grün und führte seinerzeit zu einem deutlich höheren Bekanntheitsgrad.<sup>267</sup> Die aktuelle Kampagne mit Bezug zum Klimawandel geht ähnlich vor. Aus Sicht des BGL zeigt sie damit, wie existenziell wichtig Themen wie blau-grüne Infrastruktur, Artenvielfalt und Gebäudegrün sind, damit Städte klimafit werden.<sup>268</sup>

## 6.8 Wissenschaft, Forschungs- und Lehreinrichtungen

### 6.8.1 Die Zielgruppe der Wissenschaft, Forschung und Lehre

Im Bereich Forschung wird auf Möglichkeiten verwiesen, die der Wissenschaft zum Erkenntnisgewinn zu gesundheitsfördernden Parks und Gärten sowie Angeboten zur Verfügung stehen. Sie zeigen auch auf, welche neuen Erkenntnisse in die Lehre einfließen können.

Die Handlungsempfehlungen zielen darauf, die Relevanz der gesundheitsfördernden Qualität durch Evidenz zu stärken, eine verbesserte Argumentationsbasis zu erlangen und neue

---

<sup>266</sup> [www.reiseland-niedersachsen.de/interessen/gruen-reisen/bewusst-reisen](http://www.reiseland-niedersachsen.de/interessen/gruen-reisen/bewusst-reisen)

<sup>267</sup> [www.dega-galabau.de/Themen/Messen/GaLaBau-Imagekampagne-BGL-meldet-gesteigerten-Bekanntheitsgrad, QUIEPTEZNjlxNCZNSUQ9MTkwNTkx.html](http://www.dega-galabau.de/Themen/Messen/GaLaBau-Imagekampagne-BGL-meldet-gesteigerten-Bekanntheitsgrad, QUIEPTEZNjlxNCZNSUQ9MTkwNTkx.html)

<sup>268</sup> [www.gabot.de/ansicht/bgl-klima-kampagne-startet-415579.html](http://www.gabot.de/ansicht/bgl-klima-kampagne-startet-415579.html)

Erkenntnisse aus z.B. Medizin, Psychologie, Soziologie und Planungswissenschaft in die Entwicklung von gesundheitsfördernden Parks und Gärten und deren Angeboten einfließen zu lassen.

### 6.8.2 Infrastruktur Parks und Gärten



Das Thema Gesundheitsförderung von Parks und Gärten ist zwar in vielen Lehrplänen querschnittsorientiert über die Gartenpädagogik, die Gartentherapie oder die Umweltmedizin vertreten. Es könnte aber noch stärker und deutlich eigenständiger in das Lehrangebot für Student:innen der Landschaftsarchitektur, der Medizin und der weiteren berührten Fachgebiete aufgenommen werden und z.B. in Studien-, Projekt- und Abschlussarbeiten konkret untersucht werden. Die gesundheitsfördernde Wirkung von Parks und Gärten vor dem Hintergrund von Klimawandel und Grüner Infrastruktur könnte deutlicher in die Curriculae aufgenommen und zur Bearbeitung relevanter Themen in Studienarbeiten angeregt werden.

Die Zusammenarbeit mit der Spaziergangforschung könnte dazu beitragen, mehr über die Wahrnehmung unserer Umwelt für die Planung zu lernen. Die Spaziergangforschung beschäftigt sich mit Wahrnehmungsveränderungen, wenn wir den Raum gehend begreifen.<sup>269</sup> Aus den Erkenntnissen könnten konkrete Ansätze zur Entwicklung von Parks und Gärten gewonnen werden, um Impulse zur Bewegung in und zur inneren Einkehr zu geben.

Die Forschung kann weiterhin dazu beitragen, belegbare Effekte für die Gesundheitswirkung von Parks und Gärten zu liefern. Interessant ist, in welchem Maße negative Faktoren von unterschiedlichen Parks und Gärten aufgefangen werden können und welche Qualität diese haben müssen. Wichtig wäre dabei die Fokussierung auf gartenkulturelle Freiräume. Die Be trachtung der vorhandenen Studienlage hat deutlich gemacht, dass zwar zahlreiche Erkenntnisse für Natur und Umwelt gewonnen werden, jedoch wenig Spezifisches zu Parks und Gärten.

Der Sachverständigenrat für Umweltfragen SRU berät seit 1972 die Bundesregierung und ist damit eine der ältesten Institutionen wissenschaftlicher Beratung für die deutsche Umweltpolitik. Der Rat begutachtet die Umweltbedingungen in Deutschland. Der SRU ist unabhängig, frei in der Themenwahl und arbeitet interdisziplinär. Mitglieder des Rates sind sieben Professor:innen mit besonderer Umweltexpertise, die unterschiedliche Fachdisziplinen vertreten. Sie werden von der Bundesregierung für vier Jahre ernannt.<sup>270</sup> Damit besteht ein wichtiges Gremium, dass sich ausdrücklich mit dem Thema Gesundheit im Zusammenhang mit Umwelt befasst. Die SRU-Vorsitzende Prof. Claudia Hornberg machte beim Symposium Gesunde Parks und Gärten in einer Podiumsdiskussion deutlich, dass sich Vorteile aus einer integrierten Be trachtung von Nachhaltigkeits- und Gesundheitszielen im urbanen Raum ergeben. Der Ausbau und die qualitative Aufwertung von Grün- und Blauräumen schaffen gesündere Lebensbedingungen für Mensch und Natur.

Der SRU und andere wissenschaftliche Akteure müssen ihre Kompetenz verstärkt in die politischen Gremien tragen und die relevanten Inhalte der Öffentlichkeit in verständlicher und ansprechender Form näherbringen. Zu den Botschaften an die Verwaltung gehört, den dringend

<sup>269</sup> Weißhaar 2018

<sup>270</sup> [https://www.umweltrat.de/DE/SRU/sru\\_node.html](https://www.umweltrat.de/DE/SRU/sru_node.html)

anstehenden Wohnungsbau mit mehr Qualität für Umwelt und die Gesundheit der Menschen zu entwickeln. In der Umsetzung sind die Kommunen, Landkreise aber auch die Bauwirtschaft gefragt, die diese Aspekte dringend berücksichtigen muss. Der SRU warnt ausdrücklich, dass bei einer baulichen Nachverdichtung zulasten grüner Infrastruktur (Parks, Waldflächen etc.) das Risiko besteht, dass gesundheitliche und soziale Belastungen für die Bewohner:innen zunehmen.<sup>271</sup>

Aktuell fokussiert sich die gesellschaftspolitische Debatte und die Forschung insgesamt auf den urbanen Raum und auch auf die gesundheitsfördernde Wirkung von grüner Infrastruktur. Die Bedeutung des Klimawandels für den ländlichen Raum und seine Siedlungsbereiche sind sicherlich in vielen Punkten vergleichbar. Hier fehlt es aber dringend an Forschungen und Untersuchungen, die zu mehr Erkenntnissen und klaren Handlungsempfehlungen kommen. Das Bundesamt für Naturschutz BfN hat derzeit z.B. zwei Vorstudien laufen, die sich diesem Thema widmen. Ziel ist es, weitreichende Forschungen einleiten zu können. Der Regionalverband Großraum Braunschweig untersucht zusammen mit der Hochschule Osnabrück im Vorhaben „Regionale Grüne Infrastruktur in Stadtregionen“ explizit die blau-grünen Landschaften der Großregion.<sup>272</sup> Regionale Akteure und Initiativen wie z.B. die Niedersächsischen Landesforsten oder die „Garten- Landschaftskultur im niedersächsischen Harz“ des Niedersächsischen Heimatbundes erarbeiten dazu u.a. konkrete Projektansätze. Derartige Forschungsansätze sind auszuweiten.

Hohendorf fordert, dass beim Entwurf von Freiräumen im medizinischen und therapeutischen Kontext das evidence-based design (EBD) zum Einsatz kommen sollte. Diese Methode stammt aus unterschiedlichen Disziplinen und wird genutzt, um Entscheidungen durch wissenschaftliche Erkenntnisse zu navigieren. Elementar erscheint eine kontinuierliche Auseinandersetzung mit Studien zur Thematik der Therapiegärten und Gartentherapie, um angemessen auf Projekte aus dem medizinischen Bereich reagieren zu können. Von großer Wichtigkeit ist nach ihrer Einschätzung die Etablierung des Themenbereichs an Universitäten und Hochschulen.<sup>273</sup>

### 6.8.3 Entwicklung gesundheitsfördernder Angebote



Unterschiedliche, in der Recherche ermittelte Aspekte sind durch Forschung zu unterstreichen. Deren Ergebnisse können dazu beitragen, die Relevanz und Wirkungsweisen von gesundheitsorientierten Angeboten zu belegen. Als Argumentationshilfe und Wissensbasis zur Entwicklung innovativer Gesundheitsangebote in Parks und Gärten ist die Bearbeitung und Einbindung wissenschaftlicher Studien z.B. im Bereich Suchtprävention sinnvoll.

Das ist bedeutend vor dem Hintergrund, wenn man die EPIC-Studie zugrunde legt. Sie ist zu dem Ergebnis gekommen, dass wenn man die vier gesundheitsrelevanten Lebensweisen (aus den Bereichen Bewegung, Ernährung und Verzicht von Nikotin und Mäßigung beim Alkoholkonsum) gleichermaßen beachtet, man die für jede einzelne Verhaltensweise ermittelte

---

<sup>271</sup> Geschäftsstelle des Sachverständigenrates für Umweltfragen (SRU) 2018, S. 10

<sup>272</sup> [www.hs-osnabrueck.de/wir/fakultaeten/aul/forschung/forschungsprojekte/](http://www.hs-osnabrueck.de/wir/fakultaeten/aul/forschung/forschungsprojekte/)

<sup>273</sup> Hohendorf 2017, S. 99 und 102

Wirkung mindestens vervierfachen und eine geschätzte äquivalente Auswirkung auf das chronologische Alter von 14 Jahren erreichen kann.<sup>274</sup>

Die Forschung kann dazu beitragen, belegbare Effekte für die Gesundheitswirkung von Parks und Gärten zu liefern, um zu wissen, wieviel Bewegung Menschen in bestimmten Lebensphasen benötigen, was genau eine gesunde Ernährung ist und wann aus positiver negativer Anspannung erwächst.

In England wurde die Gartentherapie bereits 1936 in den Behandlungskatalog aufgenommen. Auch in Österreich ist sie eine anerkannte Therapieform und wird im Rahmen von „Green Care“ vielfältig zur Behandlung eingesetzt (siehe Kapitel 3.1.1). Ukas verweist darauf, dass Gartentherapie in Deutschland noch nicht in der Richtlinie des gemeinsamen Bundesauschusses als Heilmittel zugelassen ist. Damit Gartentherapie zur für Krankenkassen anerkannten Therapieform werden kann, sind wissenschaftliche Studien erforderlich, die den wirtschaftlichen und therapeutischen Nutzen belegen.

#### 6.8.4 Vernetzung



Hochschulen könnten eine interdisziplinäre Vernetzung in der Lehre anstreben und Landschaftsarchitektur, Klimaschutz und Gesundheitsmanagement verbinden, z.B. um Klimamanager:innen auszubilden. Der Wissenschafts-Praxis-Transfer sollte zudem aktiv, wie z.B. beim Firmengartenwettbewerb, gesucht werden.

Zudem sollte die Verbesserung der eigenen grünen Infrastruktur im Bestand und beim Neubau in den Fokus genommen werden, um die Arbeitswelt der Angestellten und der Studierenden gesünder zu machen und Raum für Experimente zu liefern. Der interdisziplinäre Studierendengarten von Alumni Göttingen z.B. steht für verschiedene Studierende offen, ihre eigenen Projekte mit dem Schwerpunkt der nachhaltigen Landnutzung umzusetzen. Er ist wie der Permakulturgarten ein Mitglied im gerade entstehenden „Gemeinschaftsgarten-Netzwerk Göttinger Land“. Sie sind Orte, an denen auch Spezialkenntnisse in Form von verschiedenen Kursen angeboten und von der Stiftung WissenWecken gGmbH gefördert werden. Die Gärten sind zudem Einsatzfelder für Praktikant:innen, FöJler:innen und ehrenamtliche Gartenpraktiker:innen.<sup>275</sup> Acker e.V. bietet das Konzept CampusAckerdemie an, das in der Lehramtsausbildung integriert werden kann und den Umgang mit dem Schulgarten aus praktischen Aspekten vermittelt.<sup>276</sup>

#### 6.8.5 Marketing



Auf der Ebene der Wirtschaftsforschung fehlen grundsätzliche Erhebungen, welche Akteure im Bereich gesundheitsfördernde Parks und Gärten wirtschaftlich tätig sind, wie groß ihr Marktvolumen ist und welches Entwicklungspotential ihre Dienstleistungen im Sinne der Marktaufnahme haben. Insgesamt könnten belastbare Zahlen ermittelt werden, wie groß der Anteil der

<sup>274</sup> Kahw, Welch et al., S. 4

<sup>275</sup> [www.bunte-lebenswelten.de/tag/gartennetzwerk/](http://www.bunte-lebenswelten.de/tag/gartennetzwerk/)

<sup>276</sup> [www.acker.co/Programme#schule](http://www.acker.co/Programme#schule)

Gesundheitsförderung im Gesundheitssektor ist und welche gesamt-gesellschaftlichen Effekte durch die Reduzierung von Volkskrankheiten entstehen.

Die Ergebnisse von Wirkungsmodellen und Prognosen im Bereich der Angebote und Vernetzungspotentiale sind anschließend breit zu kommunizieren und müssen mit Sozialversicherungsträgern diskutiert werden.

Die vorgeschlagenen Maßnahmen könnten in Wirtschaftlichkeitsberechnungsmodellen auf Markttauglichkeit überprüft werden. Um der Bedeutung der gesundheitsfördernden Wirkung von Parks und Gärten mehr Nachdruck zu verleihen, müssen volkswirtschaftliche Auswirkungen, runtergebrochen auf einzelne Projekte, ermittelt und bewertet werden.

### 6.8.6 Finanzierung und Förderung



Interessant wären belastbare Zahlen zum bürgerschaftlichen Engagement in gesundheitsfördernden Parks und Gärten. Unbekannt ist, wie viele Menschen und Institutionen sich in der Gestaltung, im Erhalt und in der Pflege von gesundheitsfördernden Parks und Gärten oder in der Bereitstellung von gesundheitsfördernden Angeboten engagieren, welches ihre Motivationen sind und welchen wirtschaftlichen Gegenwert sie damit erzielen. Besonders im Fokus müssten hier auch die Fördervereine stehen. Diese Zahlen könnten u.a. die Relevanz des Themas stärken und helfen, die Einbindung des bürgerschaftlichen Engagements zu verbessern.

## 6.9 Bürgerschaftliches Engagement

### 6.9.1 Zielgruppe bürgerschaftliches Engagement

Freiwilliges Engagement kann sehr vielfältig sein und reicht von der Zeit-, Geld- und Sachspende einzelner Interessierter in Vereinen oder Projekten über die Tätigkeit von Vereinigungen wie Vereinen, gemeinnützigen GmbHs und NGOs sowie operativ-tätigen oder fördernden Stiftungen bis hin zu nicht staatlichen Netzwerken. Sonderformen sind Volontourismus und internetbasierte Formate wie virtuelle Freiwilligenarbeit, Micro-Volunteering oder das Crowdfunding.

Ehrenamt, freiwilliges Engagement und bürgerschaftliches Engagement sind im Verständnis dieser Untersuchung gleichrangig berücksichtigt worden. Wichtig sind altruistisches Handeln, bei dem freiwillig und unentgeltlich und als Gegenpol zur staatlichen Einflussnahme Arbeit geleistet wird.

Dementsprechend heterogen sind auch die Handlungsempfehlungen der Potentialentfaltungsstudie für diese Zielgruppe. Sie beziehen sich z.B. auf die Fragestellung, wie Träger von Parks und Gärten oder Gesundheitsanbieter:innen Zeit-, Geld- und Sachspenden einwerben können oder welchen Beitrag Akteure des bürgerschaftlichen Engagements in der Sensibilisierung für die gesundheitsfördernden Wirkungen von Parks und Gärten und deren Förderung leisten können.

Bei allen Aktivitäten gilt es, die Wechselwirkung von Haupt- und Ehrenamt zu stärken. Die Einbindung von Freiwilligen kann nur sinnvoll gelingen, wenn Hauptamtliche wichtige Aufgabenbereiche z.B. die Koordinierung unterstützen und für Kontinuität sorgen. Es zeigen sich

dabei Tendenzen, dass das traditionelle, stationäre Ehrenamt stagniert oder abnimmt. Von größerer Bedeutung sind zunehmend auch Formen des fluiden Ehrenamtes.<sup>277</sup>

Bürgerschaftliches und hier insbesondere freiwilliges Engagement ersetzt keine staatlichen Zuständigkeiten oder soll zu deren Finanzierung beitragen. Die Pflege von Parks und Gärten zur Gesundheitsförderung ist Aufgabe des Eigentümers und kann nicht auf die Bürger:innen übertragen werden. Und grundsätzlich gilt: Ehrenamt muss Spaß machen. Es sind also die entsprechenden Rahmenbedingungen für ein erfüllendes und auch rechtssicheres Engagement herzustellen.

Eine besondere Form des bürgerschaftlichen Engagements sind die gartenkulturellen Vereinigungen oder die Berufsverbände z.B. aus den Bereichen Gartenbau, Landschaftsarchitektur oder Gesundheit.

### 6.9.2 Infrastruktur Park und Garten



Ehrenamtliche können in die Gestaltung, Entwicklung und Pflege eingebunden werden. Interessant sind projektorientierte Angebote, die ein zeitweises Engagement zulassen. Im Bereich der Pflege historischer Parks führt z.B. der Gartenträume Historische Parks in Sachsen-Anhalt e.V. jedes Jahr ein Parkseminar durch, in dem jeder z.B. an der Wiederherstellung von Sichtachsen durch einfach durchzuführende Tätigkeiten mitwirken kann.<sup>278</sup> Ergänzt wird die zweitägige Veranstaltung durch Führungen, Vorträge und Zeit zum gemeinsamen Austausch und Essen. Durch die Gartenarbeit kommt es als Nebeneffekt auch zur Gesundheitsförderung der Teilnehmenden durch Bewegung, Aufenthalt im Grünen und im Freien und soziale Interaktion.

Wichtig ist dabei, dass eine qualifizierte Planung und Anleitung durch Gärtner:innen, Gartenpädagog:innen oder Landschaftsarchitekt:innen für eine Arbeitsaktion erfolgt. Nicht jede Tätigkeit kann von Laien ausgeführt werden, wenn gleich eine leichte Qualifizierung in den Seminaren erfolgen kann. Dies gilt besonders für historische oder denkmalgeschützte Parks und Gärten. Hier müssen vorab Pflege- und Entwicklungskonzepte erarbeitet werden, die mit den Denkmalbehörden abzustimmen sind. Konkrete Maßnahmen müssen unter Umständen von der Unteren Denkmalschutzbehörde in Abstimmung mit dem Landesamt für Denkmalpflege genehmigt werden. Qualifizierte Fachplaner:innen können hier unterstützen. Es müssen darüber hinaus Aspekte des Arbeitsschutzes und der Unfallverhütung bedacht werden. Für die qualifizierte Betreuung im Falle eines Unfalles während eines Arbeitseinsatzes ist ebenfalls Vorsorge zu tragen.

Auch im Rahmen von Fördervereinen, die sich in Niedersachsen zur Unterstützung einzelner Parks und Gärten engagieren, werden konkrete Maßnahmen zur Gestaltung oder Entwicklung umgesetzt. Die Entwicklung gesundheitsfördernder Projektangebote sollte mit übernommen werden und kann zu einer Inwertsetzung der Parks und Gärten führen.

Eine Zusammenarbeit kann mit bestehenden Strukturen zur Einbindung von Ehrenamtlichen in Erwägung gezogen werden. Für denkmalgeschützte Parks und Gärten bietet sich eine besondere Form der Jugendbauhütte für Gartendenkmalpflege der Deutschen Stiftung

<sup>277</sup> Linster 2021, S. 3

<sup>278</sup> [www.haldensleben.de/Kurzmen%C3%BC/%C3%9Cber-100-Gartentr%C3%A4umer-beim-Parkseminar-im-Barockgarten-Hundisburg.php?object=tx\\_3119.5&FID=2048.7600.1&NavID=3119.17](http://www.haldensleben.de/Kurzmen%C3%BC/%C3%9Cber-100-Gartentr%C3%A4umer-beim-Parkseminar-im-Barockgarten-Hundisburg.php?object=tx_3119.5&FID=2048.7600.1&NavID=3119.17)

Denkmalpflege in Zusammenarbeit mit den Internationalen Jugendgemeinschaftsdiensten an. Das freiwillige Jahr in der Denkmalpflege ist eine Sonderform des Freiwilligen Sozialen Jahres (FSJ) und wurde z.B. in Kassel Wilhelmshöhe erprobt. Dieses Modul sollte auch in Niedersachsen eingeführt werden.<sup>279</sup>

Schnittmengen bestehen zum Freiwilligen Ökologischen Jahr (FÖJ), zum freiwilligen Sozialen Jahr in Wissenschaft, Technik und Nachhaltigkeit, zum freiwilligen Ökologischen Jahr/Ökologischer Bundesfreiwilligendienst und zum freiwilligen sozialen Jahr und Bundesfreiwilligendienst für über 27-Jährige zum Themenfeld gesundheitsfördernde Parks und Gärten.

Freiwillige können über Aktionen wie den Malteser Social Day für ein eintägiges Projekt eingebunden werden. Dabei werden an bestimmten Tagen im Jahr interessierte Mitarbeiter:innen für freiwillige Dienste freigestellt, die sich z.B. beim Bau von Spielplätzen oder Grünflächen einsetzen. Träger von Vereinen haben dadurch die Möglichkeit, sich bei potentiellen Ehrenamtlichen bekannt zu machen und für die Bedeutung der Aufgabe und die gesundheitsfördernde Wirkung von Parks und Gärten zu sensibilisieren.<sup>280</sup>

### 6.9.3 Gesundheitsfördernde Angebote in Parks oder Gärten



Ehrenamtliche können sich bei der Entwicklung und Durchführung von gesundheitsfördernden Angeboten in Parks und Gärten einbringen. Die jeweiligen Aufgaben müssen geeignet sein und unter der Koordination eines Vereines mit Hauptamtlichen und Ehrenamtlichen zusammen erfolgen.

Interessanterweise besteht ein größeres Interesse bei ehrenamtlich Engagierten ab 14 Jahren an den Themen Gesundheit und Gartenarbeit. Im Jahr 2020 waren rund 19,5 % der Personen, die zum Zeitpunkt der Erhebung angegeben haben, sich ehrenamtlich zu engagieren, sehr an Informationen über Gesundheitsthemen interessiert. In der Bevölkerung waren es rund 15,6 %.<sup>281</sup>

Die Ansprache von potentiell Engagierten über die Aktionsfelder führt zu einer Fokussierung. Hier lassen sich besonders Jugendliche im Cluster Bewegung aktivieren, da „Sport und Bewegung“, „Kirche und Religion“ und „Schule“ immer noch die beliebtesten Engagementbereiche darstellen. Nicht erst seit der Pandemie zeichnet sich der Trend ab, ein erweitertes Sportspektrum als bisher z.B. mit Laufen im Freien auszuüben. Sport im Park ist eine Bewegung, die in Kooperation mit den Sportvereinen unter dem Dach des Landessportbundes in vielen Orten in Niedersachsen mit großem Zulauf angeboten wird. Dabei fiel die Wahl explizit auf Parks und Gärten als „Austragungsort“, da sie z.B. nahe am Wohnort sind und einen zusätzlichen gesundheitlichen Nutzen erzeugen. Unterstützt wird diese Initiative durch gewerbliche Gesundheitsanbieter:innen aber auch durch Ehrenamtliche der lokalen Sportvereine. Das Gesamtpaket führt zu einem abwechslungsreichen Bewegungsförderungsprogramm.

Weitere Angebote können Führungen zu Heilkräutern oder essbaren Pflanzen sein. Im Wildpflanzenpark Ewilpa am Kurpark Bad Pyrmont erfolgt das gemeinsame Sammeln von Wildpflanzen und deren Zubereitung mit anschließender gemeinsamer Mahlzeit.

---

<sup>279</sup> [www.denkmalschutz.de/presse/archiv/artikel/jugendbauhuette-gartendenkmalpflege.html](http://www.denkmalschutz.de/presse/archiv/artikel/jugendbauhuette-gartendenkmalpflege.html)

<sup>280</sup> [www.managerplanet.de/politik/mein-tag-fuer-andere-unternehmen-stellen-mitarbeiter-fuer-social-day-frei-125249](http://www.managerplanet.de/politik/mein-tag-fuer-andere-unternehmen-stellen-mitarbeiter-fuer-social-day-frei-125249)

<sup>281</sup> [www.de.statista.com/statistik/daten/studie/880247/umfrage/ehrenamtliche-in-deutschland-zum-informationssinteresse-an-gesundheitsthemen/](http://www.de.statista.com/statistik/daten/studie/880247/umfrage/ehrenamtliche-in-deutschland-zum-informationssinteresse-an-gesundheitsthemen/)

Berufliche Interessensgruppen, Parteien oder lokale Bürgerorganisationen dagegen üben auf Jugendliche eine geringere Anziehungskraft aus. Neben traditionellen Aktivitäten in Vereinen und Verbänden tritt aber zunehmend ein Engagement in sozialen Bewegungen wie beispielsweise Umweltgruppen auf.<sup>282</sup> Inhaltliche Bezüge zum Thema Umwelt und aktuell zum Thema Klimaschutz und Klimafolgenanpassung lassen sich aus dem Kontext Gesunde Parks und Gärten gut herstellen. Die Cluster bieten dazu eine gute Orientierung und können in der Ansprache von Ehrenamtlichen eingesetzt werden. Entscheidend ist, ob sich die Jugendlichen von der Tätigkeit und dem Thema des Engagements angesprochen fühlen und Werte wie Spaß oder ein Gemeinschaftsgefühl vermittelt werden können. Anderen Menschen zu helfen, neue Kontakte zu knüpfen, Qualifikationen zu erwerben und die eigenen Interessen zu vertreten, stellen weitere Motive für freiwillige Tätigkeiten dar.

#### 6.9.4 Vernetzung



Viele bereits in Niedersachsen bestehende gartenkulturelle Initiativen zeigen, dass die Vernetzung für Akteure des bürgerschaftlichen Engagements zu Synergien führt. Dies gilt sowohl für große Verbände und Vereine (beispielsweise grüne Verbände, DGGL, Niedersächsischer Heimatbund) oder auch die Garteninitiativen.

Die Vernetzung in verbandlichen Strukturen führt zur Qualifizierung durch Wissenstransfer, zur Stärkung von Interessenlagen und verhilft zu mehr Strahlkraft und Wahrnehmung in der Außenwirkung. Die Vernetzung kann thematisch durch den Zusammenschluss unter einem Clusterthema (z.B. Entspannung in Parks und Gärten) oder clusterübergreifend (z.B. Bewegung in grüner Infrastruktur) und dabei regional oder landesweit erfolgen. In anderen Bundesländern haben sich gartenkulturelle Regional- oder Landesinitiativen dem Gartennetz Deutschland angeschlossen, um gemeinsam Marketingaktionen und Veranstaltungsangebote wie Rendezvous im Garten - Tage der Parks und Gärten aufzulegen. Dadurch werden außerdem die ohnehin häufig knappen Ressourcen gebündelt. Akteuren des bürgerschaftlichen Engagements wird empfohlen, sich gartenkulturellen oder gesundheitsorientierten Dachstrukturen anzuschließen.

Dabei sollten bestehende Netzwerke ihre thematische Ausrichtung überprüfen und eine Erweiterung in Richtung der gesundheitsfördernden Wirkung von Parks und Gärten in Erwägung ziehen. Denkbar wäre es, beispielsweise einen Bezug zu den Ansätzen „Green Health“ oder „Klimaschutz ist Gesundheitsschutz“ herzustellen. Akteure wie der BKK Dachverband e.V. oder Träger der BGF-Koordinierungsstellen wären für das Thema zu sensibilisieren und qualifizieren, damit sie Parks und Gärten insbesondere auch Firmengärten mit in die Beratung zur betrieblichen Gesundheitsvorsorge aufnehmen.<sup>283</sup>

Der Parlamentarische Abend der grünen Verbände Bund deutscher Baumschulen (BdB), Bundesverband Garten-, Landschafts- und Sportplatzbau (BGL), Bund Deutscher Landschaftsarchitekt:innen bdla und der Zentralverband Gartenbau (ZVG) laden regelmäßig die Deutsche Parlamentarische Gesellschaft zum Austausch ein<sup>284</sup>. Dort werden Aspekte der

<sup>282</sup> [www.bertelsmann-stiftung.de/de/themen/aktuelle-meldungen/2015/februar/engagiert-sich-die-generation-y/](http://www.bertelsmann-stiftung.de/de/themen/aktuelle-meldungen/2015/februar/engagiert-sich-die-generation-y/)

<sup>283</sup> [www.bgf-koordinierungsstelle.de/niedersachsen/](http://www.bgf-koordinierungsstelle.de/niedersachsen/)

<sup>284</sup> [www.taspo.de/gartenmarkt/parlamentarischer-abend-der-gruenen-verbaende/](http://www.taspo.de/gartenmarkt/parlamentarischer-abend-der-gruenen-verbaende/)

Gesundheitsförderung von Parks und Gärten berührt. Solche Ansätze sollten auch auf Landesebene verfolgt werden.

Von besonderer Bedeutung ist im Sinne des Themas dieser Untersuchung die interdisziplinäre Vernetzung von Akteuren der Gartenkultur und der Gesundheit, wie sie beispielsweise beim Symposium Gesunde Parks und Gärten begonnen wurde. Die Fortsetzung dieser Idee in geeigneten Formaten beispielsweise einem Markt der Möglichkeiten, Speeddating für Akteure oder der Ausbau und die redaktionelle Erweiterung der interaktiven Karte Gesunde Parks und Gärten wäre denkbar.

### 6.9.5 Finanzierung und Förderung



Wichtig ist es in einem integrierten Finanzierungsplan das gesamte Vorhaben in einzelne Bauabschnitte oder Teilvorhaben aufzusplitten, die jeweils passende Förderung zu definieren und sich auf die Förderschwerpunkte zu fokussieren.

Die Bildung von Fördervereinen hat sich in den letzten Jahrzehnten auch für Parks und Gärten wie beim Park der Sinne etabliert.<sup>285</sup> Sie stehen damit in der Tradition der Verschönerungsvereine, die mit dem stark wachsenden Tourismus in der zweiten Hälfte des 19. Jahrhunderts entstanden sind.<sup>286</sup> Letztere waren allerdings nicht nur finanziell, sondern häufig auch operativ tätig und trugen zur Anlage des Bürgerparks in Verden oder zur Bepflanzung der Wallanlagen in Stadthagen um die Wende zum 20. Jahrhundert bei.<sup>287</sup> Ein Engagement, das der Verkehrsverein in Stadthagen als Nachfolger des Verschönerungsvereins bis heute fortsetzt.

Unterschiedliche Maßnahmen zur Steigerung der gesundheitsfördernden Wirkung von Parks und Gärten lassen sich über das bürgerschaftliche Engagement von Körperschaften wie Fördervereine, Stiftungen oder die Umsetzung über gGmbHs fördern. Bezuglich der Finanzierung und Förderung sind die Cluster und ihre spezifischen Stakeholder als Orientierung für die Ansprache potentieller Förderer zu nutzen. Über Sport im Park können Mitglieder im LandesSportbund z.B. Projekte zur Bewegungsförderung über die „Zielgruppenspezifische Bewegungs- und Gesundheitsförderung“ auch in Parks und Gärten bezuschussen lassen.<sup>288</sup>

Grundsätzlich gilt aber, dass Organisationen im Sinne des Allgemeinwohls agieren müssen, um gemeinnützig tätig zu sein. Welche Tätigkeiten dem Wohle der Allgemeinheit dienen, bestimmt sich nach § 52 der Abgabenordnung (AO) und den darin aufgeführten Katalogzwecken. Davon abhängig ist beispielsweise für Vereine, ob sie steuerbefreit für den ideellen Geschäftsbetrieb sind und Spendenbescheinigungen ausstellen dürfen.

Die im § 52 AO bereits vorhandenen Zwecke wurden mit dem Jahressteuergesetz 2020 erweitert bzw. wurden neue Zwecke in den Katalog aufgenommen.<sup>289</sup> Klimaschutz wird mit der Änderung ausdrücklich in § 52 AO aufgeführt. Zwar wurde Klimaschutz bisher durch andere Zwecke, beispielsweise durch Umwelt- und Naturschutz in Ziffer 8 des § 52 AO mit abgedeckt,

---

<sup>285</sup> [www.verein-park-der-sinne.de](http://www.verein-park-der-sinne.de)

<sup>286</sup> [www.de.wikipedia.org/wiki/Verschoenenerungsverein](http://www.de.wikipedia.org/wiki/Verschoenenerungsverein)

<sup>287</sup> [www.verkehrsverein-stadthagen.de/allgemeine-infos/1173-rundgang-ueber-stadthagens-wallanlagen](http://www.verkehrsverein-stadthagen.de/allgemeine-infos/1173-rundgang-ueber-stadthagens-wallanlagen)

<sup>288</sup> [www.lsb-niedersachsen.de/themen/sportentwicklung/richtlinien-antraege/zielgruppenspezifische-bewegungs-und-gesundheitsfoerderung](http://www.lsb-niedersachsen.de/themen/sportentwicklung/richtlinien-antraege/zielgruppenspezifische-bewegungs-und-gesundheitsfoerderung)

<sup>289</sup> [www.roedl.de/themen/kompass-gesundheit-soziales/2021/01/neue-gemeinnuetzige-zwecke](http://www.roedl.de/themen/kompass-gesundheit-soziales/2021/01/neue-gemeinnuetzige-zwecke)

soll aber künftig gesondert hervorgehoben werden. Die gesonderte Aufnahme und damit die Hervorhebung des Klimaschutzes als Zweck für die Gemeinnützigkeit wird mit dem gestiegenen Engagement von Bürger:innen im Zusammenhang mit den Umwelt- und gesellschaftspolitischen Herausforderungen begründet. In den Katalog der gemeinnützigen Zwecke wird nunmehr in Nr. 22 des § 52 AO neben den bisher dort aufgeführten Zwecken der Heimatpflege und Heimatkunde die Ortsverschönerung aufgenommen. Beide Aspekte haben eine Bedeutung für gesundheitsfördernde Parks und Gärten, so dass durch Anerkennung der Gemeinnützigkeit neue Möglichkeiten für Körperschaften wie Vereine und Stiftungen z.B. für die Cluster Grüne Infrastruktur und Vernetzungsstrukturen entstehen. Bislang unverändert ist allerdings der Zweck der Gesundheitsförderung. Hier müsste ein Umdenken seitens der Politik stattfinden (siehe Abschnitt Handlungsempfehlungen für die Politik).

Darüber hinaus sind z.B. auch Maßnahmen in denkmalgeschützten Parks und Gärten als gemeinnützig anerkannt. Geldspenden können über Aktionen oder projektbezogen über das Crowdfunding eingeworben werden. Die Parktombola z.B. blickt auf einen jahrelangen, breiten Zuspruch zur Unterstützung des Bürgerparks in Bremen.

Sponsoring sollte als Option bedacht werden, auch wenn es dem Grunde nach ein Marketingvertrag ist. Viele Unternehmen wie z.B. Energieversorger und Lebensmittelhändler unterstützen seit einigen Jahren nachhaltige Maßnahmen, um sich ein umweltfreundliches Image zu geben. Dabei stehen Aspekte der Ernährung und des Anbaus von Obst, Gemüse und Kräutern im Fokus.

Zur Finanzierung ihrer gesundheitsfördernden Aktivitäten muss sich auch der Gartenhorizonte e.V. in seiner Funktion als Zusammenschluss von Betreiber:innen von Parks und Gärten zusammen mit gartenkulturellen Dachorganisationen für die Umsetzung der politischen Ziele des Klimaschutzes und der Umweltgerechtigkeit (siehe Kapitel 6.5.2) aktiv einsetzen.

#### 6.9.6 Vermittlung



Bettina Windau, Direktorin des Programms Zukunft der Zivilgesellschaft, vertritt die Auffassung, dass Engagement immer dann entsteht, wenn es zum Leben passt.<sup>290</sup> Bei der Ansprache der Bürger:innen gilt es, die unterschiedlichen Engagementtypen zu berücksichtigen, um vorhandene Potentiale zu nutzen. Aus der Forschung sei bekannt, dass sich ungefähr ein Drittel der bundesdeutschen Bevölkerung freiwillig engagiert. Ein weiteres Drittel wäre dazu bereit, wenn die Umstände passend sind. Gerade mit potentiell Interessierten, die aber noch nicht wissen, wie sie sich engagieren können, ist durch Träger oder Projekte über geeignete Formate vorzugsweise mit persönlicher Ansprache Kontakt aufzunehmen. Langjährig engagierte und zufriedene Ehrenamtliche können dabei als Botschafter:innen des Engagements fungieren. Leute treffen, die man sonst nie getroffen hätte, Dinge lernen, die man niemals so gesehen hätte – mit viel Freude kann produktiv geholfen werden. Und allein über die Zufriedenheit wird auch ein Beitrag zum eigenen Wohlbefinden und zur Gesundheitsförderung geleistet.

<sup>290</sup>[www.bertelsmann-stiftung.de/de/themen/aktuelle-meldungen/2014/september/engagement-entsteht-immer-dann-wenn-es-zum-leben-passt/](http://www.bertelsmann-stiftung.de/de/themen/aktuelle-meldungen/2014/september/engagement-entsteht-immer-dann-wenn-es-zum-leben-passt/)

Viele Parks und Gärten bieten Rundgänge oder Gästeführungen beispielsweise im Park der Gärten im Ammerland an.<sup>291</sup> Auch hier kann bereits ein niedrigschwelliges Gesundheitsangebot über die Einbindung der häufig Ehrenamtlichen platziert werden. Dafür müssen Curricula entwickelt oder bestehende gartenkulturelle Formate um das Thema Gesundheit ergänzt, Gästeführer geschult und in die bestehenden Vermittlungsstrukturen eingebracht werden. Kooperationen mit bestehenden Strukturen und Angeboten wie beispielsweise die der LEB-Qualifizierungen für Gästeführer:innen bieten hier vielfältige Möglichkeiten. Die LEB engagiert sich seit 1998 im ländlichen Tourismus, neben anderen Bildungsträgern der Erwachsenenbildung.<sup>292</sup> Auch hier bietet die Ansprache von Nutzer:innen über die Aktionsfelder eine erste Orientierung.

Bürgerschaftliches Engagement insbesondere von Vereinen oder Netzwerken kann dazu beitragen, dass Menschen über das Thema gesundheitsfördernde Parks und Gärten Gesundheitskompetenz erlangen können. Bitzer sieht außerhalb des Gesundheitssystems alle Akteure gefragt. Anstrengungen sind im gesamten Bildungssystem und in der Arbeitswelt zu intensivieren, Menschen den Erwerb von Gesundheitskompetenz zu ermöglichen.<sup>293</sup>

„Gesundheitskompetenz umfasst das Wissen, die Motivation und die Kompetenzen von Menschen in Bezug darauf, relevante Gesundheitsinformationen in unterschiedlicher Form zu finden, zu verstehen, zu beurteilen und anzuwenden, um im Alltag in den Bereichen der Krankheitsbewältigung, der Krankheitsprävention und der Gesundheitsförderung Urteile fällen und Entscheidungen treffen zu können, die die Lebensqualität im gesamten Lebensverlauf erhalten oder verbessern“ Ungleiche verteilte Gesundheitskompetenz ist Ausdruck ungleicher gesellschaftlicher Verhältnisse und trägt u.U. zur Verfestigung dieser Ungleichheiten bei. Weltweit und auch in Deutschland ist Gesundheitskompetenz in der Gesellschaft ungleich verteilt und folgt in etwa anderen sozialen Gradienten: Je höher der Bildungsgrad, das verfügbare Einkommen, die soziale Stellung, desto wahrscheinlicher berichten Menschen über gering ausgeprägte Schwierigkeiten im Umgang mit gesundheitlichen Problemstellungen. In Deutschland beträgt der Anteil an Personen, der über Schwierigkeiten im Umgang mit Gesundheitsinformationen berichtet, bei Menschen mit niedriger Bildung 78,3 %, niedrigem Sozialstatus 71,9 % und bei Menschen im höheren Alter 65,1 %.<sup>294</sup>

Informationen zur Gesundheitsprävention können innerhalb der Cluster über Parks und Gärten niedrigschwellig vermittelt werden und einen Beitrag zum Erwerb von Gesundheitskompetenz leisten. Verbände und Vereinigungen müssen ihre Initiativen fortsetzen, die Belange der Grünen Infrastruktur, der gesundheitsfördernden Parks und Gärten in die Politik und Verwaltungen zu tragen. Wichtiges Ziel ist die Verbesserung der gesetzlichen und behördlichen Rahmenbedingungen und insbesondere das Drängen auf Vollzug. Dafür sind die fachlichen Vorgaben und Instrumente durch die Fachgruppen als Grundlage zu erarbeiten wie z.B. das Freiflächen-gestaltungskonzept.

---

<sup>291</sup> NWZ online 03/2013. Gästeführer sind fit für neue Saison.

<sup>292</sup> [www.tourismus.leb-niedersachsen.de/g%C3%A4stef%C3%BCChren-stern.html](http://www.tourismus.leb-niedersachsen.de/g%C3%A4stef%C3%BCChren-stern.html)

<sup>293</sup> Bitzer 2021, S. 252

<sup>294</sup> Bitzer, 2021, S. 248

## 6.9.7 Marketing und Kommunikation



Der Aufbau eines Fundraisings ist besonders für Vereine und langfristig tätige Initiativen sinnvoll. Das Einwerben von Mitteln ist erfolgreicher, wenn es planmäßig und strategisch vorbereitet ist oder bei größeren Vorhaben ggf. externe Expertise von spezialisierten Agenturen eingekauft werden kann. Eine professionelle Kommunikation unterstützt diese Prozesse.

In Sachsen-Anhalt betreibt der Tourismusverband Sachsen-Anhalt e.V. eine ansprechende und informative Website zu Heil-, Kur- und Entspannungsorten, die unter dem Motto „Kraft schöpfen aus der Natur“ wirbt und Parks und Gärten sowie Gesundheitsangebote in den Orten präsentiert.<sup>295</sup>

Bei Parks und Gärten, die vom Naturschutz z.B. durch Unterschutzstellung betroffen sind oder als grüne Infrastruktur zu sehen sind, kann eine Einflussnahme über die Verbandsbeteiligung erreicht werden. Verbandsbeteiligung ist ein Begriff, der im Zusammenhang mit dem Umweltrecht und spezifischer mit den Mitwirkungs- bzw. Beteiligungsrechten und Informationsrechten von Naturschutzgruppierungen genutzt wird und sich auf verschiedene Bundes- und Landesgesetze bezieht.<sup>296</sup> Über diesen Kommunikationsweg kann im Rahmen der Bauleitplanung z.B. die Sicherung oder die Aufwertung von Grün erreicht werden. Die Zusammenarbeit mit zugelassenen Verbänden ist zu suchen.

## 6.10 Netzwerk Gartenhorizonte

### 6.10.1 Zielgruppe Netzwerk Gartenhorizonte

Das Netzwerk Gartenhorizonte ist ein Akteur des bürgerschaftlichen Engagements. Somit gelten die Handlungsempfehlungen des vorherigen Abschnitts auch für den Träger der Landesinitiative. An dieser Stelle sollen darüber hinaus Handlungsempfehlungen gegeben werden, die einer gartenkulturellen Bündelungs-, Entwicklungs- und Kommunikationsebene zukommen. Dabei ist zu unterscheiden, was für die Etablierung des Trägers erforderlich ist und welchen Mehrwert der Träger für seine Mitglieder, für die Gartenkultur und die gesundheitsfördernde Wirkung von Parks und Gärten generieren kann.

### 6.10.2 Etablierung des Trägers

Diese Untersuchung und auch vorangegangene Studien wie die Potentialanalyse Gartenhorizonte<sup>297</sup> haben deutlich gemacht, dass das gartenkulturelle Engagement in Niedersachsen sehr ausgeprägt ist. Es verteilt sich auf vielfältige Träger:innen in Form von Einzelpersonen und Institutionen, die alle aber eine unterschiedliche Intention verfolgen oder nur in bestimmten Regionen tätig sind.

<sup>295</sup> [www.gesundheitsorte.de](http://www.gesundheitsorte.de)

<sup>296</sup> [www.de.wikipedia.org/wiki/Verbandsbeteiligung](http://www.de.wikipedia.org/wiki/Verbandsbeteiligung)

<sup>297</sup> Stadt Westerstede

Deshalb fehlt der Gartenkultur in Niedersachsen trotz ihrer Bedeutung für Gesundheit, Klimaschutz und Klimafolgenanpassung, Biodiversität, Bildung, Soziales und Integration, Kultur und Gartenbau die nötige gesellschaftliche Wertschätzung und Unterstützung.

Mit der Gründung des Gartenhorizonte e.V. wurde erstmals eine Einrichtung geschaffen, die alle Belange und alle Einzelinitiativen und Bestrebungen gleichermaßen vertreten könnte. Um angemessen Gehör zu finden, ist eine handlungsfähige und gut vernetzte Trägerstruktur unerlässlich, ähnlich wie sie in Sachsen-Anhalt mit dem Gartenträume Historische Parks in Sachsen-Anhalt e.V. seit rund zwei Jahrzehnten besteht. Die Stärkung der Trägerstruktur Gartenhorizonte e.V. durch die Einrichtung einer hauptamtlichen Geschäftsstelle ist eine Grundvoraussetzung für Kontinuität und zur Entlastung der Ehrenamtlichen. Wichtig ist dabei die interdisziplinäre Ausrichtung der Geschäftsstelle in den Bereichen Gartenkultur und Marketing, damit ein breites Verständnis über die Werte und Bedürfnisse von Parks und Gärten mit besonderem Sachverstand für die Kommunikation und Vermarktung zusammenkommen. Eine einseitige Aufstellung würde der besonderen Aufgabenstellung nicht gerecht werden.

Für den Aufbau des Gartenhorizonte e.V. ist ein Entwicklungskonzept mit Definition der strategischen Ausrichtung und der Handlungsfelder erforderlich. Das Vorhaben zur Konzeption und zur Kommunikation, das aus dieser Studie heraus entwickelt wurde, bildet dafür die Grundlage. Sie ist in das Marketing des Gartenhorizonte e.V. zu überführen.

Die Cluster der gesundheitsfördernden Parks und Gärten können eine wichtige Strukturierung der Handlungsfelder des Vereins bilden. Die Kategorien der Gartenhorizonte- Potentialanalyse sind dabei zu integrieren, denn sie verweisen auf weitere bedeutende gartenkulturelle Potentiale in Niedersachsen. Diese müssen weiterhin mit betrachtet und vermittelt werden, denn sie beinhalten Alleinstellungsmerkmale für das Gartenland Niedersachsen, wie z.B. die Gutsparke und die Verwebung mit den umgebenden Kulturlandschaften. Gutes Beispiel ist dafür das Calenberger Land. Ein weiteres Alleinstellungsmerkmal sind die Effekte, die der Produktionsgartenbau auf die niedersächsische Kulturlandschaft ausgeübt hat und zur Parklandschaft Ammerland geführt hat.

Gesundheitsförderung von Parks und Gärten ist das aktuelle Thema, das in unterschiedlicher gesellschaftlicher Ausprägung immer Relevanz haben wird. Es ist aber nicht das einzige Thema, das eine gartenkulturelle Bündelungsebene zu vertreten hat. Perspektivisch hat der Verein die Chance, Mehrwerte für die Mitglieder zu generieren und die Funktion einer Freiwilligenagentur für gestalterische oder gesundheitsfördernde Tätigkeiten in Parks und Gärten im ländlichen Raum zu übernehmen. Für die Gartenkultur und die gesundheitsfördernde Wirkung von Parks und Gärten wäre zu prüfen, ob der Verein die Funktion eines zu beteiligenden Verbandes erlangen kann.

### 6.10.3 Infrastruktur Parks und Gärten



Der Gartenhorizonte e.V. und die Landesinitiative müssen weiterhin Aktivitäten unternehmen, um das gartenkulturelle Potential und die Vielfalt der gesundheitsfördernden Parks und Gärten sichtbar zu machen. Der im Rahmen dieser Untersuchung aufgebaute Potentialpool sollte durch aktive Ansprache von Akteuren weiter ausgebaut werden. Zur Inwertsetzung des Potentials sind für Parkbetreiber und Gesundheitsanbieter in Parks und Gärten Beratungs- und Fortbildungsangebote zu entwickeln und anzubieten.

Eine wichtige Rolle nimmt die Potentialberatung für Betreiber:innen von Parks und Gärten ein, die im Verein aufzubauen und bestehenden und potentiellen Mitgliedern zur Verfügung zu stellen ist. Mit dieser Beratung erfolgt eine fachlich qualifizierte Einschätzung, für welches Cluster ein Park oder Garten besonders geeignet ist oder wie er sich dahin entwickeln lässt. Bei den Workshops zum Symposium Gesunde Parks und Gärten wurde 2021 im Austausch mit den Eigentümer:innen deutlich, dass ein besonderer Bedarf besteht, bei der Entwicklung neuer gesundheitsfördernder Angebote in Parks und Gärten nicht nur die Potentialberatung in Anspruch zu nehmen, sondern auch die konkrete Vernetzung mit möglichen Kooperationspartner:innen der Gesundheitsförderung anzubahnen.

Fortbildungsangebote können die Vereinsmitglieder aber auch die Betreiber:innen von Parks und Gärten mit fachlicher Expertise darin unterstützen, ihre Anlage für gesundheitsorientierte Angebote zu entwickeln, am Markt zu positionieren und wahrnehmbar zu machen.

#### 6.10.4 Gesundheitsfördernde Angebote in Parks oder Gärten



Bei Dienstleister:innen für Gesundheitsangebote und Akteuren der Gesundheitswirtschaft gilt es im ersten Schritt grundlegend tätig zu werden und für die gesundheitsfördernde Wirkung von Parks und Gärten zu sensibilisieren und über Potentiale aufzuklären.

Der Verein kann sich als Kontakt- und Vermittlungsstelle für Dienstleister:innen und Akteure der Gesundheitswirtschaft wie Krankenkassen positionieren und sie beraten, welche Parks und Gärten sich für die jeweiligen Angebote eignen.

Perspektivisch könnte der Gartenhorizonte e.V. in Kooperation mit entsprechenden Expert:innen Gesundheitsanbieter:innen ausbilden oder Seminar- und Workshopangebote für interessierte Bürger:innen konzipieren. Die Akademie in Sachsen-Anhalt bildet beispielsweise zertifizierte Gartentherapeut:innen aus<sup>298</sup> und vermittelt gartenbezogene Kenntnisse zu gesunder Ernährung.

#### 6.10.5 Vernetzung



Als Basis muss der Gartenhorizonte e.V. die gartenkulturellen Einzelakteure / Betreiber:innen von Parks und Gärten im Blick haben und diese vernetzen. Die Datenbank des Potentialpools mit rund 130 Eigentümer:innen, die für Gesunde Parks und Gärten in diesem Vorhaben sensibilisiert werden konnten, sind aktiv anzusprechen und über geeignete thematische Angebote und den Mehrwert einer Zusammenarbeit aufzuklären, mit dem Effekt, sie an die Landesinitiative Gartenhorizonte zu binden. Das Anknüpfen an die durchgeführten Regionalworkshops Gartenhorizonte oder eine landesweite Vernetzungsveranstaltung, z.B. auch als Hybridformat, ist in Erwägung zu ziehen.

Der Gartenhorizonte e.V. muss Kontinuität in die Vernetzung von Betreiber:innen von Gärten und Parks mit relevanten Akteuren der Gartenkultur, der Gesundheitsförderung, des Tourismus und der Nachhaltigkeit über die Studie hinaus gewährleisten. Dazu trägt die Vernetzung

<sup>298</sup> [www.gartenakademie-sachsen-anhalt.de/projekte-u-angebote/gartentherapie](http://www.gartenakademie-sachsen-anhalt.de/projekte-u-angebote/gartentherapie)

mit anderen Landesprojekten wie z.B. der Garten- und Landschaftskultur im Westharz bei. Hierdurch könnte die hohe Zahl der Kurparke im Harz durch die Cluster Bewegung, Therapie oder Entspannung mit neuen Konzepten gestärkt werden.<sup>299</sup> Für das Aktionsfeld 2 Gesunde Entwicklung von Kindern und Jugendlichen ist die Vernetzung / Kooperation mit dem Netzwerk Kita & Gesundheit<sup>300</sup> zu prüfen. Ziel sollte es sein, die Belange der gesundheitsfördernden Parks und Gärten auch für Kitas zu stärken und die Erkenntnisse in das Netzwerk Gartenhorizonte zu tragen. Das Gleiche gilt für eine Kooperation mit der Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen e.V..

Zur Entwicklung von gesundheitsfördernden Angeboten in Parks oder Gärten oder deren Ausbau können Kooperationen mit Partner:innen aus Niedersachsen wie die Ländliche Erwachsenenbildung LEB, die Landwirtschaftskammer mit der Niedersächsischen Gartenakademie oder die Niedersächsischen Landesforsten eingegangen werden. Bestehende Angebote können ggf. in Richtung Gesundheitsförderung durch Parks und Gärten erweitert werden. Das spart Ressourcen und führt häufig zu Synergien.

Das Ziel, „die Bedeutung von Gärten und Parks in Niedersachsen stärker in das öffentliche Bewusstsein zu heben“, kann beispielhaft sein für weitere Landesinitiativen wie etwa den „Gesellschaftsvertrag Landwirtschaft.Ernährung.Zukunft“<sup>301</sup>, der landwirtschaftliche Bedarfe und gesellschaftliche Ansprüche zu integrieren sucht. Für beide Initiativen stellt „Gesundheit“ ein Querschnittsthema von breiter gesellschaftlicher Relevanz dar.

Gartenhorizonte sollte auch den direkten Austausch mit den Präventionsprogrammen der Krankenkassen suchen (vgl. Kapitel 6.4.4) und auf die Bedeutung der gesundheitsfördernden Parks und Gärten sowie deren Aufnahme in die konkreten Präventionsangebote / Kurdatenbanken hinwirken.

Über vorhandene Initiativen wie der der BKK24 mit „Länger Besser Leben“ sollte versucht werden, konkrete Parks und Gärten und deren Angebote einzubinden.

Aufgrund des breitgefächerten Wirkungsspektrums ist ein Austausch und die konkrete Adressierung mit anderen „Dachstrukturen“ und Initiativen z.B. Landessportbund oder auch mit dem Heimatnetz<sup>302</sup> sinnvoll. Darüber lassen sich externe Expertise, potentielle Freiwillige und Ehrenamtliche ansprechen und bestehende Formate gemeinsam bespielen.

Eine Einbindung in den deutschlandweiten und europäischen Diskurs zur Entwicklung der Gartenkultur sollte angestrebt werden, um sich mit seinem Alleinstellungsmerkmal gesundheitsfördernde Parks und Gärten zu positionieren und der Gartenkultur generell zu mehr Aufmerksamkeit zu verhelfen. Über eine Vernetzung mit dem Gartennetz Deutschland der DGGL und dem European Garden Heritage Network EGN kann dies erreicht werden. Durch die Vernetzung mit der Initiative Natur im Garten, die bereits stattgefunden hat, kann auch auf europäischer Ebene die besondere Verbindung von Gartenkultur und Gesundheit kommuniziert werden.

Der Gartenhorizonte e.V. sollte sich als Schnittstelle zur Wissenschaft begreifen und die aufgebauten Kontakte z.B. zum Sachverständigen Rat für Umwelt SRU der Bundesregierung verstetigen und deren Erkenntnisse und Empfehlungen perspektiv in die eigene Arbeit integrieren.

---

<sup>299</sup> [www.niedersaechsischer-heimatbund.de/projekte/gartenkultur-westharz](http://www.niedersaechsischer-heimatbund.de/projekte/gartenkultur-westharz)

<sup>300</sup> <https://www.gesundheit-nds.de/netzwerke/netzwerk-kita-und-gesundheit-niedersachsen/>

<sup>301</sup> [www.ml.niedersachsen.de/gesellschaftsvertrag](http://www.ml.niedersachsen.de/gesellschaftsvertrag)

<sup>302</sup> [www.heimat-netz.de](http://www.heimat-netz.de)

Der Gartenhorizonte e.V. kann die Durchführung von Studien zu ausgewiesenen Fragestellungen initiieren und Kooperationen mit Hochschulen mit den Schwerpunkten Gesundheit, Landschaftsarchitektur, Wirtschaft, Soziales und Pädagogik aufnehmen oder Fördervorhaben zu deren Umsetzung konzipieren.

#### 6.10.6 Finanzierung und Förderung



Zur Stärkung des Gartenhorizonte e.V. ist eine nachhaltige Form der Finanzierung seiner Tätigkeit zu finden. Die Steigerung der Mitgliedszahlen und die Einnahmen aus Mitgliedsbeiträgen sind eine Säule. Die bereits angesprochenen Akteure der rund 130 ermittelten Parks und Gärten sollten daraufhin weiter einbezogen werden.

Darüber hinaus ist eine anteilige institutionelle Förderung zu prüfen. Vergleichbar ist diese Vorgehensweise mit dem Netzwerk Baukultur Niedersachsen, das im Zuständigkeitsbereich des Niedersächsischen Ministeriums für Umwelt, Energie, Bauen und Klimaschutz unterstützt und fachlich begleitet wird.<sup>303</sup>

Der Verein Gartenhorizonte kann sich durch die Entwicklung von Modellprojekten, von denen viele Mitglieder profitieren, fachlich qualifizieren und die Finanzierung wichtiger übergeordneter Entwicklungsbausteine realisieren. Als Sprachrohr der gesundheitsfördernden Gartenkultur kann der Verein Kompetenz und dauerhafte Sponsoring-Kontakte für den Verein und für die Mitglieder aufbauen.

Zur Beratung der Mitglieder aber auch zur Umsetzung eigener Vorhaben kann ein Förderlotse aufgebaut werden, der sich im Kontext passender Fördermittelprogramme von Stiftungen sowie des Landes, des Bundes und der EU qualifiziert.

#### 6.10.7 Vermittlung



Die Vermittlung hat das Ziel, eine aktive Vorstellung der gesundheitsfördernden Wirkung von Parks und Gärten bei politischen Fraktionen auf Ebene der Kommunen, Landkreise und des Landes zu erreichen. Bürger:innen sollen erkennen, welche gesundheitsorientierten Angebote es in Niedersachsen gibt. Diese potentiellen Nutzer:innen der Orte und Angebote müssen über die Existenz zielgruppengerecht informiert werden. Dabei kann die Entwicklung von Vermittlungskonzepten auch über das Instrument der Personas erfolgen.

Die Aktionsfelder dieser Untersuchung können ins Zentrum der Vermittlung und Vermarktung gestellt werden. Darüber lassen sich die jeweiligen Zielgruppen, Stakeholder und Nutzer:innen erreichen. Die ermittelten Akteure der jeweiligen Zielgruppen sind in der weiteren Auseinandersetzung zu überprüfen und zu ergänzen.

Die aufgebaute interaktive Karte ist in die Vermittlung zu integrieren und mit zusätzlichem Content zu füllen. Dazu sind weitere gesundheitsfördernde Parks und Gärten sowie Angebote

<sup>303</sup> [www.baukultur-niedersachsen.de/index.php/landesinitiative](http://www.baukultur-niedersachsen.de/index.php/landesinitiative)

zu erfassen, zu bewerten und über die interaktive Karte in eine niedrigschwellige Kommunikation des Potentials in den sozialen Medien zu überführen.

Gartenhorizonte e.V. muss die Informationsflut der breiten Angebotspalette bündeln und ansprechend kommunizieren. Ziel ist es, diese vielfältigen Angebote an die Nutzer:innen zu bringen. Schulen könnten geeignete Strukturen bieten, da darüber alle Kinder und Jugendlichen und letztlich Familien erreicht werden können.

In der Vermittlung sind Formate zum regelmäßigen Wissenstransfer und für neue Angebote zu entwickeln. Leitfäden oder Beiträge für schulische und außerschulische Lerninhalte unterstützen die Ansprache von Schüler:innen, Schulen und Lehrer:innen bei der Vernetzung mit lokalen Anbieter:innen.

Eine Vermittlungstätigkeit richtet sich auf die Ansprache von potentiell Freiwilligen und Ehrenamtlichen, deren Vernetzung mit den Mitgliedern des Gartenhorizonte e.V. und auf die Bereitstellung von Formaten für projektbezogene Unterstützung.

Ein Relaunch der Website des Projektverbund Gartenhorizonte e.V., der sich erkennbar an unterschiedliche Ziel- und Altersgruppen wendet, ist erforderlich und teils umgesetzt. Ggf. sind unterschiedliche Plattformen zu erarbeiten. Eine Trennung in Vereinsseite für Mitglieder sowie potentielle Unterstützer:innen und in eine Vermittlungs- und Marketingplattform für Nutzer:innen von gesundheitsfördernden Parks und Gärten und deren Angeboten ist zu prüfen. Die Vermittlung der weiteren Werte der niedersächsischen Gartenkultur darf nicht aus den Augen verloren werden. Das Internetangebot sollte Interaktionen ermöglichen, um das Engagement zu stärken. Es sind Formate zu finden, die Jugendlichen einen Ort bieten, an dem sie ihre Projektideen kommunizieren können.<sup>304</sup>

Aus dem Symposium Gesunde Parks und Gärten heraus könnte eine Tagungsreihe weiterentwickelt werden. Damit könnte die Vernetzung der Akteure und ein Wissenstransfer ähnlich wie beim Kongress Garten und Medizin 2017 auf Bundesebene stattfinden, der gleichzeitig die öffentliche Wahrnehmung fördert.<sup>305</sup> Der Fachbeirat „Garten & Medizin“ der Deutschen Gartenbau-Gesellschaft 1822 e.V. DGG – zusammengesetzt aus Persönlichkeiten der „weißen“ (Mediziner) und der „grünen“ Branche (Gartenbau), der Politik und den Medien – sollte einbezogen werden.

## 6.10.8 Marketing und Kommunikation



Der Aufbau eines professionellen Marketings und der Umsetzung im Marketingmix innerhalb einer Geschäftsstelle Gartenhorizonte sollte auf einem Marketingkonzept basieren. Dazu ist die bisherige Kommunikation (Kanäle, Botschaften) und die Vernetzungsstrategie des Netzwerks Gartenhorizonte zu überprüfen. Eine gemeinsame Vision ist für die Dachmarke Gartenhorizonte zu entwickeln und mit der Basis z.B. im Rahmen einer Mitgliederbeteiligung abzustimmen. Darauf aufbauend sind Kommunikations- und Vernetzungsziele sowie deren Übersetzung in zielgruppenspezifische Botschaften und Netzwerkstrukturen klar zu formulieren. Ein Maßnahmenkatalog unter Einbeziehung diverser Medien- und Veranstaltungsformate (auch:

---

<sup>304</sup> [www.erdensache.de](http://www.erdensache.de)

<sup>305</sup> BMEL 2018

Symposien) sowie Qualifizierungs- und Beratungsangebote ist zu erarbeiten. Die Aktionsfelder sind auf ihre Tauglichkeit im Marketing zu überprüfen und ggf. zu modifizieren.

Im Rahmen der Produktentwicklung sind gartenkulturelle Untersuchungen in allen Regionen durchzuführen und das gesundheitsfördernde Potential vertieft zu ermitteln. Eine Qualitätsprüfung für die gesundheitsfördernden Parks und Gärten und deren Angebote ist mittelfristig zu etablieren, um Nutzer:innenerwartungen gerecht zu werden.

Die Kopplung dieses Ansatzes mit einem regelmäßig stattfindenden Wettbewerb, der eine Qualitäts- und Innovationsauszeichnung (vgl. mit dem Green Flag Award) vergibt, könnte ein wichtiges Marketinginstrument sein, mit dem der Gartenhorizonte e.V. die gesundheitsfördernden Potentiale von Parks und Gärten sichtbar machen könnte.

Das Marketing der Gartenhorizonte e.V. muss als agiles System aufgebaut werden, dass auf sich ändernde Trends und gesellschaftliche Rahmenbedingungen reagieren kann, aber dennoch den Markenkern Parks und Gärten über sich verändernde Trends im Fokus behält. Dazu dient sicherlich auch das in Bearbeitung befindliche Netzwerk- und Kommunikationskonzept.

Zu den Aufgaben gehört die Anbahnung von Sponsoring durch die Vernetzung der gartenkulturellen Akteure mit passenden Akteuren aus der Wirtschaft unter Bezugnahme auf jeweils gesellschaftlich relevante Aufgaben wie z.B. ökologische Transformation, aber auch der Markterfordernisse und gartenkulturellen Trends. Die Entwicklung und Durchführung von Marketingkampagnen ist anzustreben, um potentielle Zielgruppen, die z.B. nicht vordergründig an Gesundheit interessiert sind, über andere Anreize wie Selbstoptimierung oder Wohlergehen zu erreichen.

Im Bereich Kommunikation spielt eine kontinuierliche Pressearbeit und der Aufbau von Kontakten zu Journalisten und Bloggern mit Schwerpunkt Gartenkultur und Gesundheit eine Rolle. In Social-Media-Kanälen besteht aktuell ein hohes Interesse an Themen der Nachhaltigkeit, der Bewegung und Ernährung und der Klimaresilienz. Deep und Deutlich des NDR ist ein Format, in dem sich z.B. die Social Media Expertin Louisa Dellert engagiert, die als Influencerin sich auf nachhaltige Themen spezialisiert hat.<sup>306</sup> Eine professionelle Beratung kann bei der Auswahl der jeweiligen Kanäle hilfreich sein. Die Einbindung von Akteuren, die authentisch in den unterschiedlichen Formaten aktiv sein können, ist anzustreben.

Es ist zu prüfen, inwieweit der Begriff „Green Care“ in die Kommunikation übernommen werden sollte, der in Österreich geprägt wurde und jegliche präventiven und gesundheitsfördernden (auch tiergestützten) Interventionen für Menschen mit Hilfe natürlicher Elemente umfasst.<sup>307</sup> Aus einem anfänglich theoretischen Konstrukt entwickelte sich ein mittlerweile in der breiten Bevölkerung etablierter Begriff. Es bleibt zu prüfen, ob die Verwendung des Begriffes mehr Unterstützung auf europäischer Ebene bringt.

<sup>306</sup> [www.ardmediathek.de/sendung/deep-und-deutlich/Y3JpZDovL25kci5kZS80NjA1](http://www.ardmediathek.de/sendung/deep-und-deutlich/Y3JpZDovL25kci5kZS80NjA1)

<sup>307</sup> Haubenhofer 2017, S. 86

## 6.11 7-Punkte-Plan der studienbezogenen Handlungsempfehlungen

Die zielgruppenspezifischen Handlungsempfehlungen der Potentialentfaltungsstudie bilden eine hohe Bandbreite und Tiefe an Ansatzpunkten ab. Dabei wurden die einzelnen Zielgruppen bzw. Stakeholder der Studie in den Blick genommen und die Handlungsempfehlungen anhand dieser Akteure strukturiert.

Im Verlauf des Prozesses zur Entwicklung der Studie und Vernetzung der Akteure haben sich sieben Kernpunkte herausgestellt, die als prioritäre Handlungsempfehlungen der Potentialentfaltungsstudie Gesunde Parks und Gärten von der Projektgruppe zusammenfassend genannt werden können. Dieser 7-Punkte-Plan greift auf die voranstehenden Kapitel zurück und stellt nachfolgend die prioritären Maßnahmenbereiche auf:

- 1  Implementierung externer, fachlicher Potential-Beratung von Betreiber:innen bzw. Eigentümer:innen der Park- und Gartenanlagen sowie von Gesundheitsanbieter:innen.
- 2  Aktive und langfristige Vernetzung der Betreiber:innen bzw. Eigentümer:innen der Park- und Gartenanlagen sowie von Gesundheitsanbieter:innen zum Thema Gesundheitsförderung.
- 3  Stärkung und Implementierung des Netzwerks Gartenhorizonte als Träger einer hauptamtlichen Stelle und von Beratungsstrukturen. Dauerhafte Fortsetzung des aufgebauten Expert:innenbeirates unter dem Dach des Netzwerks Gartenhorizonte.
- 4  Aufbau zielgruppenspezifischer Kommunikationsstrukturen im Netzwerk Gartenhorizonte sowie Vermittlung von gesundheitsfördernden Mehrwerten von Parks und Gärten auf ausgewählten Kommunikations- und Marketing-Kanälen.
- 5  Erhebung und Schaffung wissenschaftlicher Grundlagen zur wirtschaftlichen und gesamtgesellschaftlichen Bedeutung der Gesundheitsförderung durch Parks und Gärten sowie Berücksichtigung in Curricula von Wissenschaft und Lehre.
- 6  Aufwertung und Neuanlage von Parks und Gärten in ländlichen Räumen als kommunale Pflichtaufgabe mit zugewiesenen Haushaltssmitteln und Verbesserung der Förderkulisse zur ländlichen Entwicklung, Klimafolgenanpassung, zum Klimaschutz sowie zur Pandemiebekämpfung.
- 7  Umsetzung der gesundheitsfördernden Ziele auf landespolitischer Ebene sowie interministerielle Vernetzung der Themen für gesunde Parks und Gärten.

## 7 Empfehlungen für den Pilotstandort LandPark Lauenbrück

Der Bearbeitungszeitraum der vorliegenden Studie endete im Juni 2022. Bereits in der Zeit bis zur Abschlussveranstaltung im Herbst 2022 sind weitere Maßnahmen am Pilotstandort umgesetzt worden, wie der LandGarten und die LandKüche. So können bereits Erfahrungen in der Umsetzung von pädagogischen Angeboten für Schulen gesammelt werden.

### 7.1 Ausrichtung zukünftiger Aktivitäten des Pilotstandorts LandPark Lauenbrück

Der Studienverlauf hat verdeutlicht, welche Bedeutung der LandPark Lauenbrück für die Region und die Betreiber:innen von Gärten und Parks in landesweiten Netzwerken einnimmt. Der LandPark Lauenbrück hat insbesondere für die Gesellschaft und das bürgerschaftliche Engagement in der unmittelbaren Umgebung eine Ankerfunktion inne – besonders im Engagement für Zugezogene oder Menschen mit Beeinträchtigungen. Gleichzeitig zeigte sich im Projektverlauf, dass die Vielzahl an Möglichkeiten und Projektansätzen die Fokussierung auf einzelne Bereiche erschweren. In den folgenden Kapiteln sollen Empfehlungen für den Pilotstandort LandPark Lauenbrück gegeben werden, den eigenen Landschaftspark bezogen auf die gesundheitsorientierten Aspekte und Eigenheiten zu fokussieren.

#### 7.1.1 Angebotsentwicklung



Der LandPark Lauenbrück bietet durch seine verschiedenen Einrichtungen und durch die infrastrukturellen Voraussetzungen eine hohe Bandbreite an Themen. Im Zuge der Besucher:inneninterviews und auch der teilnehmenden Beobachtung wurde eine Tendenz deutlich: Die Vielfalt erschwert es dem LandPark Lauenbrück, ein klares Profil in der Außenkommunikation zu schaffen. Um dieser Profilierung einen Rahmen zu geben, zeigten die Interviews, dass für den LandPark Lauenbrück insbesondere das Arbeitsfeld „Parks und Gärten für gesunde Ernährung und Gartenarbeit“ erhebliches Entfaltungspotential bietet. Für die Profilierung ist es daher unablässig, eventuell weitere Stärken zurückzustecken, um die uneingeschränkte Kraft dem Fokus thema zu widmen. Dies bedeutet für die Zukunft nicht, weitere gesundheitsfördernde Arbeitsfelder nach und nach für den LandPark Lauenbrück zu erschließen. Die Empfehlung lautet vielmehr, zunächst einzelne arbeitsfeldspezifische Strukturen aufzubauen und sich als Park zu spezialisieren. Damit kann eine klare Zielgruppenansprache erfolgen. Anbieter:innen von Gesundheitsleistungen können eng an den LandPark gebunden werden.



PARKS UND GÄRTEN FÜR  
GESUNDE ERNÄHRUNG  
UND GARTENARBEIT

Grundsätzlich gilt es für die Zukunft, vorhandene Angebote stetig auf den Prüfstand zu stellen und hinsichtlich ihrer Wirtschaftlichkeit zu untersuchen. So bietet der LandPark Lauenbrück beispielsweise in Kooperation mit einer Wald-Gesundheitstrainerin Waldbaden-Kurse an. Diese leisten zwar einen wichtigen Beitrag im Sinne der Studie, entsprechen jedoch nicht dem für den LandPark Lauenbrück identifizierten Arbeitsfeld. Die Eigentümer:innen bzw.

Anbieter:innen sollten daher entscheiden, ob die Diversität im Angebot bestehen bleibt oder ob eine Fokussierung auf die gesunde Ernährung und Gartenarbeit gelegt wird.

Der LandPark Lauenbrück verfügt über verschiedene Ausrichtungen in der Angebotsausgestaltung. Neben den klar gartenkulturellen, gesundheitsfördernden Angebotsbausteinen werden zusätzlich kulturelle Angebote im Sinne der gemeinnützigen Satzungsziele geschaffen. Für die Zukunft gilt es, die einzelnen Teilbereiche, in der Außenkommunikation voneinander abzugrenzen. Damit kann für die Zielgruppen das einzelne Profil intuitiver vermittelt werden. Angebote sollten weiterhin parallel in den verschiedenen Satzungszielen ihre Berechtigung haben. An dieser Stelle ist festzuhalten, dass für die einzelnen Teilbereiche unterschiedliche Zielgruppen anzusprechen sind und dies entsprechend in der Vermarktung Berücksichtigung finden muss.

### 7.1.2 Infrastruktur



Die Analyse des Pilotstandortes LandPark Lauenbrück hat keine gravierenden infrastrukturellen Mängel aufzeigen können. Eines der wesentlichen Probleme stellt jedoch die unzureichende Besucherlenkung innerhalb der Parkanlage dar. Diese wurde bereits durch eine vorherige Analyse überarbeitet und das daraus resultierende Konzept befindet sich zum Zeitpunkt der Studie in der Umsetzung.

Hinsichtlich der gesundheitsfördernden Infrastruktur entwickelt der LandPark Lauenbrück derzeit den LandGarten als Teil des Gesamtkonzeptes der LandFrüchte<sup>308</sup>. Dieses vom Niedersächsischen Ministerium für Wirtschaft, Arbeit, Verkehr und Digitalisierung prämierte Vorhaben soll in Abschnitten realisiert werden, um so ein gesundheitsförderndes Umfeld im Sinne des Arbeitsfeldes zur Ernährung und Gartenarbeit zu bieten. Teil des Gesamtvorhabens ist ebenso die LandKüche, die zum unmittelbaren Verarbeiten der produzierten Lebensmittel genutzt werden kann. Die LandKüche ist mit einem geeigneten Finanzierungskonzept zu hinterlegen, um eine finanzielle Nachhaltigkeit zu schaffen.

Ergänzend zu dieser neuen Infrastruktur verfügt der LandPark Lauenbrück über bereits vorhandene Strukturen wie etwa den Bienenpavillon, die Kräuter und Duftpflanzen, die Streuobstwiese oder die verschiedenen Gehege mit alten Nutztierrassen. Diese Infrastrukturen können in das ganzheitliche Konzept eines auf Ernährung und Gartenarbeit fokussierten LandParks Lauenbrück eingebunden werden.

Insgesamt bieten sich für Garten- und Parkanlagen – auch bedingt durch verfügbare Fördermöglichkeiten – eine hohe Bandbreite an infrastrukturellen Möglichkeiten. An dieser Stelle ist allerdings festzuhalten, dass es einer klaren Profilschärfung bedarf und eine infrastrukturelle Überladung der Parkanlage dem Ansatz eines gesundheitsfördernden LandParks Lauenbrück schaden kann.

---

<sup>308</sup> <https://www.landpark.de/projekte/landfruechte/>

### 7.1.3 Vernetzung



Die Studie Gesunde Parks und Gärten hat nicht erst mit dem Symposium sichtbar gemacht, welche Bedeutung Vernetzung im Kontext gesundheitsfördernder Einrichtungen einnimmt. Insbesondere die Vernetzung zwischen regionalen Akteure gesundheitsfördernder Angebote und lokalen bzw. regionalen Betreiber:innen und Eigentümer:innen von Gärten und Parks ist ein essentieller Faktor zur Zielerreichung. Der LandPark Lauenbrück versteht sich bereits seit einiger Zeit als Teil eines Netzwerks. So bringen sich die Eigentümer:innen seit Gründung der GesundRegion Wümme-Wieste-Niederung in verschiedene Gremien wie Arbeits- und Projektgruppen sowie Lenkungsrunden ein. Durch dieses Netzwerk konnte einerseits das Angebot des LandParks Lauenbrück in der Region etabliert und andererseits gemeinsame Kooperations- und Einzelvorhaben angestoßen werden. Für die Zukunft kann hier eine intensivere Vernetzung auf regionaler Ebene angestrebt werden, etwa zwischen Anbieter:innen der Umweltbildung in der Region. Die Herausforderung hierbei besteht in der initierenden Stelle. Als Netzwerkinitiatoren können das Regionalmanagement, Vertreter:innen der kommunalen Verwaltungen oder die Einrichtungen wie der LandPark Lauenbrück selbst auftreten. Diese Ungewissheiten gilt es in der Region abzuklären, um der Vernetzung Raum zu geben.

Insgesamt befindet sich der LandPark Lauenbrück mit seinen Angeboten und infrastrukturellen Voraussetzungen in einer erfolgversprechenden Region. Eine intensive Vernetzung mit der Kräuterregion Wiesteniederung<sup>309</sup> kann dem fokussierten Arbeitsfeld „Parks und Gärten für gesunde Ernährung und Gartenarbeit“ eine wichtige Leitplanke bieten und Synergien in der Angebotsgestaltung ergeben. Im touristischen Sinne können hier gemeinsame Angebotsbausteine entwickelt und vermarktet werden, um so eine höhere Reichweite sowie regionale Wert schöpfung zu erzielen.

Die Analyse der GesundRegion Wümme-Wieste-Niederung hat ergeben, dass es eine Vielzahl potentieller Partnerbetriebe aus dem gesundheitsfördernden Sektor gibt, die zur Angebotsgestaltung oder Vernetzung herangezogen werden können. Der LandPark Lauenbrück kann dabei als gutes Beispiel und starker Partner in der Region als Nukleus eines gesundheitsfördernden Netzwerks agieren. Diese Vernetzung kann über Workshops, Vorträge oder Netzwerkveranstaltungen (z.B. After-Work) im LandPark aktiv gestaltet und so ein Mehrwert für die Netzwerkpartner:innen geschaffen werden. Damit festigt der LandPark Lauenbrück seine Position in der Region und erfährt eine höhere Wahrnehmung nach innen und außen. Zusätzlich bietet dieses Netzwerk die Chance, Synergien offenzulegen und gemeinsame Angebote zu entwickeln.

Katharine von Schiller ist bereits seit Gründung des Gartenhorizonte e.V. aktives Mitglied im Netzwerk. Seit einigen Jahren steht sie dem Verein vor und engagiert sich in hohem Maße ehrenamtlich in dieser Initiative. Gleichzeitig zeigt sich jedoch, dass die Aufgabenvielfalt und die Anforderungen an die Netzwerkarbeit ehrenamtlich, neben dem Betrieb des LandPark Lauenbrück, kaum mehr zu leisten sind. Für die konsequente Fortführung des Engagements und der nachhaltigen Implementierung der gesundheitsfördernden Parks und Gärten im Gartenhorizonte e.V. bedarf es einer hauptamtlichen Geschäftsstelle. Der LandPark Lauenbrück als Pilotstandort der Studie bietet die Chance, dem landesweiten Netzwerk einen Ort zu geben und als Geschäftsstelle unter Einbindung einer hauptamtlichen Stelle aufzutreten. Damit

<sup>309</sup> <http://www.kraeuterregion.de/>

können aus dem LandPark Lauenbrück heraus Impulse in das Land Niedersachsen gegeben werden und die bisher ehrenamtlich geleistete Arbeit professionalisiert werden. Dafür bedarf es gesicherter finanzieller Mittel und mehrerer finanzkräftiger Partner:innen im Netzwerk<sup>310</sup>.

#### 7.1.4 Finanzierung und Förderung



Der LandPark Lauenbrück hat es in der Vergangenheit geschafft, auf vielfältige Weise Drittmittel einzuwerben und damit notwendige, zukunftsorientierte Vorhaben zu realisieren. Dabei können die Eigentümer:innen auf ein großes Netzwerk an Stiftungen und öffentlichen Fördermittelgebern zurückblicken, das in den vergangenen Jahren aufgebaut wurde. Ein positives Beispiel lässt sich mit dem Bienenpavillon benennen, der mit externer finanzieller Unterstützung realisiert werden konnte. An diesem Beispiel zeigte sich einmal mehr die Fähigkeit des LandParks Lauenbrück, die vorhandenen Ideen kreativ zu finanzieren.

Ein weiteres aktuelles Beispiel mit Bezug zur Studie Gesunde Parks und Gärten liegt mit dem Gesamtkonzept LandFrüchte vor. Das im Jahr 2015 ausgezeichnete Projekt besteht aus insgesamt drei investiven Bestandteilen: LandGarten, LandKüche sowie LandBett. Sowohl der LandGarten als auch die LandKüche konnten im Verlauf der Studie mit einem Finanzierungs-Konzept hinterlegt werden. Dabei wurden unterschiedliche Ansatzpunkte gewählt, die Vorhaben in die Umsetzung zu überführen. Für den Abschnitt LandKüche wurde ein Antrag über die Förderziffer Ländlicher Tourismus der Richtlinie über die Gewährung von Zuwendungen zur Integrierten Ländlichen Entwicklung (ZILE-Richtlinie) zum 15.09.2021 gestellt. Dieser wurde im April 2022 bewilligt, sodass mit einer Umsetzung begonnen werden kann. Ergänzend zu dem Eigenanteil der Eigentümer:innen konnten weitere Drittmittelgeber gewonnen werden (u.a. Postcode-Lotterie, Sielmann-Stiftung, EWE-Stiftung sowie Spenden der Miele-Gruppe). Hier zeigt sich bereits die Besonderheit im LandPark Lauenbrück, auf den ersten Blick nicht thematisch passende Drittmittelgeber zu kombinieren und damit für den LandPark wichtige Vorhaben finanziert zu machen.

Eine wesentliche Herausforderung in diesen Fällen ist jedoch, die eingesetzten Drittmittel über die Zeit der Zweckbindung zu erhalten. Dafür ist es zwingend notwendig, bereits im Vorfeld der Antragstellung eine Businessplanung zu erstellen, um potentielle Folgekosten durch Einnahmen oder Rücklagen abzusichern. Hier gilt es stets zu sensibilisieren, um Projekte nach Investition langfristig mit Inhalten und Leben füllen zu können.

#### 7.1.5 Vermittlung



Garten- und Parkanlagen wirken bereits aus sich heraus gesundheitsfördernd. Durch geeignete Angebote und infrastrukturelle Voraussetzungen können besondere Effekte erzielt werden. Der LandPark Lauenbrück hat sich erfolgreich als außerschulischer Lernort zertifizieren lassen. In Kombination mit den in der Entstehung befindlichen Infrastrukturen LandGarten sowie LandKüche des Gesamtvorhabens LandFrüchte wird ein ganzheitlicher Vermittlungsansatz zum Cluster gesunder Ernährung und Gartenarbeit geschaffen. Damit können Kinder und

---

<sup>310</sup> Vgl. Kapitel 6.9

Jugendliche bereits im jungen Alter die Vorteile einer gesunden Arbeit lernen und gleichzeitig erfahren, welche positiven Effekte Arbeit im Garten hat. Mit der LandKüche soll dieser Vermittlungsansatz fortgeführt werden, indem neben dem Anbau auch die Verarbeitung der angebauten Lebensmittel praktisch vermittelt wird.

Vergleichende Ansätze lassen sich bereits im LandPark Lauenbrück wiederfinden. So wurde im Jahr 2020 der Bienenpavillon eingeweiht, der die Bedeutung der Insekten für das Lebensumfeld verdeutlicht. Hier wird eine interaktive Wissensvermittlung betrieben, die sowohl für Kinder und Jugendliche als auch für Erwachsene von großem Interesse ist.

Diese praktische, interaktive Wissensvermittlung gilt es konsequent für die Bereiche der gesundheitsfördernden Angebote im LandPark Lauenbrück anzuwenden. Damit können Effekte sichtbar gemacht werden, die ohnehin auf die Besuchenden einwirken. Dies führt zu einem besseren Selbstwertgefühl der Gäste, da sie das Gefühl haben können, etwas Gutes für die eigene Gesundheit getan zu haben.

Zudem sind die positiven Erfahrungen des LandPark Lauenbrück über das aus der Studie heraus entstandene Kommunikationskonzept einzubetten. Damit können auch Mitglieder des Netzwerks Gartenhorizonte von diesen Erfahrungen einer interaktiven Wissensvermittlung profitieren und für ihre Garten- und Parkanlagen adaptieren.

### 7.1.6 Marketing und Kommunikation



Der LandPark Lauenbrück versteht es bereits heute, eine crossmediale Vermarktung seiner Angebote vorzunehmen. Mit der eigens geschaffenen Stelle im LandPark Lauenbrück werden Emotionen, aktuelle Informationen und Hintergründe vermittelt. Diese Inhalte sind sehr breit gefächert und sprechen damit eine große Zielgruppe an. Die Besucher:innenauswertung hat vor allem die Zielgruppe der Familien und Familienangehörigen als Kernzielgruppe ergeben. Dies zeigt sich auch in der Auswertung der permanenten Befragung, in der die Besucher:innen dem LandPark Lauenbrück vor allem die Attribute Familienfreundlichkeit sowie Erholung und Entspannung zuweisen.<sup>311</sup> Mit der bestehenden Infrastruktur und den Angeboten bietet der LandPark Lauenbrück dieser Zielgruppe bereits ein vielfältiges Angebot. Mit der strategischen Ausrichtung auf das Cluster „Parks und Gärten für gesunde Ernährung und Gartenarbeit“ kann nun in Verbindung mit der bestehenden Infrastruktur ein Zusatzangebot geschaffen werden, dass die Zielgruppe, insbesondere der Familien, noch stärker an den LandPark Lauenbrück bindet. Dementsprechend gilt es jedoch, in der Innen- wie Außenkommunikation diese Fokussierung auf das beschriebene Arbeitsfeld zu konzentrieren. Dies bezieht sich in erster Linie auf die Kommunikation, die in Zusammenhang mit gesundheitsfördernden Angeboten und Infrastrukturen steht. Aspekte des Waldbadens, der Therapie- und Sportangebote sollten vor diesem Hintergrund in der Kommunikation zurücktreten, um den LandPark Lauenbrück mit seinem Kernangebot der gesunden Ernährung und Gartenarbeit zu profilieren.

Gleichzeitig gilt es, die weiteren gemeinnützigen Satzungsziele in der Vermarktung nicht zu vernachlässigen. Dieser Spagat ist im Marketing des LandParks Lauenbrück zu diskutieren und entsprechende Lösungsansätze zu identifizieren.

<sup>311</sup> Vgl. Kapitel 4.2

Im Kontext einer ganzheitlichen Vermarktung des gesundheitsfördernden Ansatzes im LandPark Lauenbrück sollten (kommerzielle) Partner:innen im unmittelbaren Umfeld identifiziert werden. Gemeinsam mit dem TouROW<sup>312</sup> und Partnern wie der Kräuterregion Wiesteniederung können Reise- und Freizeitangebote gebündelt angeboten werden, um so eine höhere Reichweite zu erzielen und gleichzeitig neue Zielgruppen anzusprechen. Das Ziel sollte es sein, sich als Partner:in in der Region zu verstehen und durch gemeinsame Angebotsbausteine eine regionale Wertschöpfungskette aufzubauen. Damit kann das Thema gesunder Parks und Gärten etabliert und im Land präsent gemacht werden.

## 7.2 Laborprojekt LandFrüchte

### 7.2.1 Entwicklung des Ansatzes LandFrüchte

Das Gesamtkonzept LandFrüchte ist bereits 2015 mit der Bewerbung und Auszeichnung im Wettbewerb „Tourismus mit Zukunft“ des Niedersächsischen Ministeriums für Wirtschaft, Arbeit, Verkehr und Digitalisierung entstanden. Die LandFrüchte sollen die Idee des nachhaltigen Tourismus mit einem nachhaltigen Ansatz der Umwelt- und Ernährungsbildung verbinden.

Unter dem Titel LandFrüchte hat der LandPark den Prozess zur Entwicklung eines primärpräventiven Gesundheitsförderungsansatzes gestartet, der Umwelt- und Ernährungsthemen etablieren will. Der Prozess nimmt dabei die Lebenswelten der Menschen und damit die Bedingungen in den Blick, unter denen Menschen spielen, lernen, arbeiten und wohnen (gemäß der Ottawa-Charta zur Gesundheitsförderung). Das Vorhaben beinhaltet insgesamt drei Projektbausteine: LandGarten, LandKüche sowie LandBett. Im Kontext der Potentialentfaltungsstudie wurde zunächst der Fokus auf die ersten beiden Projektbausteine gelegt, da sie wesentliche Voraussetzung für die Implementierung des Angebotes darstellen.

Für die Überführung des gedanklichen Grundansatzes in die Umsetzung war es zunächst erforderlich, die Zielgruppe und damit verbunden die Anforderungen zu definieren. Hierfür wurde gemeinsam mit den Betreiber:innen des LandParks Lauenbrück und hinzugezogenen Expert:innen folgende Fragestellungen und Diskussionspunkte bearbeitet:

- Auswahl der Zielgruppe und pädagogischen Ausrichtung
- Pädagogische Zielgruppenanalyse
- Abwägung der Bedarfe
- Anknüpfungspunkte an die Kerncurricula der Schulen
- Potentielle Kompetenzförderbereiche
- Umsetzung als pädagogisches Konzept
- Festlegung des Projektzeitraums
- Auswahl der Kooperationspartner:innen

Als Ergebnis wurde festgehalten, dass sich der Ansatz LandFrüchte mit den Bausteinen des LandGartens und der LandKüche vordergründig auf die Zielgruppe der Kinder und Jugendlichen und insbesondere durch die Anerkennung als außerschulischer Lernort auch an Schulen

---

<sup>312</sup> <https://www.nordwaerts.de/>

richten sollte. Ausgehend von diesen Grundüberlegungen wurden verschiedene Projektvarianten und die damit verbundenen Schritte für die definierten Zielgruppen erarbeitet:

Kinder:

1. Konzept und zeitlichen Rahmen formulieren
  - Inhalte des Kerncurriculums müssen beachtet und wiedergegeben werden
  - Welchen zeitlichen Rahmen muss die Schule für das Projekt planen: Stundenplangestaltung, Sicherstellung von Betreuung?
  - Schule und Projektteilnehmende festlegen
2. Zeitplan für das Projekt erstellen
  - Welche Inhalte werden an welchem Tag gelehrt?
  - Arbeitsblätter/Merkhefte ausarbeiten
  - Sind Kinder mit besonderen Bedürfnissen beachtet?
3. „Arbeitsplatz“ für das Projekt schaffen
  - Hochbeete etc. anlegen
  - „Ausweichraum“ festlegen und angemessen ausstatten (Stühle, Tische, Schreibmaterialien, WLAN)
4. Personen und Akteure einbinden
  - Busfahrer:innen
  - Betreuer:innen/Lehrkraft
  - „Lehrer:innen“ für die Inhalte des Projekts
5. Brief an die Eltern
  - Spezielle Kleidung
  - Essen
  - Erlaubnis
6. Konkrete Planung
  - Hin- und Rückfahrtzeiten
  - Pausen
  - Ausweichprogramm bei Regen

Jugendliche:

1. Konzept und zeitlichen Rahmen formulieren
  - Einrichtungen kontaktieren und Gruppenstärke festlegen
  - Was muss beachtet werden?
2. Zeitplan für das Projekt erstellen
  - Auf spannende Umsetzung der Inhalte achten
3. „Arbeitsplatz“ für das Projekt schaffen
  - Hochbeete etc. anlegen
  - „Ausweichraum“ festlegen und angemessen ausstatten (benötigte Arbeitsmaterialien, WLAN)
4. Personen und Akteure einbinden
  - Betreuer:innen auch für die Fahrt
  - „Lehrer:innen“ für die Inhalte des Projekts
5. Mitteilung an Betreuer:innen und Jugendliche
  - Kleidung
  - Abfahrtszeiten
6. Ausweichprogramm bei Regen

Auf Grundlage dieser Überlegungen entstand ein Gesamtkonzept für die Bereiche LandGarten und LandFrüchte. Die Umsetzung der einzelnen Bausteine erforderte die Akquise von Drittmitteln. Die Betreiber:innen des LandParks Lauenbrück konnten bereits frühzeitig erfolgreich Stiftungen für die Idee gewinnen. Mit der Antragstellung bei öffentlichen Fördermittelgeber:innen konnte die Finanzierungslücke geschlossen werden, sodass mittlerweile der LandGarten in der Umsetzung ist und die LandKüche finanziert ist.

Im Folgenden werden die Schritte zur Finanzierung und zu den konzeptionellen Ansätzen näher beleuchtet.

### 7.2.2 Förderprojekt ZILE

Im Rahmen einer Förderung aus der ZILE-Richtlinie konnte für das zentrale Projekt LandFrüchte ein Förderantrag für die LandKüche gestellt und erfolgreich platziert werden.

Standort des Projektes „Einrichtung einer LandKüche“ ist der LandPark Lauenbrück. Jährlich besuchen zwischen 50.000 und 80.000 Gäste den LandPark. Als Betreiberin des gemeinnützigen ausgerichteten Parks zeichnet die LandPark Lauenbrück gGmbH verantwortlich.

Der LandPark Lauenbrück ist durchgängig um die Einrichtung neuer, ansprechender Angebote bemüht, um die touristischen Attraktionen des LandParks auszubauen. In diesem Rahmen soll das neue Projekt LandKüche eine zielgerichtete Erweiterung des Portfolios im LandPark Lauenbrück werden. Es wird den Erlebniswert des LandParks erhöhen und sich als attraktiver Baustein in das größere Gesamtvorhaben LandFrüchte eingliedern.

Ziel ist die Gestaltung des neuen Angebots der LandKüche im LandPark Lauenbrück als Bestandteil eines größeren gesundheitstouristischen Vorhabens mit dem Titel LandFrüchte. Das Angebot der LandKüche soll durch verschiedene Zielgruppen vielfältig und multifunktional genutzt werden können: als ein spannender Ort für gemeinsame (Koch-)Erlebnisse, als eine Stätte der Erholung und Entspannung bei der gemeinsamen Zubereitung gesunder Speisen, aber auch als ein Ort der Ernährungs- und Umweltbildung. Die LandKüche soll ein Ort werden, der Menschen zusammenbringt und in der Dynamik der Gruppe ein Gemeinschaftserlebnis vermittelt, das sowohl lehrreich als auch entschleunigend wirkt. Das Angebot der LandKüche wird den Besucher:innen des LandParks offen stehen. Darüber hinaus werden auch Vereine, Bildungsträger:innen und andere Akteur:innen die Möglichkeit bekommen, das Angebot der LandKüche aktiv für ihre Angebote zu nutzen. So wird eine vielfältige und gleichzeitig nachhaltige Nutzung des neuen Angebots gesichert.

Generell werden hierbei Ansätze des Slow Tourism, der Nachhaltigkeit und der Regionalität verfolgt, die geeignet sind, viele Menschen anzusprechen – ganz gleich welcher Herkunft und welchen Alters. So bieten sich für Tagestourist:innen von nah und fern, für Naherholungssuchende und auch für Bürger:innen aller Altersstufen und Hintergründe vielfältige Anreize, das Angebot der LandKüche zu nutzen. Für den LandPark Lauenbrück stellt das neue Angebot eine weitere Profilierung als Standort für nachhaltigen Tourismus, Erholung sowie für Umwelt- und Ernährungsbildung dar.

Die künftige LandKüche soll ein attraktives, barrierefreies und zielgruppenübergreifendes Outdoor-Angebot vorhalten. Das Konzept zur Umsetzung sieht Investitionen in den folgenden Bereichen vor:

- Baumaßnahmen an Outdoor-Küche und Räumlichkeiten/ Unterstand
- Arbeiten an Flächen und Pflanzungen für die LandKüche
- Anschaffungen und Sachkosten für Tätigkeiten in der Küche, Mobilität
- Begleitende Öffentlichkeitsarbeit

### **7.2.3 Exemplarische Entwicklung eines Förderkonzeptes für das Cluster Parks und Gärten für gesunde Ernährung und Gartenarbeit**

#### Ziel des Förderkonzeptes

Für das ausgezeichnete Konzept LandFrüchte, das während der Studie in die bauliche Umsetzung überführt wurde, sollte exemplarisch ein ernährungspädagogisches Nutzungskonzept erarbeitet werden. Es soll durch Bezugnahme auf gesellschaftlich-politisch relevante Herausforderungen einen nachhaltigen Beitrag zur Lösung im Bereich Gesundheitsförderung durch Parks und Gärten liefern und so auch dessen Relevanz stärken.

Insgesamt soll das Vorhaben einen hohen Beitrag zur Lösung von Umweltproblemen leisten, um auch Stiftungen mit hoher Anforderung ansprechen zu können. Es soll zur Stärkung von Nachhaltigkeitsbewusstsein und -handeln, zur Entwicklung transformativer Methoden zur Stärkung von Nachhaltigkeitshandeln und zur Beteiligung z. B. durch Reallabore beitragen. Durch den konkreten Bezug zum Garten und den innovativen Anbau von Obst, Gemüse und Kräuter soll eine nachhaltige Ernährung und der nachhaltige Umgang mit Lebensmitteln ansprechend vermittelt werden.

Berührte Ziele der Nachhaltigkeit sind:

- 3 Gesundheit und Wohlergehen
- 4 Hochwertige Bildung
- 5 Geschlechter-Gerechtigkeit
- 10 Weniger Ungleichheiten
- 11 Nachhaltige Städte und Gemeinden
- 12 Nachhaltiger Konsum und Produktion
- 13 Maßnahmen zum Klimaschutz
- 15 Leben an Land
- 17 Partnerschaften zur Erreichung der Ziele

#### Übertragbarkeit

Die Erkenntnisse aus dem Prozess werden als Impulse für künftige Projekte in Gärten und Parks in Niedersachsen verstanden. Gärten und Parks in Niedersachsen sind wichtige Multiplikatoren in der Umwelt- und Ernährungsbildung als Anbieter niedrigschwelliger Angebote. Die Entwicklung von innovativen Angeboten der Umwelt- und Ernährungsbildung erfolgt unter besonderer Berücksichtigung der vorhandenen Ressourcen. Neben der Vermittlung von nachhaltigem Konsum unter ökologischen, ökonomischen und sozialen Gesichtspunkten geht es ebenso um die nachhaltige Nutzung der vorhandenen Strukturen auf der Angebotsseite.

Ziel ist eine dauerhafte Implementierung von Angeboten, die auf nachhaltige Effekte im Angebotspektrum der Gärten und Parks angelegt sind. Es soll Betreibern von Parks und Gärten aufzeigen, wie Projekte entwickelt werden können und als Anreiz für eigene Vorhaben dienen.

### Grundlegende Überlegungen und Annahmen

Aus den Untersuchungen dieser Potentialentwicklungsstudie wurden wichtige Erkenntnisse und Annahmen zur Herleitung eines möglichen Förderansatzes herangezogen, die hier noch mal kurz zusammengefasst werden.

Volkskrankheiten haben in den letzten Jahrzehnten zivilisationsbedingt drastisch zugenommen. Noch immer wird von Gesellschaft und Politik nicht ausreichend darauf reagiert, dass trotz unseres leistungsfähigen Gesundheitssystems die Gesundheit und die individuelle Lebensdauer stark vom sozialen Status und dem Zugang zu Bildung abhängig ist und es zu gravierenden Ungerechtigkeiten kommt. Männer und Menschen mit niedriger Bildung sind z.B. stärker von den Ungleichheiten betroffen als Frauen. Im Gesundheitsbereich wird zur Behebung von Krankheiten überwiegend der Hochrisikoansatz gefahren, obwohl Wissenschaftler:innen einen effektiven Ansatz im shifting-the-curve sehen, bei dem breitere Bevölkerungsteile von gesundheitsfördernden Maßnahmen profitieren.<sup>313</sup>

Ernährung und Bewegung sind zentrale Bausteine für einen gesunden Lebenswandel, für den man, entsprechende Bildung und Werte vorausgesetzt, zumindest in diesem Teil der Erde noch direkt Sorge tragen kann. Bei den äußeren Einflüssen ist es schon schwieriger, aber möglich, wie die Erkenntnisse der Transformationsforschung zeigen. Auch dort wird die zunehmende Relevanz der Ernährung in der Entstehung von Krankheiten und damit einhergehend eine Nachfrageverschiebung als notwendig gesehen.<sup>314</sup>

Die nachhaltige Entwicklung der Lebensumwelt von Lebewesen spielt ebenfalls eine zentrale Rolle und berührt aktuelle Herausforderungen des Klimawandels und der Pandemiebekämpfung. Göpel nimmt an, dass gerade durch die Pandemie im Bereich Ernährung darüber nachgedacht wird, welche Systeme bislang angelegt waren und wie sinnvoll diese zukünftig sein werden. Transformation kann dadurch befördert werden.<sup>315</sup>

Gärten und Parks sind Orte, die einen gesünderen Lebenswandel fördern und die aktiv auf die erforderliche Transformation über die Ernährung einwirken. Gärten und Parks sind niedrigschwellig zugänglich und sie vermitteln bei Aktivitäten in diesen Freiräumen den Akteuren eine hohe Selbstwirksamkeit und Selbstbestimmtheit. In ihnen können nachhaltige und somit gesündere Lebensweisen auch für Menschen mit geringerer Bildung „begreifbar“ gemacht werden.

Aktuell wird von Expert:innen immer noch deutlich gemacht, dass es einen geringeren Zugang zu Natur- und Umweltbildungsangeboten von benachteiligten Kindern und Jugendlichen gibt. Liegt es eventuell einfach daran, dass Angebote in den jeweiligen Stadtteilen und Städten für diese Zielgruppe nicht vorhanden sind? Auch das aktuelle Programm der Alfred Toepfer Akademie für Naturschutz zeigt den derzeitigen Diskurs. Der Vortrag „Naturfern, schwer erreichbar oder an der Zielgruppe vorbei?“ zeigt, dass es scheinbar einer kritischen Reflexion vorhandener Angebote bedarf und es neue Wege zu beschreiten gilt. Zunehmend setzen sich Akteure der Natur- und Umweltbildung mit Fragen der sozialen Gerechtigkeit auseinander. Denn gesellschaftlicher Wandel erfordert auch Anpassungen in der Bildungsarbeit.

---

<sup>313</sup> Prof. Dr. med Barbara Hoffmann, Institut für Arbeits-, Sozial- und Umweltmedizin, Uni Düsseldorf beim Xplanatorium der Volkswagen Stiftung in Hannover, 2020

<sup>314</sup> Umweltbundesamt 2021, S. 17

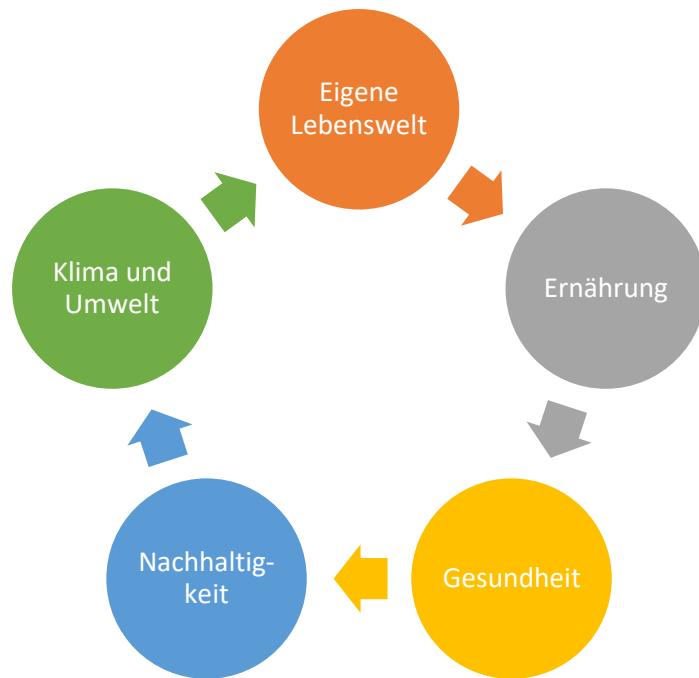
<sup>315</sup> Göpel 2020, S. 12

Im Fokus eines Bildungsangebotes zur Transformation müssen deshalb Kinder und Jugendliche stehen. Insbesondere sollen die angesprochen werden, die den obenstehenden Benachteiligungen überproportional stark ausgesetzt sind. Über eine zielgruppengerechte Ansprache und Aufbereitung von niedrigschwierigen Bildungsangeboten für Kinder und Jugendliche aus bildungsferneren Familien können Botschafter:innen gewonnen werden, die in ihr eigenes familiäres Umfeld hineinwirken können und zur nachhaltigen Transformation beitragen können.

Es besteht folgende These: Wird das Thema ansprechend und cool genug aufbereitet, könnte es auch in die Peergroups der teilnehmenden Kinder und Jugendlichen hineinwirken und eine breitere Strahlkraft bekommen.

#### Umsetzung unter dem Leitbild der Transformation

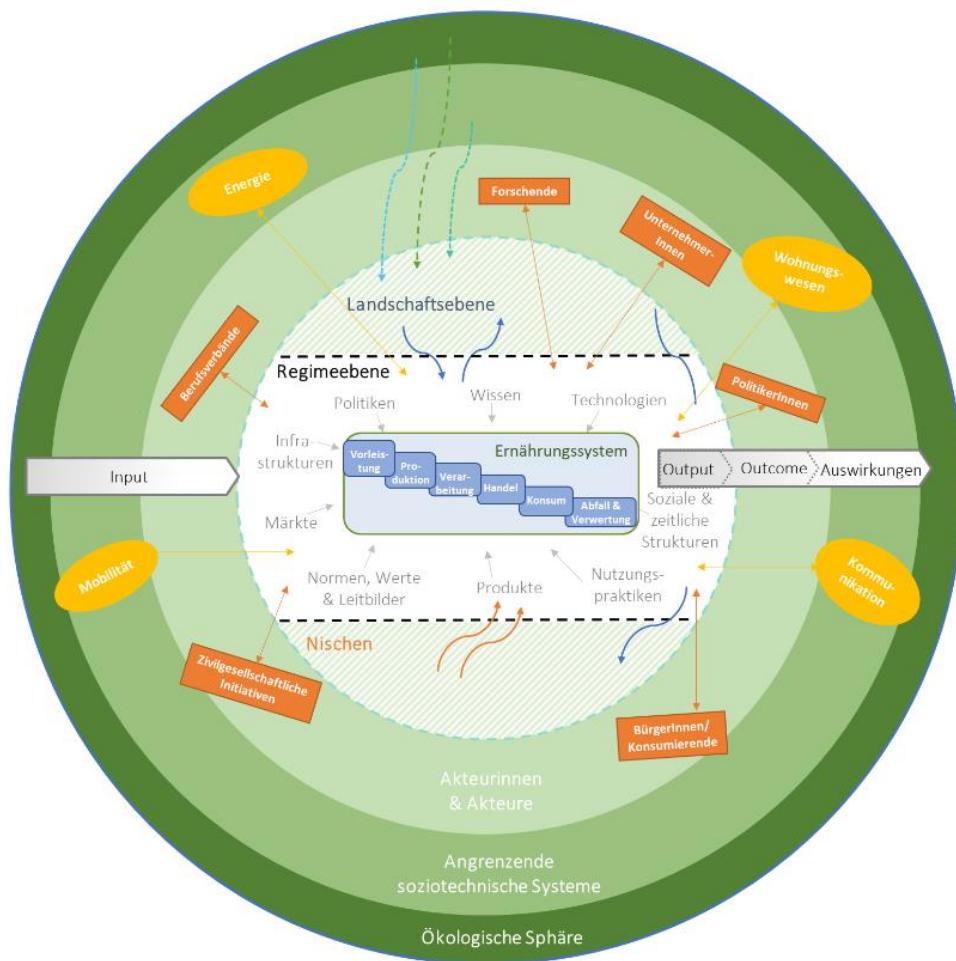
Ernährungsbildung ist eine wichtige Stellschraube hin zur erforderlichen Ernährungstransformation, die gleichzeitig zu einer nachhaltigen Transformation unserer gesamten Lebensumwelt, zur Abmilderung der Folgen des Klimawandels und zur Verbesserung der Gesundheit von vielen führen kann.



**Abbildung 36: Angestrebter Wirkkreislauf durch Ernährungsbildung in Parks und Gärten**  
(Grafik: Arbeitsgemeinschaft Studie Gesunde Parks und Gärten)

Die Grundlage des offenen Ernährungssystems bildet die natürliche Umwelt. Natürliche Ressourcen werden genutzt, um Ernährungsgüter zu produzieren und Umweltgüter wie Boden, Wasser und Luft bilden gleichzeitig natürliche Senken für Abfall- und Beiprodukte der Produktionsprozesse. Das Ernährungssystem besteht aus heterogenen Einzelementen, die miteinander interagieren und sich in wechselseitigen Prozessen der Co-Evolution und Selbstorganisation anpassen und verändern. Zu diesen Einzelementen zählen sowohl die einzelnen Umweltgüter als auch menschliche Akteure im System als auch immaterielle und materielle Aspekte<sup>316</sup>, wie die nachfolgende Grafik zeigt.

<sup>316</sup> Umweltbundesamt 2019 S. 64



**Abbildung 37: Das System der Ernährung mit seinen Akteuren und Stellschrauben (aus UBA 2019, S. 78)**

Mit dem potentiellen Förderprojekt soll einer nötigen Neuausrichtung von Bildungsangeboten zum Nachhaltigkeitsbewusstsein entsprochen werden. Eine Fokussierung auf die Zielgruppe der bildungsfernen Kinder und Jugendlichen soll zeigen, dass Nachhaltigkeitsbewusstsein in der Lebenswelt dieser gesellschaftlichen Gruppe eine große Relevanz erhalten kann.

Dieses Projekt wirkt im Transformationsprozess u.a. in den Bereichen:

- Werte, Normen & Leitbilder
- Produkte
- Produktion Konsum
- Nutzungspraktiken
- Zivilgesellschaftliche Initiativen
- Wissen
- Bürger:innen und Konsumierende

#### Operationalisierung im Cluster Parks und Gärten für gesunde Ernährung und Gartenarbeit unter dem Ansatz „TransformEarth“

Das Projekt „TransformEarth“ möchte einen Transformationsprozess in der Gesellschaft zu einer klimawirksamen und nachhaltigen Ernährung anstoßen, der über die selbstwirksame Gestaltung eines gesünderen Lebenswandels für Kinder und Jugendliche als Multiplikator:innen in ihren Peergroups initiiert wird.

Die Produktion von Lebensmitteln ist klimawirksam. Über eine Veränderung der Ernährung kann ein wesentlicher Beitrag zur Reduzierung des CO<sub>2</sub> Ausstoßes und der Schonung von Boden und Wasser erreicht werden. Dazu gilt es jedoch den gesamten Stoffkreislauf bei der Ernährungsproduktion transparent aufzuzeigen und alternative Nahrungsmittel bekannt zu machen.

Eine Idee des Vorhabens LandKüche ist es, im Rahmen der Transformation einen Wertewandel hin zu großen schmackhaften vegetarischen Anteilen der Ernährung zu fördern. Dann sinken die ernährungsbedingten Treibhausgasemissionen um 40 % bis 70 %, ohne Vegetarier zu werden.<sup>317</sup>

Als nachhaltiger Beitrag aus dem Bereich der gartenbaulichen Produktion und der Verbesserung von Ernährungsgewohnheiten sollen in Vergessenheit geratene alte Sorten von eiweißreichen Pflanzen in den Fokus gerückt werden. Hülsenfrüchte sind in diesem Zusammenhang von großer Bedeutung. Sie sind vermutlich aus Unkenntnis, unzureichender traditioneller Verankerung oder aufgrund unzeitgemäßer Geschmackserlebnisse für viele nicht attraktiv genug.

Als Anpassung an die Klimafolgen gilt es, neue besser angepasste Gemüse- und Obstarten und Sorten ins gartenbauliche Spektrum mitaufzunehmen. Dabei rücken z.B. Linsen, Kichererbsen u.ä. in den Fokus. Sie sind gut angepasst an höhere Temperaturen und trockenere Lagen und haben hohe Proteinanteile. Sollte der Anbau in unseren Regionen auf eine solide Basis gestellt werden können, würde dies zur Verminderung von klimawirksamen Einflüssen führen, da diese als Trockenfrüchte nicht mehr aus Amerika, Australien und Asien importiert werden müssen.<sup>318</sup>

Durch eine erlebnisorientierte Vermittlung der Inhalte steht vor allem der Alltagsbezug im Vordergrund. Es wird mit neuen Arten und Sorten experimentiert, angebaut, verzehrt und verarbeitet, was Kinder und Jugendliche aus ihrer persönlichen Lebenswelt kennen – oder auch noch nicht kennen. Das direkte Erlebnis schafft ein Kennenlernen von Pflanzen und deren Früchten mit allen Sinnen. Über dieses „Kennenlernen“ kann ein Bewusstsein für den Wert der Pflanzen und der Umwelt entstehen – Umweltbildung mit Kopf, Herz und Hand nach Pestalozzi.

Aus diesem „handfesten“ Praxisbezug ergeben sich wesentliche nachhaltige Effekte:

- Kinder und Jugendliche wirken als Multiplikator:innen in ihre Elternhäuser hinein.
- Sensibilisierung für Lebensmittel und Herstellungsweisen sowie deren Inhaltsstoffe.
- Traditionelle Anbauweisen und Verarbeitung von Lebensmitteln erfahren als Kulturgut eine besondere Wertschätzung.

Über das Projekt „TransformEarth“ hat die breite Masse die Chance – mit der Verknüpfung zum Ernährungsbereich der Zielgruppen – ein Verständnis für Stoffkreisläufe, Herstellungsverfahren sowie dem nachhaltigen Umgang mit Ressourcen zu bekommen. Eigenes Handeln kann reflektiert und in künftige Entscheidungs- und Handlungsprozesse einfließen.

Das Projekt zur Umwelt- und Ernährungsbildung im Kontext klimawirksamer Ernährung und selbstwirksamer Gestaltung bezieht verschiedene Zielgruppen in die Angebotsentwicklung ein. Neben einer Analyse der Bedürfnisse von Schulen und Kindertageseinrichtungen erfolgt der Aufbau eines Netzwerkes mit Gesundheitseinrichtungen in der Region. Insbesondere die

<sup>317</sup> Klima-Expertin Helga Kromp-Kolb

<sup>318</sup> Bundeszentrum der Ernährung

Gesundheitsämter haben ein besonderes Interesse an der Umsetzung von effektiven primär-präventiven Gesundheitsprojekten.

Folgende Bausteine sind zur Umsetzung vorgesehen:

### **TransformEarth – Junge Ernährungsvorbilder**

Junge Ernährungsvorbilder kommen als Botschafter aus Gruppen, die gesundheitlich aufgrund ihrer Bildung und ihres sozialen Status benachteiligt sind. Sie übernehmen eine Vorbildwirkung in ihren Peergroups. Angesetzt wird bei den Jüngeren z.B. Jugendlichen, die auch ihre Familien zur Transformation motivieren.

### **TransformEarth – Expert:innen- und Akteursnetzwerk**

Ziel ist der Aufbau eines Netzwerks aus interdisziplinären Akteuren aus Niedersachsen für die Ernährungstransformation und für die Entwicklung weiterer Projekte und Initiativen aus den Entwicklungsphasen dieser Potentialstudie.

Es gilt, Nachhaltigkeitskompetenzen des Netzwerkes und weiterer Multiplikatoren (bundesweite Übertragung und Wissensvermittlung) zu stärken.

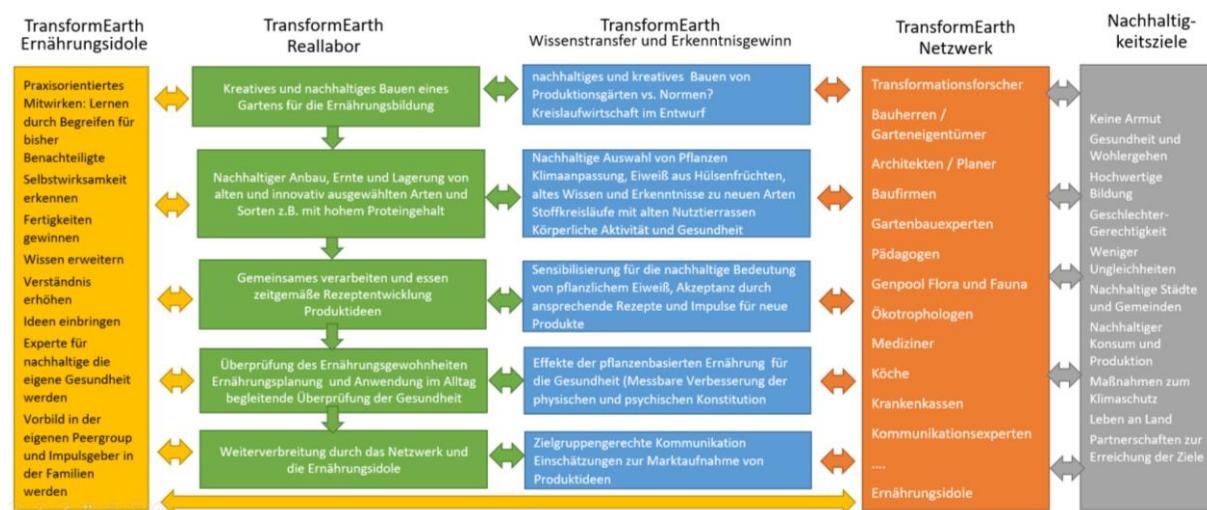
### **TransformEarth – Reallabor**

Im Rahmen von Mitmachaktionen erfolgt ein nachhaltiger Bau einer innovativen Bildungs- und Produktionsstätte, in dem mit den Kindern und Jugendlichen Beete aus Material hergestellt werden, das wiederverwendet wird.

Diese selbst und unter gartenbaulicher Anweisung erbauten Beete werden für den nachhaltigen Anbau von proteinhaltigen Obst- und Gemüsesorten genutzt.

Für Kinder und Jugendliche werden Ausbildungsmodule entwickelt und angewendet, die zu jungen Ernährungsidolen qualifizieren.

Es erfolgt eine Evaluation u.a. durch Pädagog:innen, Mediziner:innen (Überprüfung der Verbesserung der seelischen und körperlichen Konstitution) und Transformationsforscher:innen, denn insbesondere die Wirkung über die Elternhäuser in die Gesellschaft gilt es zu prüfen.



**Abbildung 38: Konzeptskizze zu den Projektinhalten und zum Ablauf  
(Skizze: Arbeitsgemeinschaft Studie Gesunde Parks und Gärten, 2021)**

### Zeitliche Abstufung der Arbeitsschritte

- Kreatives und nachhaltiges Bauen von Gärten der Ernährungsbildung (Handlungsempfehlungen für Planer:innen und Baufirmen, Bauen außerhalb der Norm)
- Nachhaltiger Anbau, Stoffkreisläufe mit alten Nutztierrassen, Bedeutung von körperlicher Aktivität
- Nachhaltige Auswahl von Pflanzen, Klimaanpassung, Eiweiß aus Hülsenfrüchten, alte Sorten und altes Wissen
- Zeitgemäße Rezeptentwicklung zusammen mit den Zielgruppen, Interesse an pflanzlichem Eiweiß fördern, Akzeptanz erhöhen
- Begleitende Gesundheitsstudie (Verbesserung der Blutwerte, Gewichtsveränderungen, Wohlbefinden, Leistungsfähigkeit)
- Gemeinsames Verarbeiten
- Vermarktung der Orte
- Weiterverbreitung durch die Ernährungsidole (begleitet durch Kommunikationsexpert:innen)

Für das Projekt ergeben sich innerhalb der Region eine Vielzahl von Kooperationspartner:innen, die in die Konzeptentwicklung sowie im Rahmen der Erprobungsphase eingebunden werden können:

- Jugendhilfe
- Schulen und Kitas der Region
- Schulträger:innen
- Gesundheitsamt Rotenburg (Wümme) - Gesundheitsregion
- Gesundregion Wümme-Wieste-Niederung
- Sarah-Wiener-Stiftung
- Landkreis Rotenburg (Wümme), Jugendberufszentrum
- Landwirtschaftskammer Oldenburg, Stade

Im ersten Schritt wäre eine Umsetzung mit Einrichtungen der Jugendhilfe wünschenswert.

## 8 Fördermittel

### 8.1 Leitfaden zur Entwicklung von Förderprojekten

Die Förderlandschaft ist breit und für Außenstehende oft undurchdringbar. Gute Ideen benötigen jedoch oft finanzielle Unterstützung, um in die Umsetzung überführt werden zu können. Der erste Schritt zur Akquise von Fördergeldern ist die Strukturierung der Projektidee. Konkrete Überlegungen zu Notwendigkeit und Zielen des Projektes sowie Umsetzungsstrategien und Nachhaltigkeit sind in Form einer Projektskizze zu formulieren. Eine umfassend durchdachte Projektskizze ist wichtig, um Aufgaben und Zuständigkeiten für das Projekt festzulegen sowie einen zeitlichen und finanziellen Rahmen abzustecken. Gleichzeitig bietet die Projektskizze eine Handreichung für potentielle Drittmittelgeber:innen. Aus diesem Grund wird in diesem Kapitel die idealtypische Aufstellung einer umfassenden Projektskizze zur Entwicklung von Förderprojekten behandelt.

Im Kern werden in einer Projektskizze folgende Aspekte berücksichtigt:

1. Projektidee
2. Notwendigkeit des Projektes
3. Lösungsansätze/Innovationsgehalt
4. Umfeld und Rahmenbedingungen
5. Ziele und Wirkung des Projektes
6. Zielgruppen/Stakeholder
7. Nachhaltigkeit
8. Alleinstellungsmerkmal (Unique Selling Proposition, kurz: USP)
9. Projektmanagement/Projektdurchführung
10. Budget / Kostenplan

Auf maximal zwei bis drei Seiten können die Projektträger:innen so überprüfen, wie umfangreich und umfassend die bisherigen Überlegungen zum Projekt getroffen wurden. Im Folgenden werden zu den einzelnen Aspekten kurze Erläuterungen angegeben.

#### 1. Projektidee

Jedes Projekt startet mit einer Idee. Diese sollte zu Beginn der Projektskizze kurz beschrieben werden.

#### 2. Notwendigkeit des Projektes

Die Initiierung von Projekten fußt in der Regel auf der Reaktion auf Ausgangssituationen oder um bestimmten Herausforderungen entgegenzuwirken. An dieser Stelle sollten der Auslöser bzw. der Anlass des Projektes sowie der Ist-Zustand beschrieben werden. Darüber hinaus kann auf die (langfristigen) Folgen der Ausgangssituation eingegangen werden.

#### 3. Lösungsansätze/Innovationsgehalt

Mit welchem Lösungsansatz geht das Projekt auf die oben genannten Herausforderungen ein und was macht diesen Lösungsansatz innovativ? Diese Fragen sollten beantwortet werden. Einzelne Stiftungen und Drittmittelgeber:innen, wie etwa die Deutsche Bundesstiftung Umwelt (DBU) zielt explizit auf innovative Vorhaben ab. In einem solchen Fall sollten Antragsteller:innen diesen Aspekt besonders herausstellen. Außerdem kann hier das Kosten-Nutzen-

Verhältnis berücksichtigt werden: Inwieweit lohnt sich der Aufwand im Verhältnis zum erwarteten Nutzen?

#### **4. Umfeld und Rahmenbedingungen**

Projektvorhaben können durch externe und interne Bedingungen beeinflusst werden. Dabei sind unter anderem politische und rechtliche Rahmenbedingungen zu berücksichtigen, finanzielle Aspekte zu beleuchten sowie vorangegangene Entwicklungen, Zuständigkeiten und Nutzungen zu prüfen.

#### **5. Ziele und Wirkung des Projektes**

Welches primäre Ziel wird durch das Projekt verfolgt und was soll mit dem Projekt erreicht werden? An dieser Stelle wird die Frage nach der Wirkung des Projektes beantwortet. Außerdem sollte bereits hier festgelegt werden, wie die Erreichung des Wirkungsziels anhand welcher Indikatoren und Messgrößen bewertet werden kann, welcher Sollwert bzw. welche Zielgröße mindestens zu erreichen ist und wann diese Wirkung erreicht sein soll.

#### **6. Zielgruppen/Stakeholder**

Von einem Projekt profitieren meist unterschiedliche Zielgruppen und Stakeholder, für die sich ggf. auch unterschiedliche Ziele und Herangehensweisen anbieten. Daher ist es als Projektträger:in wichtig, sich vorab umfassend Gedanken darüber zu machen, welche Zielgruppen durch das Projekt betroffen sind. Dabei gilt es den Blick weit zu fassen: Neben der direkten (primären) Zielgruppe gilt es auch diejenigen zu berücksichtigen, die indirekt bzw. mittelbar (sekundär) durch das Projekt betroffen sind oder darüber hinaus in irgendeiner Form von dem Projekt profitieren (tertiär). Diese sind zu benennen und die Wirkungen hervorzuheben.

#### **7. Nachhaltigkeit**

Projekte sollten in der Regel auf Langfristigkeit angelegt werden. Aus diesem Grund ist in der Projektskizze darzulegen, wie das Projekt im Sinne einer Nachhaltigkeit nach der Initiierungs- und Durchführungsphase fortgeführt werden kann. Dies ist sowohl in finanzieller wie auch organisatorisch-personeller Hinsicht relevant. Darüber hinaus stellen einzelne Drittmitgeber:innen Zweckbindungsfristen an die Vergabe von finanziellen Mittel. Dabei ist sicherzustellen, dass das Projekt über diesen Zeitraum in seiner bestehenden Form erhalten und gepflegt bleibt.

#### **8. Alleinstellungsmerkmal (USP)**

Um potentielle Unterstützer:innen von dem Projekt zu überzeugen, sollten die Projektträger:innen darstellen, inwiefern das Projekt sich von anderen Projekten unterscheidet und welcher besondere gesellschaftliche Nutzen verfolgt wird. Außerdem können an dieser Stelle die eigenen Kompetenzen und Fähigkeiten, wenn möglich durch vorangegangene, bereits erfolgreich abgewickelte Projekte, aufgezeigt werden. So kann verdeutlicht werden, dass Ressourcen, Fähigkeiten und Know-How in Projektmanagement und -durchführung vorliegen.

#### **9. Projektmanagement/Durchführung**

Ein gut organisiertes Projektmanagement ist für die Projektdurchführung von zentraler Bedeutung. Zunächst sollten dazu Arbeitspakete und Meilensteine festgelegt werden, die genau

definieren, welche Aufgaben wann erledigt sein sollen. So haben die Projektträger:innen einen konkreten Arbeits- und Zeitplan vorliegen, an dem sie sich orientieren können. Diese Arbeitspakete sollten direkt mit Verantwortlichkeiten und Kompetenzen hinterlegt werden, sodass allen Projektmitarbeiter:innen bekannt ist, wer welche Aufgaben wann zu erledigen hat. Außerdem ist zu überlegen, welche Partner ggf. an welcher Stelle in das Projekt eingebunden werden können und warum. Um die Projektteilnehmer:innen möglichst langfristig an das Projekt zu binden, ist es wichtig, auch kleine Erfolge kontinuierlich sichtbar zu machen und Ergebnisse in der Öffentlichkeit zu verbreiten. Transparenz ist demnach unabdingbar. Zum Ende des Projektes ist außerdem eine Evaluation über den Prozessverlauf sinnvoll.

## 10. Budget/Kostenplan

Für die Kostenkalkulation eines Projektes ist es essenziell, eine genaue Auflistung aller Ausgaben und Kosten aufzustellen und diese der Finanzierung gegenüberzustellen, um ggf. auftretende Finanzierungslücken zu identifizieren und einen Überblick darüber zu haben, welche Fördersummen möglicherweise über Drittmittelgeber:innen einzuholen sind. Am Ende der Budgetkalkulation sollte die Differenz der Summe aller Ausgaben und der Summe der Einnahmen über das Projekt, dem Eigenanteil, Beiträgen von Partner:innen und Fördermitteln ausgeglichen sein.

Für die Projektskizze ist es unablässig, dass eine gesicherte Kosten- und Finanzierungsplanung mindestens im Hintergrund erarbeitet wird. In der Regel sind diese Planunterlagen jedoch dem Drittmittelgeber mitzuteilen. Die Darstellung der Kosten sollte kompakt und übersichtlich sein, aber dennoch alle zur Umsetzung vorgesehenen Elemente aufführen. Bei baulichen Projekten wird bei der Darstellung der Projektkosten in der Regel die DIN-Norm 276 herangezogen.

Die Darstellung der gesamten Projektfinanzierung ist eine Notwendigkeit, da die meisten Förderprogramme keine 100 %ige Förderung bieten. So ist zu beschreiben, wie sich die Gesamtfinanzierung darstellt. Dabei sollten im Sinne der Transparenz alle Finanzierungspartner:innen aufgeführt und auch der Eigenanteil dargelegt werden (mit zahlenmäßigen sowie ggf. prozentualen Anteilen). Beim Aufbau der Projektfinanzierung ist die Beachtung eventueller „Kumulierungsverbote“ wichtig; so dürfen z.B. keine EU-Fördermittel aus verschiedenen Fonds in einem Projekt zusammenfließen. Das Finanzierungsmodell sollte die Finanzierung lückenlos darstellen; am Ende kommt genau die Summe zusammen, die laut Kostenplan zur Umsetzung des Vorhabens benötigt wird. Dabei ist zusätzlich zu beachten, dass eventuelle Folgekosten im Unterhalt bereits bei der Projektkonzeption berücksichtigt werden.

Nach Fertigstellung des Projektes gilt es, die eingeworbenen Fördermittel abzurechnen. Gerade bei öffentlicher Förderung ist es wichtig, die korrekte Mittelverwendung in einem Verwendungsnnachweis darzustellen. Hierzu ist insbesondere auf die Bestimmungen im Förderbescheid zu achten. Generell unterliegen öffentliche Mittel diversen Vorgaben hinsichtlich Abrechnung und Dokumentation. Dabei ist es wichtig, die folgenden Punkte zu beachten:

**Projektdokumentation:** Zum Ende des Vorhabens ist eine Projektdokumentation zu erstellen, um die erfolgreiche Umsetzung belegen zu können. Teilweise können seitens der Fördermittelgeber:in auch Zwischenberichte eingefordert werden. Dafür empfiehlt es sich, bereits während des Projektes ein Controlling durchzuführen, Fotos zu machen und ggf. kurze Vermerke zum Projektfortschritt zu verfassen.

Nachweis der korrekten Mittelvergabe: Die Verwendung öffentlicher Mittel ist generell an Vergabebestimmungen gebunden. In den Förderbescheiden sind in der Regel Hinweise zu den erforderlichen Vergabeverfahren genannt. Bei der Vergabe ist ebenfalls die gewählte Verfahrensart der Ausschreibung, das Ausschreibungsergebnis sowie die erfolgte Vergabe der Leistungen zu dokumentieren. Im Zweifelsfall sollte mit den Drittmittelgeber:innen vereinbart werden, welche Vergabeverfahren anzuwenden sind.

Zahlenmäßiger Nachweis: Bei vielen Projekten ist im Rahmen des Verwendungsnachweises ein zahlenmäßiger Nachweis zu erbringen. Hier ist es wichtig, die getätigten Ausgaben darzustellen und in Summe aufzuführen. Dieser Nachweis ist von besonderer Bedeutung, wenn eine Förderung im Erstattungsverfahren gewährt wurde; die anteiligen Fördermittel können dann in der Regel nur auf Basis des zahlenmäßigen Nachweises angefordert werden. Wichtig ist auch die Beachtung der Projektlaufzeit: Generell müssen Leistungen innerhalb der Projektlaufzeit umgesetzt worden sein, damit sie abgerechnet werden können.

Bei Verschiebungen ist Kommunikation wichtig: Manchmal ergeben sich im Rahmen der Projektumsetzung Verschiebungen innerhalb des Kostenplans; eine Position wird teurer als vorgesehen, die andere günstiger als gedacht. Kleinere Änderungen im Budgetplan sind dabei meist kein Problem, solange sich die Gesamt-Projektsumme nicht zu stark verändert; auch die Drittmittelgeber sind sich bewusst, dass so etwas vorkommen kann. In diesem Fall ist Kommunikation wichtig: Um die Förderstellen „mitzunehmen“ und Transparenz herzustellen, sind Verschiebungen innerhalb der Kostenpläne im Projektverlauf mitzuteilen.

Neben diesen grundsätzlichen Voraussetzungen zur Initiierung und Abwicklung eines Förderprojektes bedarf es bei der Akquise und Kommunikation von und mit Drittmittelgeber:innen einer institutionsbezogenen Ansprache. Dabei sind gerade explizite Förderschwerpunkte einzelner Institutionen zu berücksichtigen. Hier sind Bewertungsschemata und Förderrichtlinien wichtige Informationsquellen und sollten vor der Ansprache gesichtet werden.

## 8.2 Potentielle Förderprogramme

Das Förderspektrum im Kontext der Potentialstudie Gesunde Parks und Gärten ist breit. Aufgrund der Themenvielfalt und sich stetig verändernden Rahmenbedingungen ist es an dieser Stelle nicht möglich, eine abschließende und aktuelle Auflistung relevanter Förderprogramme im Kontext gesundheitsfördernder Parks und Gärten aufzustellen. Nichtsdestotrotz lassen sich Förderbereiche zuordnen, die eine hohe Relevanz haben.

Zunächst ist festzuhalten, dass es für das vorliegende Thema auf allen Förderebenen Programme gibt, die einzelne Vorhaben ermöglichen. Hierzu lassen sich folgende Ebenen benennen:

- EU-Mittel
- Bundesmittel
- Landesmittel
- Kommunale Mittel
- Stiftungen (Privatpersonen und Unternehmen)
- Verbände (regional und überregional)
- Landeslotterien und Medienfonds

Förderungen durch die öffentliche Hand unterscheiden sich dabei in ihren Förderrahmenbedingungen zumeist von Stiftungen, Verbänden und Lotterien. In den Förderrichtlinien können Projektträger:innen sich detailliert über die Förderkulisse, Förderschwerpunkte, Höhe der Finanzierung, Co-Finanzierung, den möglichen Eigenanteil und einzuhaltende Fristen informieren. In der Regel unterscheiden Förderprogramme darüber hinaus zwischen (gemeinnützigen) Vereinen, privatwirtschaftlichen und kommunalen Antragsteller:innen.

Im Folgenden wird zunächst erläutert, wie die Recherche nach geeigneten Programmen ablaufen kann, bevor dann themenspezifisch beispielhafte Drittmittelgeber:innen aufgeführt werden.

Im Rahmen der Projektskizze ergeben sich in der Regel Themen, die im Zuge des Projektes besonders fokussiert werden. Diese stellen den Schwerpunkt des Projektes dar und sind ausschlaggebend dafür, welche potentiellen Drittmittelgeber:innen in Frage kommen. Je nach Ausrichtung der Förderschwerpunkte eines Förderprogrammes kann so bereits im Vorfeld überprüft werden, ob das eigene Projekt zu dem ausgewählten Programm passt. Über verschiedene Förderdatenbanken lassen sich nach Festlegung des/r Förderschwerpunkte/s unterschiedliche Möglichkeiten für eine Förderung recherchieren. Zentrale Förderdatenbanken sind online zu finden:

- Förderdatenbank Bund, Länder und EU des Bundesministeriums für Wirtschaft und Klimaschutz ([www.foerderdatenbank.de](http://www.foerderdatenbank.de))
- EU-Kommunal-Kompass ([www.eu-kommunal-kompass.de](http://www.eu-kommunal-kompass.de))
- Datenbanken der Stiftungsbehörden ([www.stiftungssuche.de](http://www.stiftungssuche.de))
- thematische Förderdatenbanken für bestimmte Förderschwerpunkte (z.B. für Kunst- und Kulturprojekte [www.kulturoerderung.org](http://www.kulturoerderung.org))
- Deutsche Vernetzungsstelle Ländliche Räume mit thematischer Sortierung von Förderprogrammen bundesweit ([www.netzwerk-laendlicher-raum.de](http://www.netzwerk-laendlicher-raum.de))

Im Folgenden werden beispielhafte Drittmittelgeber:innen aufgeführt. Ein Anspruch auf Vollständigkeit und Aktualität kann nicht gegeben werden, da sich Rahmenbedingungen stetig ändern. Hier ist im Einzelfall zu prüfen.

- LEADER-Programm ab 2023
  - o Auswahl der neuen LEADER-Regionen in Niedersachsen erfolgt zum Jahresbeginn 2023
  - o nähere Informationen sind beim [Niedersächsischen Ministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz](#) zu finden
- Richtlinie über die Gewährung von Zuwendungen der Integrierten Ländlichen Entwicklung (ZILE-Richtlinie) Niedersachsen, hier u.a.
  - o Dorfentwicklung
  - o Basisdienstleistungen
  - o nähere Informationen sind beim [Niedersächsischen Ministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz](#) zu finden
- Städtebauförderung Niedersachsen, hier u.a.
  - o Lebendige Zentren – Erhalt und Entwicklung der Stadt- und Ortskerne
  - o Sozialer Zusammenhalt – Zusammenleben im Quartier gemeinsam gestalten
  - o Wachstum und nachhaltige Erneuerung – Lebenswerte Quartiere gestalten
  - o nähere Informationen sind beim [Niedersächsischen Ministerium für Umwelt, Energie, Bauen und Klimaschutz](#) zu finden
- Bundesprogramm „Anpassung urbaner Räume an den Klimawandel“, hier u.a.

- Projekte zum Klimaschutz oder zur Anpassung urbaner Räume an den Klimawandel
- Entwicklung und Erhaltung öffentlich zugänglicher Grün- und Freiräume
- nähere Informationen sind beim [Bundesinstitut für Bau-, Stadt- und Raumforschung](#) sowie beim [Projekträger Jülich](#) zu finden
- Bundesprogramm Biologische Vielfalt, hier u.a.
  - Arten in besonderer Verantwortung Deutschlands
  - Hotspots der biologischen Vielfalt in Deutschland
  - Sicherung von Ökosystemleistungen
  - Stadtnatur
  - Weitere Maßnahmen von besonderer repräsentativer Bedeutung für die Nationale Strategie zur Biologischen Vielfalt
  - nähere Informationen sind beim [Bundesamt für Naturschutz](#) zu finden
- Niedersächsische Bingo-Umweltstiftung, hier u.a.
  - Umwelt- und Naturschutz
  - Entwicklungszusammenarbeit
  - Denkmalpflege
  - nähere Informationen sind bei der [Niedersächsischen Bingo-Umweltstiftung](#) zu finden
- Deutsche Bundesstiftung Umwelt (DBU), hier u.a.
  - Instrumente und Kompetenzen der Nachhaltigkeitsbewertung sowie Stärkung von Nachhaltigkeitsbewusstsein und -handeln
  - Nachhaltige Ernährung und nachhaltiger Umgang mit Lebensmitteln
  - Klima- und ressourcenschonendes Bauen
  - Integrierte Konzepte und Maßnahmen zu Schutz und Bewirtschaftung von Grundwasser und Oberflächengewässern
  - Naturschutz und nachhaltige Naturnutzung in Nutzlandschaften und Schutzgebieten
  - nähere Informationen sind bei der [Deutschen Bundesstiftung Umwelt](#) zu finden
- Deutsche Stiftung Denkmalschutz, hier u.a.
  - Alle formal unter Denkmalschutz stehenden Kulturdenkmale, unter anderem auch Parks und Gärten
  - Förderung von Maßnahmen zur dauerhaften Erhaltung von Kulturdenkmälern oder partielle oder vollständige Wiederherstellung von Teilen
  - nähere Informationen sind bei der [Deutschen Stiftung Denkmalschutz](#) zu finden
- Stiftung Lebendige Stadt, hier u.a.
  - Maßnahmen und Aktivitäten in öffentlichen städtischen Räumen, zu den Leitthemen Licht, Grün oder Gebauter Raum
  - nähere Informationen sind bei der [Stiftung Lebendige Stadt](#) zu finden
- Förderung der Aktion Mensch, hier u.a.
  - Barrierefreiheit für alle
  - Begegnung, Kultur und Sport
  - Kinder und Jugendliche stärken
  - nähere Informationen sind bei der [Aktion Mensch](#) zu finden

## 9 Zusammenfassung und Ausblick

Das Gartenland Niedersachsen verfügt über ein großes Potential an gesundheitsfördernden Parks und Gärten, die sich auch ausreichend auf die sieben in dieser Potentialentfaltungsstudie geclusterten Aktionsfelder verteilen. Auf allen Ebenen müssen sich die jeweiligen Akteure dafür einsetzen, dass mehr qualitativ hochwertige Parks und Gärten und blau-grüne Infrastruktur zur Gesundheitsförderung erhalten, vor Zerstörung geschützt oder neu angelegt werden können. Der derzeitige Flächenanteil von maximal 1 % (je nachdem, welche Freiraumtypen in diese Zahl hineingenommen wurden) steht in keinem Verhältnis zu seiner aktuellen und zukünftigen Bedeutung. Weiterhin untersucht werden muss, nach der stichprobenartigen Erhebung dieser Studie, ob im Sinne der Chancengleichheit eine fußläufige Erreichbarkeit von Parkanlagen für Alle besteht.

Deutlich wurde, dass die persönliche und gesellschaftliche Wahrnehmung von Gesundheit einem Wandel unterzogen ist. Beeinflussende Faktoren ändern sich und somit die Herausforderungen und der Umgang damit. Gesellschaftlich ethisch ist Gesundheit aktuell ein höheres Gut; stark verknüpft mit dem Begriff des Glücks.

Ernährung, Bewegung und Entspannung sind zentrale Bausteine für einen gesunden Lebenswandel. Entsprechende Bildung und Werte vorausgesetzt, kann Jede / Jeder selbst einen Beitrag zur eigenen Gesundheit leisten.

Die nachhaltige Entwicklung der Lebensumwelt von Lebewesen spielt ebenfalls eine zentrale Rolle. Sie berührt aktuell Herausforderungen des Klimawandels und der Pandemiebekämpfung. Ein Einwirken auf diese Faktoren ist vor allem über gesamtgesellschaftliche Transformationsprozesse machbar.

Damit die ermittelten gesundheitsfördernden Effekte zum Tragen kommen, muss die begonnene Vernetzung von Betreiber:innen mit Gesundheitsanbieter:innen intensiviert werden. Der Bedarf an Austausch wird bei den Akteuren gesehen, wie sich während des Symposiums Gesunde Parks und Gärten deutlich zeigte. Mit der Wissensbasis und auch durch die Sichtung konkreter Maßnahmen und Initiativen auf lokaler, regionaler und Landesebene ist eine Synopse aus Garten und Gesundheit in seiner gesamten Bandbreite von der Prävention bis hin zu kurativen und palliativen Ansätzen entstanden. Dabei wird deutlich, dass die präventiven Gesundheitsthemen eine stärkere gartenkulturelle Ausrichtung haben können und Themen im Bereich der heilenden Herangehensweise verstärkt medizinisch ausgerichtet sein werden.

Aufgrund der Komplexität und Querschnittsorientierung sind die Ergebnisse und Handlungsempfehlungen so vielschichtig, dass sie nicht alle in dieser Potentialentfaltungsstudie angerissen werden können. Es werden aber immer Schnittstellen zu den einzelnen involvierten Fachgebieten und Akteursgruppen ausgewiesen.

Aktuell wird die Bedeutung von Grün mit seinen Parks und Gärten (wieder!) unter dem Aspekt der Gesundheit betrachtet und kommuniziert. Prinzipiell liegen also derzeit ausgezeichnete gesellschaftliche und politische Rahmenbedingungen vor, um sich für die gesundheitsfördernde Wirkung von Parks und Gärten einzusetzen. Bei den potentiellen Nutzer:innen von Parks und Gärten besteht zudem eine tief verankerte Einschätzung, dass der Besuch von Parks und Gärten das körperliche und seelische Wohlbefinden steigert.

Die Forschungen können und müssen weiterlaufen. Dringend verstärkt werden müssen die Förderung und der Ausbau der Grünen Infrastruktur im urbanen Raum. Für Siedlungen des ländlichen Raums lässt sich diese Forderung ebenfalls aufstellen.

Wünschenswert wäre eine nachhaltige Wirkungsanalyse der Studienergebnisse. Rüdiger Dittmar fasst zusammen, dass ausreichend Erkenntnisse zu den Themenfelder vorhanden sind: „Die Bedeutung des Stadtgrüns zu validieren sowie durch Forschung die Kenntnisbasis zu stärken, ist sicherlich von großer Bedeutung. Nur so kann das Wissen um und das Bewusstsein für die Funktionen des Stadtgrüns weiterentwickelt werden. Ich bin allerdings der festen Überzeugung, dass es derzeit nicht an Vorschlägen zur Verbesserung des Kenntnisstandes mangelt, sondern an der Umsetzung. Es nützt uns für eine nachhaltige Stadtentwicklung nicht, grüne Broschüren zu drucken und weiter grauen Beton zu bauen.“<sup>319</sup>

Was die gesundheitsfördernde Gartenkultur und die blau-grüne Infrastruktur in Stadt und Land braucht, ist die breite, von vielfältigen Akteuren getragene Umsetzung der Handlungsempfehlungen.

In der ländlichen Entwicklung ist eine Anpassung an die aktuelle Bedeutung des Themas Gesundheit nötig. Aspekte der grünen Infrastruktur gilt es als Fördertatbestand in der Dorfentwicklung zu etablieren. Neben der bereits in der Zuwendung zur ländlichen Entwicklung starken Bedeutsamkeit von Klimaschutz, muss die gesundheitsorientierte Nutzbarmachung von grüner Infrastruktur im ländlichen Raum gefördert werden. In die Pflichtthemen der Dorfentwicklung und bei LEADER sollten Gesundheit bzw. gesundheitsorientierte Aspekte Einzug finden. So können bei Prozessen der ländlichen Entwicklung auch Gesundheitsaspekte mit berücksichtigt werden.

Als Querschnittsaufgabe ist die Umsetzung der Erkenntnisse der Potentialentfaltungsstudie zu verstehen. Das Potential von gesunden Gärten und Parks bzw. grüner Infrastruktur kann nur entfaltet werden, wenn Ressorts und Ministerien zusammenarbeiten. Dazu bedarf es einer verstetigten Zusammenarbeit beispielsweise in einer interministeriellen Arbeitsgruppe auf der so genannten Arbeitsebene.

Die Untersuchung des Pilotstandortes LandPark Lauenbrück hat sichtbar gemacht, welche vielfältigen Möglichkeiten zur Gesundheitsförderung alleine an einem Standort realisiert werden können. Dabei steht über allem, ein qualitativ hochwertiges und zielgruppenspezifisches Angebot vorhalten zu können. Die Beratung und Fokussierung unter Berücksichtigung vorhandener Infrastrukturen ist sowohl für den LandPark Lauenbrück als auch für übertragbare Parks und Gärten der entscheidende Faktor. Dabei sind die gesundheitsfördernden Cluster als Maßstab und Orientierung anzulegen und dienen gleichzeitig der eigenen Evaluierung.

Die Cluster als Aktionsfelder der gesundheitsfördernden Wirkungen von Parks und Gärten sollten im Zentrum der zukünftigen Ausgestaltung stehen und zudem helfen, deren Bedeutung niedrigschwellig zu kommunizieren und die Menschen bei ihren alltäglichen Lebenslagen und Bedürfnissen abzuholen. Hier sind gezielte Kampagnen in Kooperation mit Kommunikations-expert:innen auf der Basis repräsentativer Erhebungen durchzuführen. Gesundheitsförderung soll damit im Sinne der Salutogenese sehr stark präventiv wirken können. Auch in diesem Zusammenhang wurde deutlich, dass bei vielen Menschen nicht das Wissen fehlt, sondern es

---

<sup>319</sup> Dittmar 2022

einer Ansprache bedarf, die geeignet ist, Verhaltensweisen über die eigene Motivation zu ändern.

Bei der Bearbeitung der Studie wurden inhaltliche „Übergabepunkt“ offensichtlich, an denen sich weitere anknüpfende Arbeitsaufträge zeigten:

Es könnte die Frage beantwortet oder diskutiert werden, was es für „Gesunde Gärten und Parks“ bedeutet, wenn bereits jetzt ein großer Teil der Einwohner:innen Deutschlands einen Zugang zu einem (eigenen) Garten haben. Sind die positiven Wirkungen von Gärten, wie sie beschrieben werden, schon weitestgehend ausgeschöpft und gibt es Unterschiede zur Wirkung des eigenen Gartens? Im Zuge einer solchen fokussierten Betrachtung sind Aspekte hinsichtlich sozialer Interaktion, Größe und funktionaler Ausstattung für bestimmte Aktivitäten sowie Zugänglichkeit zu berücksichtigen.

Lassen sich die Effekte zur gesundheitsfördernden Wirkung von Gärten und Parks in der ländlichen Entwicklung wirksam ausgestalten und umsetzen? Effekte und Erkenntnisse der Modellregionen und Modellvorhaben sind zur Übertragung in die „Mainstreamförderung“ bezüglich ihrer Aktivierungspotenziale zu prüfen.

Zusammenfassend betrachtet müssen alle Fäden bei einer zentralen Stelle für Gartenkultur im Land Niedersachsen zusammenlaufen, die die breitgefächerten Aufgabenschwerpunkte umsetzen kann. Der Projektverbund GARTENHORIZONTE Niedersachsen e.V. wäre ein geeigneter, weil schon bestehender und auf Niedersachsen ausgerichteter Träger, der als kompetenter Partner im Land auftreten und als Sprachrohr nach außen für die Gartenkultur und auch deren gesundheitsfördernde Wirkung fungieren kann. Zudem ist der Verein eng mit der Landesinitiative Gartenhorizonte verzahnt.

Die Landesregierung hat es in der vergangenen Legislaturperiode im Rahmen ihres Strategischen Handlungsrahmens für die Tourismuspolitik auf Landesebene im Januar 2015 wie folgt definiert:

*Ein Aufenthalt in Niedersachsen ist Medizin ohne Beipackzettel.<sup>320</sup>*

Diesem Ziel sollten sich Parks und Gärten in Niedersachsen verschreiben, um für die Einwohner:innen wie auch Gäste gesundheitsfördernd aufzutreten. Auch Ministerin Otte-Kinast nahm aus dem studienbegleitenden Symposium im September 2021 die Botschaft mit, die Vernetzung von Gartenkultur und Gesundheit innerhalb der Landesregierung für das Land Niedersachsen voranzutreiben.

In bewegten Bildern zeit sich die Aufbruchstimmung unter: <https://gartenhorizonte.de/>

---

<sup>320</sup> Niedersächsisches Ministerium für Wirtschaft, Arbeit und Verkehr, 2015

## 10 Quellenverzeichnis

### 10.1 Literatur

- Adam, Brigitte (2021). Gärtner in der Stadt. In: Stadtforschung und Statistik: Zeitschrift des Verbandes Deutscher Städtestatistiker, 34(2), 33-43.
- Artho, Jürg (2017). Wirkungen von Erholungszonen auf die Gesundheit, Literaturstudie, Zürich 2017
- ASG Hrsg. (2008). Leitfaden "Zukunftsgärten". Handlungsansätze zur Stärkung der ländlichen Gartenkultur; Ergebnisse des Modellprojektes "Zukunftsgärten" in Schwarmstedt, Lindwedel und Süderbruch. Bearbeitet von Karin Bukies und Elisa Hoferer.
- Beck, Jens (2014): „Dornröschen wache auf – was bedeutet Gartenkultur auf dem Lande? Dokumentation der Gartensymposien 2014 in Lübeln, Vechelde und Westerstede. Niedersächsischen Ministeriums für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz. Bearbeitet von der Arge Amtshof Eicklingen Planungsgesellschaft GmbH & Co KG – freiraumforum Gudrun Viehweg und Petra Schoelkopf.
- Berry, N. (1961). The national garden therapy manual, Philadelphia 1961 (Original University of Michigan)
- Bitzer, Eva Maria (2021). Gesundheitskompetenz: eine Ressource in der Krise?! In: Franz Knieps | Holger Pfaff (Hrsg.) BKK Gesundheitsreport 2021 Krise – Wandel – Aufbruch. Medizinisch Wissenschaftliche Verlagsgesellschaft.
- Boeck, Urs (2000). Gartenkunst in Niedersachsen vom Mittelalter bis zum Ende des 18. Jahrhunderts. In: Heimatbund Niedersachsen e.V. und Nds. Gesellschaft zur Erhaltung historischer Gärten e.V. (Hrsg.). Historische Gärten in Niedersachsen. Katalog zur Landesausstellung. Hannover. 2000. S. 15-31
- Boyle, C. (2014). Lamas und Alpakas in der pädagogischen Förderung von Kindern und Jugendlichen
- Brämer, R., Richter, M. (2011). Rehastudie Wandern, Therapeuten und Patienten zum Wert des Spazierens und Wanderns in der Rehabilitation, Dt. Wanderinstitut e.V., Marburg, 2008, Fassung 2011
- Brämer, Rainer (2008). Grün tut uns gut. Daten und Fakten zur Renaturierung des Hightech-Menschen. Natur subjektiv. Studien zur Natur-Beziehung in der Hightech-Welt. 5/2008.
- Brandt, Arno; von Bothmer, Wilken und Rohde, Michael (2004). Marketing für Gärten und Schlösser. Hinstorff Verlag.
- Brandt, Arno; von Bothmer, Wilken; und Mangels, Claus Hrsg. (2007): GartenNetze Deutschland. Hin storff Verlag.
- Briemann, A., Buras, H., Salingarosa, NI, Taylor, R. (2021). What happens in your brain when you walk down the street? Implications of Architectural Proportions, Biophilia, and Fractal Geometry for Urban Science, Hrsg. MDPI (Multidisciplinary Digital Publishing Institute)
- Bundesinstitut für Bau-, Stadt- und Raumforschung BBSR (2022). Wissenstransfer Sozialer Zusammenhalt. Dokumentation zur digitalen Erfahrungswerkstatt „Öffentliche Außenräume - Potenziale in dicht besiedelten Gebieten“ am 26. November 2021. Bearbeitet durch empirica ag. Berlin/Bonn.
- Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft BMEL (2018). Kongress Garten und Medizin. Bonn.
- Bundesministerium des Innern, für Bau und Heimat BMI Hrsg. (2016). Leitfaden Barrierefreies Bauen. Hinweise zum inklusiven Planen von Baumaßnahmen des Bundes. Berlin.

- Bundesministerium des Inneren, für Bau und Heimat Hrsg. (2021). Innenstadtstrategie des Beirats Innenstadt beim BMI. Die Innenstadt von morgen- multifunktional, resilient, kooperativ. Berlin.
- Bundesministerium für Umwelt, Naturschutz, Bau und Reaktorsicherheit BMUB Hrsg. (2007). LEIPZIG Charta zur nachhaltigen europäischen Stadt.
- Bundesministerium für Umwelt, Naturschutz, Bau und Reaktorsicherheit Hrsg. (2017). Weißbuch Stadtgrün. Grün in der Stadt – Für eine lebenswerte Zukunft. Berlin.
- Bundesministerium für Wirtschaft und Energie Hrsg. (2019). Gesundheitswirtschaft – Fakten & Zahlen Ausgabe 2019, Länderergebnisse der Gesundheitswirtschaftlichen Gesamtrechnung. Berlin
- Bundesverband Garten-, Landschafts- und Sportplatzbau e. V. Hrsg. (2014). Charta Zukunft Stadt Grün.
- Callo, C., Hein, A., Pfahl, C. (Hrsg., 2004). Mensch und Garten - Ein Dialog zwischen Sozialer Arbeit und Gartenbau, Tagungsdokumentation
- Cervinka, Renate; Schwab, Markus und Hubenhofer, Dorit (2016). Private Gärten – Schrebergärten und Gärten beim Haus. In: Gesundheitsfördernde Wirkung von Gärten. Zentrum für Weiterbildung und Drittmittelprojekte. Hochschule für Agrar- und Umweltpädagogik. Wien.
- Claßen, Th., Bunz, M. (2018). Einfluss von Naturräumen auf die Gesundheit - Evidenzlage und Konsequenzen für Wissenschaft und Praxis
- Claßen, Th., Kistemann, Th. (2010) Das Konzept der therapeutischen Landschaften, In. Geographische Rundschau 62, 2010
- Cobb, E. 1959 The Eccology of imagination in Childhood
- Cohen-Cline, H., Turkheimer, E., Duncan, G. (2015). Access to green space, physical activity and mental health. a twin study
- Dannemann, Sarah und Grimm, Marleen (2019). Bewegung und Gesundheit im Garten. In: Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft Hrsg. (2019). Schulgarten – für das Leben lernen.
- Deutsche Gesellschaft für Ernährung (2014). Sekundäre Pflanzenstoffe und ihre Wirkung auf die Gesundheit – Eine Aktualisierung anhand des Ernährungsberichts 2012, DGEinfo 12/2014
- Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung e.V. DGUV (2006). Naturnahe Spielräume. DGUV Information 202-019. Berlin.
- Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung e.V. DGUV (2020). Außenspielflächen und Spielplatzgeräte. DGUV Information 202-022. Berlin.
- Deutscher Heilbäderverband e.V. und Deutscher Tourismusverband e.V. Hrsg. (2017). Begriffsbestimmungen / Qualitätsstandards für Heilbäder und Kurorte, Luftkurorte, Erholungsorte- einschließlich der Prädikatisierungsvoraussetzungen -sowie für Heilbrunnen und Heilquellen. 13. Auflage.
- Dibben, J., Playford, Ch., Mitchell, R.. (2016). Be(ing) prepared. Guide and Scout participation, childhood social position and mental health at age 50 - prospective birth cohort studyThe study, Journal of Epidemiology and Community Health, published online 2016 Nov 10
- Dittmer, Rüdiger (2022). Grüne Infrastruktur im Bauplanungsrecht verankern. In: Stadt und Grün. 6/2022. Patzer Verlag.
- DGGL Hrsg. (2008): Garten und Gesundheit -Zur Bedeutung des Grüns für das Wohlbefinden. Jahrbuch 2008. Callwey Verlag.
- Eckhardt, Ute (2022). Kommentar: Langer Weg bis zum Spielplatz. In Stadt + Grün 05/2022. Patzer Verlag.

- Eidloth, Volkmar (Hrsg., 2010) in. Europäische Kurstädte und Modebäder des 19. Jahrhunderts, Internationale Fachtagung des deutschen Nationalkomitees von ICOMOS, Bad-Baden, 25.-27. November 2010, Arbeitsheft 24
- Enzmann, Thomas (2018). Patienten fänden's gut- Vision und Wirklichkeit des Gartens in der deutschen Krankenhauslandschaft. In: Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft BMEL (2018). Kongress Garten und Medizin. Bonn.
- Feike, Martin und Retzlaff-Fürst, Carolin (2019). Garten 2.0 Schulgärten – ökologisch gestalten und zum Lernen nutzen Zertifikatskurs an der Uni Rostock Almut Roos, Natur im Garten Mecklenburg-Vorpommern e.V. In: Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft Hrsg. (2019). Schulgarten – für das Leben lernen.
- Forsa Politik- und Sozialforschung GmbH (2015). Urbanes Grün und Gesundheit. Ergebnisse einer Befragung von Bewohnern in deutschen Großstädten. Repräsentative Befragung im Auftrag des Bundesverbands Garten-, Landschafts- und Sportplatzbau. Berlin.
- Forschungsgemeinschaft Urlaub und Reisen (FUR) e.V. (2020). Reiseanalyse 2020. Kiel
- Gaida, W., (2022). Grüne Oasen im Ruhrgebiet – die Revierparks, in. Stadt + Grün, 1-2022
- Gartennetz Deutschland e. V. Hrsg. (2010) Pflegemanagement für Parks und Gärten Modellhafte Umsetzung eines nachhaltigen Pflegemanagements zur Reduzierung von anthropogen verursachten Verlusten der Biodiversität und der kulturellen Ökosystemfunktion national bedeutender Gartenanlagen. Projektleitung: Dr. Christian Antz, Christa Ringkamp und Petra Schoelkopf. Erich Schmidt Verlag
- Gebhard, U. (2009). Kind und Natur, Die Bedeutung der Natur für die psychische Entwicklung, 3. überarbeitete und erweiterte Auflage 2009
- Gebhard, U., Kistemann, Th. (2014). Therapeutische Landschaften. Gesundheit, Nachhaltigkeit, „gutes Leben“
- Geschäftsstelle des Sachverständigenrates für Umweltfragen SRU (2018). Wohnungsneubau langfristig denken – Für mehr Umweltschutz und Lebensqualität in den Städten. Berlin.
- GesundRegion Wümme-Wieste-Niederung (2014). Regionalen Entwicklungskonzept GesundRegion Wümme-Wieste-Niederung. Bearbeitet durch mensch und region (2014) Hannover.
- Göpel, Maja (2020). Das können wir besser. Interview Verkehrte Welt: Algorithmen bestimmen unseren Takt, die Natur wird verramscht. Eine Lösung findet Maja Göpel im regenerativen Kreislauf. In: Schrot & Korn.
- Groß, Klaus (2016). Akteure der Gartenkultur vernetzen. In: Gartenland Niedersachsen. Eine gute Idee verbindet...Handreichung GARTENHORIZONTE im Auftrag des Niedersächsischen Ministeriums für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz (2016). Amtshof Eicklingen Planungsgesellschaft GmbH & Co KG - Gudrun Viehweg und freiraumforum Landschaftsarchitektur + Freiraummarketing - Petra Schoelkopf.
- Grunert, H., Jensen, K. (2008). Der Altonaer Volkspark. Eine Parkanlage zum Wohl der Volksgesundheit, in. DGGL-Jahrbuch 2008, Garten und Gesundheit. Zur Bedeutung des Grüns für das Wohlbefinden.
- GRÜNE TEXTE – Die NEUEN NATURTHERAPIEN , Internetzeitschrift für Garten-, Landschafts-, Waldtherapie, tiergestützte Therapie, Green Care, Green Meditation, Ökologische Gesundheit, Ökopsychosomatik
- Haubenhofer, Dorit (2017). Entwicklung von Green Care in Österreich. In: Oßenbrink, Ole und Petermann, Cord Hrsg. (2017). Landschaftsarchitektur und Gesundheit –Freiraum und Landschaft

- im Kontext menschlichen Wohlbefindens. Hochschule Osnabrück Fakultät Agrarwissenschaften und Landschaftsarchitektur. Osnabrück.
- Haubenofer et al (2013). Gartentherapie Theorie-Wissenschaft-Praxis, hrsg. Umweltschutzverein Bürger und Umwelt, Geschäftsbereich Natur im Garten, A-3100 St. Pölten; Lipka – školské zařízení pro environmentální vzdělávání, CZ- 639 00 Brno, EU-Projekt ETZ „Gartentherapie – Soziale Involvierung und Inklusion durch gartentherapeutische Maßnahmen und Aktivierung“
- Hilarion G. Petzold., Ellerbrock, B., Hömberg, R. (2018). Die Neuen Naturtherapien, Handbuch der Garten-, Landschafts-, Waldtherapie und Tiergestützten Therapie, Green Care und Green Meditation, Band I, Grundlagen der Garten- und Landschaftstherapie
- Hüther, G.. Natur. die beste Gesundheitsschule, in. GEO WISSEN Gesundheit
- Hirschfeld, Christian Cay Lorenz (1779). Theorie der Gartenkunst (Band 1). Leipzig. Classic Reprint. 2019. Forgotten Books.
- Hochschule für Agrar- und Umweltpädagogik, Wien (2017). Gesundheitsfördernde Wirkung von Gärten
- Hohendorf, Franziska (2017). Therapeutische Freiräume entwickeln. In: Oßenbrink, Ole und Petermann, Cord Hrsg. (2017). Landschaftsarchitektur und Gesundheit –Freiraum und Landschaft im Kontext menschlichen Wohlbefindens. Hochschule Osnabrück Fakultät Agrarwissenschaften und Landschaftsarchitektur. Osnabrück.
- Huntington, Lucy (1999). Das Gartenbuch für Allergiker. Egmont Verlagsgesellschaft.
- Ift Freizeit- und Tourismusberatung GmbH (2016). Regionales Tourismuskonzept für den Landkreis Rotenburg (Wümme). Köln
- ILAG, Institut Leistung Arbeit Gesundheit. Durchführungsbedingungen und Wirkungsanalyse von gartentherapeutischen Maßnahmen bei demenziell erkrankten Bewohner\*innen in Altenpflegeheimen (DuWigata), gefördert durch die IKK classic in den Jahren 2019-2020.
- Innside Statistics (2020). Zahl des Monats. Nr. 003-Mai 2020. Spielplätze in Deutschland.
- Institut Wohnen und Umwelt Hrsg. (2004). Parks und Natur in der Stadt Konzepte und Wirkungen. Expertise im Rahmen des vom BMBF geförderten Projekts „Nachhaltige Stadtparks mit neuen Erlebnisqualitäten zur Verbesserung der Lebensqualität in der Stadt und des städtischen Wohnumfelds“. Bearbeitet von Antje Flade.
- Jang SJ, Johnson BR, Kim Y-I, Polson EC, Smith BG (2014) | Structured voluntary youth activities and positive outcomes in adulthood. An exploratory study of involvement in scouting and subjective well-being. | Sociological Focus 47. 238–267
- Joel et al (2022). Neighborhood greenspace exposure as a protective factor in dementia risk among U.S. adults 75 years or older. a cohort study, <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35033073/>
- Julius, H., Beetz, A., Kotrschal, K., Tirner, D., Unvas-Moberg, K. (2014). Bindung zu Tieren. Psychologische und neurobiologische Grundlagen tiergestützter Interventionen
- Jürg, A.. Wirkungen von Erholungszonen auf die Gesundheit, Literaturstudie, Zürich 2017
- Kaplan, S. (1995). The Restorative Benefits of Nature. Toward an Integrative Framework. Journal of Environmental Psychology, 15. 169-182
- Kaplan, R. und Kaplan, S. (1989). The Experience of Nature. A Psychological Perspective. Cambridge University Press, Cambridge, New York
- Kluckert, E. (2000) Gartenkunst in Europa
- Knight, Liz (2021). Essbare Wildpflanzen Erkennen, sammeln und zubereiten. Laurence King Verlag.

- Korth, Katrin (2022). Standpunkt: Weniger ist mehr. In: Exkurs Spiel und Bewegung. Beilage 1/2022. Patzer Verlag
- Kolip, Petra (2019). Schwer erreichbare Zielgruppen? Eine Frage der Perspektive Vortrag auf dem „Länger besser leben.“-Kongress 14. Mai 2019 in Hannover. Vortragspräsentation von Prof. Dr. Petra Kolip, Universität Bielefeld.
- Kowarik, I. (Hrsg.) Naturkapital Deutschland – TEEB DE (2016). Ökosystemleistungen in der Stadt – Gesundheit schützen und Lebensqualität erhöhen. Hrsg. von Ingo Kowarik, Robert Bartz und Miriam Brenck. Technische Universität Berlin, Helmholtz-Zentrum für Umweltforschung – UFZ.
- Kreuer, Ulrike (2017). Embedded gardening Eine Methode zur Prozesshaften Gartengestaltung für Menschen mit Demenz. In: Oßenbrink, Ole und Petermann, Cord Hrsg. (2017). Landschaftsarchitektur und Gesundheit –Freiraum und Landschaft im Kontext menschlichen Wohlbefindens. Hochschule Osnabrück Fakultät Agrarwissenschaften und Landschaftsarchitektur. Osnabrück.
- Kreuer, Ulrike (2020). Gartengestaltung für Menschen mit Demenz: Lebensräume ohne Barrieren. In: Stadt und Grün 2/2020. S. 74-78.
- v. Krosigk, K.-H. (2008). Krankenhausgärten des ausgehenden 19. und 20. Jahrhunderts, in. DGGL-Jahrbuch 2008, Garten und Gesundheit. Zur Bedeutung des Grüns für das Wohlbefinden.
- Kuo, F.E. und Sullivan, W.C. (2001). Aggression and violence in the inner city. Effects of environment via mental fatigue. Environment and Behaviour, 33. 543-571
- Küster, Hansjörg (2009). Gärten in Niedersachsen und Alleinstellungsmerkmale. In: Niedersächsisches Ministerium für Ernährung, Landwirtschaft, Verbraucherschutz und Landesentwicklung Hrsg. (2009). Landesinitiative Gartenhorizonte. Abschlussbericht. Bearbeitet vom Niedersächsischen Informations- und Kompetenzzentrum für den ländlichen Raum „Eicklinger Amtshof GmbH“, Gudrun Viehweg.
- Landesamt für Statistik Niedersachsen Hrsg. (2022). Flächenerhebung in Niedersachsen zum Stichtag 31.12.2020 nach Art der tatsächlichen Nutzung.
- Landgraf, Günter (2018). Kleingärtner gegen Depression. In: Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft BMEL (2018). Kongress Garten und Medizin. Bonn.
- Lewis, C. (1976). Fourth annual meeting of the National Council for Therapy and Rehabilitation through Horticulture, September 6, Philadelphia, Pennsylvania. Zitiert nach Davis, S. (1998). Development of the profession of horticultural therapy. In. S. Simson & M. C. Straus (1998). Horticulture as Therapy. Principles and Practice. Binghamton (3-20). New York. Haworth Press.
- Lewis, C. A. (1992). Effects of Plants and Gardening in Creating Interpersonal and Community WellBeing. In. D. Relf (ed., 1992). The Role of Horticulture in Human Well-Being and Social Development. A National Symposium. (55-65). Portland. Timber Press.
- Lewis, C. A. (1995). Human health and well-being. the psychological, physiological, and sociological effects of plants on people. In. E. Matsuo & D. Relf (ed., 1995). Horticulture in human life, culture and environment. international symposium, 22 August 1994, Acta Horticulturae, 391, 31-39
- Linster, Gabriele (2021): Niederschrift über die 28. - öffentliche – Sitzung der Enquetekommission „Rahmenbedingungen für das ehrenamtliche Engagement verbessern“ am 12. November 2021. Hannover, Landtagsgebäude.
- Landeszentrum Gesundheit Nordrhein-Westfalen LGZ NRW (2019). Leitfaden Gesunde Stadt. Hinweise für die Stellungnahmen zur Stadtentwicklung aus dem Öffentlichen Gesundheitsdienst. Bochum.
- Land Niedersachsen (2020). DER NIEDERSÄCHSISCHE WEG -MAßNAHMENPAKET FÜR DEN NATUR-, ARTEN- UND GEWÄSSERSCHUTZ. Vereinbarung zwischen dem Land

Niedersachsen vertreten durch das Niedersächsische Ministerium für Umwelt, Energie, Bauen und Klimaschutz sowie das Niedersächsische Ministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz und dem NABU Landesverband Niedersachsen e.V., dem BUND Landesverband Niedersachsen e. V., dem Landvolk Niedersachsen – Landesbauernverband e.V. und der Landwirtschaftskammer Niedersachsen.

Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen e.V. (2015). Gesunde Kita für alle! Leitfaden zur Gesundheitsförderung im Setting Kindertagesstätte.

Leppert, Stefan (2008). Der Garten ist gesund, der Kleingarten ist gesünder. In: DGGL Hrsg. (2008): Garten und Gesundheit -Zur Bedeutung des Grüns für das Wohlbefinden. Jahrbuch 2008. Callwey Verlag.

Louv, Richard (2011). Das letzte Kind im Wald. Geben wir unseren Kindern die Natur zurück!

Marsele, M., Bowler, D., Watzema, J., Eichenberg, D., Kirsten, T., Bonn, A. (2020). Urban street tree biodiversity and antidepressant prescriptions, Scientific Reports

Maas, J.; Verheij, R.; De Vries, S.; Spreeuwenberg, P.; Schellevis, F.; Groenewegen, P. (2009). Morbidity is related to a green living environment. Journal of Epidemiological Community Health, 63, S. 967-973

Michalsen, A. (2022). Effekte der klinischen Waldtherapie auf physische und psychische Parameter in der Allgemeinbevölkerung – eine randomisiert kontrollierte Studie unter der Leitung von Prof. Dr. Andreas Michalsen, ab 2022

Mijnals, Patrick (o.J.). Die Zukunft ist ein Garten. In: Zukunftsinstut (online) Dossier: Wohnen. [www.zukunftsinstut.de/artikel/wohnen/die-zukunft-ist-ein-garten](http://www.zukunftsinstut.de/artikel/wohnen/die-zukunft-ist-ein-garten)

Müller, G., Harhoff, R., Rahe, C., Berger, K. (2018). Inner-city green space and its association with body mass index and prevalent type 2 diabetes. a cross-sectional study in an urban German city

Müller-Glaßl (2000). Denkmalverträglichkeitsprüfung für vorübergehende Sondernutzungen in historischen Gärten. In: Deutsche Gesellschaft für Gartenkunst und Landschaftskultur DGGL (2000). Historische Gärten in Deutschland. Denkmalgerechte Parkpflege. Berlin.

Naturfreunde Internationale (Hrsg., 2015). Naturerleben und Gesundheit - Eine Studie zur Auswirkung von Natur auf das menschliche Wohlbefinden unter besonderer Berücksichtigung von Waldlebensräumen Im Rahmen des Projekts Wasser.Wege von Naturfreunden und Österreichische Bundesforste AG.

Neuberger, Konrad (2004). Geschichte der Gartentherapie. In. Callo, C. et al. (Hrsg.), Mensch und Garten - Ein Dialog zwischen Sozialer Arbeit und Gartenbau, Tagungsdokumentation

Niedersächsisches Ministerium für Wirtschaft, Arbeit und Verkehr Hrsg. (2021). Aktualisierung des Wirtschaftsfaktors Tourismus in Niedersachsen – TSA 2019. Bearbeitet durch DIW ECON Berlin.

Niedersächsisches Ministerium für Wirtschaft, Arbeit und Verkehr Hrsg. (2015). Erfolgreich. Nachhaltig. Zukunftsfest. Tourismus besser gestalten. Strategischer Handlungsrahmen für die Tourismuspolitik auf Landesebene. Hannover

Nefiodow, Leo A. (2014). Der sechste Kondratieff. Rhein-Sieg.

Niepel, A., Pfister, Th. (2010). Praxisbuch Gartentherapie

Ogren, Thomas Leo (2000). Allergy-Free Gardening: The Revolutionary Guide to Healthy Landscaping.

Petzold, H., Hilarion G., Ellerbrock, B., Hömberg, R. (Hrsg.). Die Neuen Naturtherapien, Handbuch der Garten-, Landschafts-, Wald- und Tiergestützten Therapie, Green Care und Green Meditation Band I. Grundlagen – Garten und Landschaftstherapie

- Petzold, H. (2011). Going Green is Health Enrichment, Die EAG-Gesundheitsakademie und ihre „grünen“ Weiterbildungen Green Power Training, Garten- und Landschaftstherapie, Tiergestützte Therapie und Green Meditation
- POLYLOGE, Materialien aus der Europäischen Akademie für biopsychosoziale Gesundheit, Internetschrift für „Integrative Therapie“
- Pretzsch, M., Heimann, J., Martens, D., Friede, C., Wilitzki, A., Bloem-Trei, B., Peters, J. & Molitor, H. (2020): Leitfaden Naturerfahrungsräume in Großstädten – Eine Arbeitshilfe für Vorbereitung, Planung, Einrichtung und Betrieb. Bundesamt für Naturschutz (BfN) (Hrsg)
- Raabe, Janina (2022). Mehrgenerationenspielplatz. Essbare Pflanzen für Klein und Groß. In: Stadt und Grün 5/2022.
- Rathmann, J., Brumann, S. (2017). Therapeutische Landschaften in der Psychoonkologie, Die gesundheitsfördernde Wirkung von Natur und Landschaft <https://opus.bibliothek.uniaugsburg.de/opus4/frontdoor/deliver/index/docId/65934/file/s10.pdf>
- Renz-Polster, H., Hüther, G. (2013). Wie Kinder heute wachsen. Natur als Entwicklungsraum. Ein neuer Blick auf das kindliche Lernen, Fühlen und Denken
- Retzlaff-Fürst, C. (2021). Vortrag beim Symposium „Gesunde Parks und Gärten“.
- Retzlaff-Fürst (2018). Grün macht vergnügt – Stressbewältigung durch Naturerfahrung im Garten (2018). In: Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft BMEL (2018). Kongress Gärten und Medizin. Bonn.
- Ringkamp, Christa (2014). Besondere Begabungen von Gärten und Parks finden und fördern. In: Gartenland Niedersachsen. Eine gute Idee verbindet...Handreichung GARTENHORIZONTE im Auftrag des Niedersächsischen Ministeriums für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz (2016).
- Robert Koch-Institut Hrsg. (2016) Gesundheit in Deutschland – die wichtigsten Entwicklungen. Gesundheitsberichterstattung des Bundes. Gemeinsam getragen von RKI und Destatis. RKI, Berlin.
- Stadt Westerstede (2012): Gartenhorizonte - Gärten und Parks in Niedersachsen Erhebung zur Erwartungshaltung von Fachbesuchern und interessierten Laien an Gartenanlagen (Potenzialanalyse). Bearbeitet von der Arge Amtshof Eicklingen Planungsgesellschaft GmbH & Co KG – freiraumforum Gudrun Viehweg und Petra Schoelkopf.
- Schelhorn, Dirk (2008). Die Bedeutung des Spiels und der Bewegung für die Gesundheit von Kindern. Eine Kultur des gesunden Aufwachsens. In: DGGL Hrsg. (2008): Garten und Gesundheit. DGGL Jahrbuch. Callwey-Verlag. München.
- Schelhorn, Dirk und Brodbeck, Jürgen (2011). Leitfaden Sicherheitsanforderungen für Naturerfahrungsräume. Gutachten im Auftrag der Stiftung Naturschutz Berlin im Rahmen des Erprobungs- und Entwicklungsvorhabens Naturerfahrungsräume in Großstädten am Beispiel Berlin. Gefördert durch das Bundesamt für Naturschutz. Frankfurt/Main, Bremen.
- Schoelkopf, Petra (2016). Im Gespräch. In: Netzwerk Baukultur in Niedersachsen Hrsg. 2016. Stadt und Grün. Netzwerkdokumentation 9.
- Schraml, Peter (2022). Mit dabei statt außen vor. In: Exkurs Spiel und Bewegung. Beilage 1/2022. Patzer Verlag
- Schuh, A., Immich, G. (2019). Waldtherapie - Das Potenzial des Waldes für Ihre Gesundheit
- Sherman, A., Varni, J., Ulrich, R., Malcarne, V. (2005). Post-occupancy evaluation of healing gardens in a pediatric cancer center, in. Landscape and urban planning, 2005

SINUS Markt- und Sozialforschung GmbH (2021). Informationen zu den Sinus-Milieus® 2021.

Spitzer, M. (2005). Landschaft, Ästhetik von Petrarca bis zum Titan, über Darwin und den Tsunami, Geist und Gehirn

Spitzer, M. (o.J.). Der positive Einfluss von Stadtnatur auf unsere Gesundheit, Übersicht wissenschaftlicher Untersuchungen, hrsg. BUND Naturschutz Bayern

Stigsdotter UK, Ekholm O, Schipperijn J, Toftager M, Kamper-Jørgensen F, Randrup TB (2010) |Health promoting outdoor environments-associations between green space, and health,health-related quality of life and stress based on a Danish national representative survey. |Scand J Pub Health 38. 411–417

Techniker Krankenkasse, Hrsg. (2021): Entspann dich, Deutschland! – TK-Stressstudie. Text: Prof. Dr. Bertolt Meyer; Dr. Alexander Zill und Dominik Dilba, Technische Universität Chemnitz. Hamburg.

Tessin, Wulf (2004). Freiraum und Verhalten, Soziologische Aspekte der Nutzung und Planung städtischer Freiräume. Eine Einführung, 2004

TUM (2020). WHO-Studie. Gesundheitsgefahren durch Bewegungsmangel – Kinder und Jugendliche müssen sich endlich mehr bewegen! Pressemitteilung vom 4.12.2020, Informationsdienst Wirtschaft

Ukas, Werner (2018). Stadn und Tendenzen der medizinischen Forschung zur Bedeutung des Gartens für die Medizin. In Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft BMEL (2018). Kongress Garten und Medizin. Bonn.

Ulrich, R. S. (1984). View Through a Window May Influence Recovery From Surgery. Science, 224. 420-421

Umweltbundesamt UBA Hrsg. (2016). Rechtliche Argumentationshilfe: Anpassung an den Klimawandel im Rahmen der kommunalen Daseinsvorsorge. Erstellt für den Klimalotsen vom Leibniz-Institut für ökologische Raumentwicklung in 2015, im Rahmen des UFOPLAN-Vorhabens „Analyse, Bewertung und Politikempfehlungen zur Anpassung nationaler rechtlicher, planerischer und informatorischer Politikinstrumente an den Klimawandel“ (FKZ3713 48 105)

Umweltbundesamt UBA Hrsg. (2019). Transformation des Ernährungssystems: Grundlagen und Perspektiven. Teilbericht (AP1) des F+E Sozialökologische Transformation des Ernährungssystems -Sondierung umweltpolitischer Interventionsmöglichkeiten auf Basis aktueller Erkenntnisse der Transformationsforschung FB000136/ZW bearbeitet von Alexander Schröde, Lucia Maria Müller, Dr. Antje Wilke, Lukas Paul Fesenfeld, Johanna Ernst NAHhaft e.V. Dresden. Unter Mitarbeit von Dr. Klaus Jacob, Lisa Graaf, Nicole Mahlkow Forschungszentrum für Umweltpolitik der Freien Universität Berlin Dr. Philipp Späth, Dörte Peters Institut für Umweltozialwissenschaften und Geographie der Universität Freiburg. Dessau-Roßlau.

Umweltbundesamt UBA Hrsg. (2021). Sozial-ökologische Transformation des Ernährungssystems – Politische Interventionsmöglichkeiten auf Basis aktueller Erkenntnisse der Transformationsforschung. Abschlussbericht bearbeitet von Alexander Schröde, Lutz Meyer-Ohlendorf, Helen Engelhardt, Lukas Fesenfeld NAHhaft e.V.; Klaus Jacob, Leonard Frank, Forschungszentrum für Umweltpolitik; Freie Universität Berlin, Philipp Späth, Professur für Sustainability Governance, Albert-Ludwigs-Universität Freiburg. Texte Für Mensch & Umwelt 137/2021. Dessau-Roßlau.

Umweltbundesamt UBA Hrsg. (2022). Umweltgerechtigkeit stärker verankern. Handlungsempfehlungen für Bund und Länder. Umwelt und Gesundheit 02/2022. Von Christa Böhme, Thomas Franke, Thomas Preuß, Bettina Reimann. Deutsches Institut für Urbanistik, Berlin.

Von Dressler, Hubertus (2016). Landschaftsfunktionen einer resilienten Stadt. In: Netzwerk Baukultur in Niedersachsen Hrsg. 2016. Stadt und Grün. Netzwerkdokumentation 9.

- Weisshaar, Bertram (2018). Einfach Losgehen. Vom Spazieren, Streunen, Wandern und vom Denken gehen. Eichborn Verlag.
- Wendebourg, Tjards (2020). Der Kies muss weg! Gegen die Verschotterung unserer Vorgärten. Ulmer Verlag.
- Wiegand, Christian (2002). Spurensuche in Niedersachsen – Historische Kulturlandschaftsteile entdecken. Entstanden in Zusammenarbeit mit dem Arbeitskreis Kulturlandschaft des Niedersächsischen Heimatbundes. Schlütersche Druckerei und Verlag.
- Wogowitsch, Christine (2019). Garten und Ernährung. In: Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft Hrsg. (2019). Schulgarten – für das Leben lernen.
- Wöbse, Hans-Hermann (2016). Ästhetik ländlicher Gartenkultur. In: Gartenland Niedersachsen. Eine gute Idee verbindet...Handreichung Gartenhorizonte im Auftrag des Niedersächsischen Ministeriums für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz (2016).
- Zentrum für Weiterbildung und Drittmittelprojekte / Hochschule für Agrar- und Umweltpädagogik Hrsg. (2016). Gesundheitsfördernde Wirkung von Gärten. Wien.
- Khaw, Kay-Tee; Welch, Ailsa et al. (o.J.) Die EPIC-Norfolk Prospektiv Population Study Zusammenhang zwischen Gesundheitsverhalten und Sterblichkeit von Männern und Frauen. Deutsche Zusammenfassung veröffentlicht von der BKK unter [https://www.bkk24.de/fileadmin/user\\_upload/Inhalte/Laenger\\_besser\\_leben/EPIC-Studie\\_deutsche\\_Version.pdf](https://www.bkk24.de/fileadmin/user_upload/Inhalte/Laenger_besser_leben/EPIC-Studie_deutsche_Version.pdf)

## 10.2 Gesetze, Verordnungen und Normen

Verordnung zur Durchführung des Niedersächsischen Gesetzes über Kindertagesstätten und Kindertagespflege (DVO-NKiTaG). VO vom 27.8.2021 (Nds. GVBl. Nr. 34/2021 S. 623) - VORIS 21130.

Gesetz zur Stärkung der Gesundheitsförderung und der Prävention (Präventionsgesetz – PrävG) von Juli 2015

## 10.3 Internetseiten und Newsletter

Internetseite: alle eingesehen im Mai und Juni 2022

<https://www.bkk24.de/lbl.html>

[www.urbangardeningmanifest.de](http://www.urbangardeningmanifest.de)

[www.acker.co](http://www.acker.co)

[www.acker.co/Programme#schule](http://www.acker.co/Programme#schule)

[www.ackerhelden.de](http://www.ackerhelden.de)

[www.aerzteblatt.de/nachrichten/70138/Kur-und-Erholungsorte-in-NRW-verlieren-Kunden](http://www.aerzteblatt.de/nachrichten/70138/Kur-und-Erholungsorte-in-NRW-verlieren-Kunden)

[www.ardmediathek.de/sendung/deep-und-deutlich/Y3JpZDovL25kci5kZS80NjA1](http://www.ardmediathek.de/sendung/deep-und-deutlich/Y3JpZDovL25kci5kZS80NjA1)

[www.aok.de/pk/leistungen/schulen-kitas/kita-programm-jolinchenkids](http://www.aok.de/pk/leistungen/schulen-kitas/kita-programm-jolinchenkids)

[www.baukultur-niedersachsen.de/index.php/landesinitiative](http://www.baukultur-niedersachsen.de/index.php/landesinitiative)

[www.bdla.de/de/landesverbaende/niedersachsen-bremen](http://www.bdla.de/de/landesverbaende/niedersachsen-bremen)

[www.bdla.de/de/nachrichten/1425-nachhaltigkeit-in-der-landschaftsarchitektur-thesen-des-bdla](http://www.bdla.de/de/nachrichten/1425-nachhaltigkeit-in-der-landschaftsarchitektur-thesen-des-bdla)

[www.bdla.de/de/nachrichten/news/1199-lernlandschaft-schulhof](http://www.bdla.de/de/nachrichten/news/1199-lernlandschaft-schulhof)

- [www.bdla.de/de/themen/klimaanpassung-gruene-infrastruktur/wir-gestalten-klima](http://www.bdla.de/de/themen/klimaanpassung-gruene-infrastruktur/wir-gestalten-klima)
- [www.bertelsmann-stiftung.de/de/themen/aktuelle-meldungen/2014/september/engagement-entsteht-immer-dann-wenn-es-zum-leben-passt/](http://www.bertelsmann-stiftung.de/de/themen/aktuelle-meldungen/2014/september/engagement-entsteht-immer-dann-wenn-es-zum-leben-passt/)
- [www.bertelsmann-stiftung.de/de/themen/aktuelle-meldungen/2015/februar/engagiert-sich-die-generation-y/](http://www.bertelsmann-stiftung.de/de/themen/aktuelle-meldungen/2015/februar/engagiert-sich-die-generation-y/)
- [www.bewegteschule.de](http://www.bewegteschule.de)
- [www.bewegteschule.de/das-programm-bewegte-schule/Ideen\\_Ziele.php](http://www.bewegteschule.de/das-programm-bewegte-schule/Ideen_Ziele.php)
- [www.bgf-koordinierungsstelle.de/niedersachsen/](http://www.bgf-koordinierungsstelle.de/niedersachsen/)
- [www.bkk24.de/lbl.html](http://www.bkk24.de/lbl.html)
- [www.bne-portal.de](http://www.bne-portal.de)
- [www.bundesgesundheitsministerium.de/krankenversicherung-praevention.html](http://www.bundesgesundheitsministerium.de/krankenversicherung-praevention.html)
- [www.bundesgesundheitsministerium.de/themen/gesundheitswesen/gesundheitswirtschaft/gesundheitswirtschaft-im-ueberblick.html](http://www.bundesgesundheitsministerium.de/themen/gesundheitswesen/gesundheitswirtschaft/gesundheitswirtschaft-im-ueberblick.html)
- [www.bunte-lebenswelten.de/tag/gartennetzwerk/](http://www.bunte-lebenswelten.de/tag/gartennetzwerk/)
- [www.de.statista.com/statistik/daten/studie/880247/umfrage/ehrenamtliche-in-deutschland-zum-informationsinteresse-an-gesundheitsthemen/](http://www.de.statista.com/statistik/daten/studie/880247/umfrage/ehrenamtliche-in-deutschland-zum-informationsinteresse-an-gesundheitsthemen/)
- [https://www.destatis.de/DE/Presse/Pressemitteilungen/2022/04/PD22\\_153\\_236.html](https://www.destatis.de/DE/Presse/Pressemitteilungen/2022/04/PD22_153_236.html)
- [www.de.wikipedia.org/wiki/Marketing](http://www.de.wikipedia.org/wiki/Marketing)
- [www.de.wikipedia.org/wiki/Verbandsbeteiligung](http://www.de.wikipedia.org/wiki/Verbandsbeteiligung)
- [www.de.wikipedia.org/wiki/Verschoenenerungsverein](http://www.de.wikipedia.org/wiki/Verschoenenerungsverein)
- [www.dega-galabau.de/Themen/Messen/GaLaBau-Imagekampagne-BGL-meldet-gesteigerten-Bekanntheitsgrad,QUIEPTEZNjlxCNCZNSUQ9MTkwNTkx.html](http://www.dega-galabau.de/Themen/Messen/GaLaBau-Imagekampagne-BGL-meldet-gesteigerten-Bekanntheitsgrad,QUIEPTEZNjlxCNCZNSUQ9MTkwNTkx.html)
- [www.denkmalschutz.de/presse/archiv/artikel/jugendbauhuette-gartendenkmalpflege.html](http://www.denkmalschutz.de/presse/archiv/artikel/jugendbauhuette-gartendenkmalpflege.html)
- [www.deutscher-heilbaederverband.de/qualitaet/park-im-kurort](http://www.deutscher-heilbaederverband.de/qualitaet/park-im-kurort)
- [www.die-gruene-stadt.de/ueber-uns](http://www.die-gruene-stadt.de/ueber-uns)
- [www.duden.de/rechtschreibung/Cluster eingesehen am 28.12.2021](http://www.duden.de/rechtschreibung/Cluster eingesehen am 28.12.2021)
- [www.eichsfelder-nachrichten.de/news/news\\_lang.php?ArtNr=221686](http://www.eichsfelder-nachrichten.de/news/news_lang.php?ArtNr=221686)
- [www.erdensache.de](http://www.erdensache.de)
- [www.firmengarten-wettbewerb.de/historie/wettbewerb-2017.html](http://www.firmengarten-wettbewerb.de/historie/wettbewerb-2017.html)
- [www.gabot.de/ansicht/bgl-klima-kampagne-startet-415579.html](http://www.gabot.de/ansicht/bgl-klima-kampagne-startet-415579.html)
- [www.gartenakademie-sachsen-anhalt.de/projekte-u-angebote/gartentherapie](http://www.gartenakademie-sachsen-anhalt.de/projekte-u-angebote/gartentherapie)
- [www.gartenkultur-thueringen.de/garten-und-parkanlagen](http://www.gartenkultur-thueringen.de/garten-und-parkanlagen)
- [www.gartenkunst-beitmann.de/](http://www.gartenkunst-beitmann.de/)
- [www.gartenkunst-beitmann.de/weiter.php?buch=12&kap=15](http://www.gartenkunst-beitmann.de/weiter.php?buch=12&kap=15)
- [www.gartennetz-deutschland.de/news/1/312316/nachrichten/preistr%C3%A4ger-green-flag-awards-2018-2019.html?browser=1](http://www.gartennetz-deutschland.de/news/1/312316/nachrichten/preistr%C3%A4ger-green-flag-awards-2018-2019.html?browser=1)

[www.gartenradio.fm/sendungen/11-sendungen/100-wie-gesund-ist-gartenarbeit](http://www.gartenradio.fm/sendungen/11-sendungen/100-wie-gesund-ist-gartenarbeit)  
[www.gesundheit.de/news/gartenarbeit](http://www.gesundheit.de/news/gartenarbeit)  
[www.gesundheitsorte.de](http://www.gesundheitsorte.de)  
<https://www.gesundheit-nds.de/netzwerke/netzwerk-kita-und-gesundheit-niedersachsen/>  
[www.gkv-spitzenverband.de/krankenversicherung/praevention\\_selbsthilfe\\_beratung/praevention\\_und\\_bgf/leitfaden\\_praevention/leitfaden\\_praevention.jsp](http://www.gkv-spitzenverband.de/krankenversicherung/praevention_selbsthilfe_beratung/praevention_und_bgf/leitfaden_praevention/leitfaden_praevention.jsp)  
[www.gruen-macht-schule.de/](http://www.gruen-macht-schule.de/)  
[www.gruenreich.de/2015/07/14/was-ist-therapiegarten](http://www.gruenreich.de/2015/07/14/was-ist-therapiegarten)  
[www.haldensleben.de/Kurzmen%C3%BC/%C3%9Cber-100-Gartentr%C3%A4umer-beim-Parkseminar-im-Barockgarten-Hundisburg.php?object=tx\\_3119.5&FID=2048.7600.1&NavID=3119.17](http://www.haldensleben.de/Kurzmen%C3%BC/%C3%9Cber-100-Gartentr%C3%A4umer-beim-Parkseminar-im-Barockgarten-Hundisburg.php?object=tx_3119.5&FID=2048.7600.1&NavID=3119.17)  
[www.hannover.de/Kultur-Freizeit/Freizeit-Sport/Sport/Sportentwicklung/Sport-im-Park](http://www.hannover.de/Kultur-Freizeit/Freizeit-Sport/Sport/Sportentwicklung/Sport-im-Park)  
[www.hannover.de/Kultur-Freizeit/Naherholung/G%C3%A4rten-ge-nie%C3%9Fen/Kleing%C3%A4rten/Kleingartenwettbewerb-%22Bunte-G%C3%A4rten-%22](http://www.hannover.de/Kultur-Freizeit/Naherholung/G%C3%A4rten-ge-nie%C3%9Fen/Kleing%C3%A4rten/Kleingartenwettbewerb-%22Bunte-G%C3%A4rten-%22)  
[www.hannover.de/Kultur-Freizeit/Naherholung/G%C3%A4rten-genie%C3%9Fen/Gartenregion/F%C3%B6rderwettbewerb-%22Garten-f%C3%B6rderdern.-Zukunft-ernten%21%22](http://www.hannover.de/Kultur-Freizeit/Naherholung/G%C3%A4rten-genie%C3%9Fen/Gartenregion/F%C3%B6rderwettbewerb-%22Garten-f%C3%B6rderdern.-Zukunft-ernten%21%22)  
[www.haus-bau-blog.de/hausbau-planung/hausbau-deutschland-neubau-einfamilienhaus](http://www.haus-bau-blog.de/hausbau-planung/hausbau-deutschland-neubau-einfamilienhaus)  
[www.heimat-netz.de](http://www.heimat-netz.de)  
[www.historische-gaerten-niedersachsen.net/gesellschaft](http://www.historische-gaerten-niedersachsen.net/gesellschaft)  
[www.hs-osnabrueck.de/wir/fakultaeten/aul/forschung/forschungsprojekte/](http://www.hs-osnabrueck.de/wir/fakultaeten/aul/forschung/forschungsprojekte/)  
[www.iflaworld.org](http://www.iflaworld.org)  
[www.iggt.eu/de](http://www.iggt.eu/de)  
[www.integion.de/gesundheitsmanagement](http://www.integion.de/gesundheitsmanagement)  
<https://www.kirchenkreis-ronnenberg.de/angebote/kloster/barsinghausen>  
[www.kommbio.de/das-buendnis/](http://www.kommbio.de/das-buendnis/)  
[www.krankenkasseninfo.de/ratgeber/magazin/00306/praeventionsreisen-urlaub-mit-kassenzuschuss.html](http://www.krankenkasseninfo.de/ratgeber/magazin/00306/praeventionsreisen-urlaub-mit-kassenzuschuss.html)  
[www.krfm.de/projekte/gartenrheinmain/jahresthema/](http://www.krfm.de/projekte/gartenrheinmain/jahresthema/)  
<http://www.kraeuterregion.de/>  
[www.kurpark-deutschland.de](http://www.kurpark-deutschland.de)  
[www.leader-goettingerland.de/leader-2014-2020/bluehende-wegraender-und-feldsaeume-im-goettinger-land/](http://www.leader-goettingerland.de/leader-2014-2020/bluehende-wegraender-und-feldsaeume-im-goettinger-land/)  
<https://www.landpark.de/projekte/landfruchte/>  
[www.leitbegriffe.bzga.de/alphabetisches-verzeichnis/gesundheitspolitik/](http://www.leitbegriffe.bzga.de/alphabetisches-verzeichnis/gesundheitspolitik/)  
<https://www.leitbegriffe.bzga.de/alphabetisches-verzeichnis/salutogenese/>  
[www.lsb-niedersachsen.de/themen/sportentwicklung/richtlinien-antraege/zielgruppenspezifische-bewegungs-und-gesundheitsfoerderung](http://www.lsb-niedersachsen.de/themen/sportentwicklung/richtlinien-antraege/zielgruppenspezifische-bewegungs-und-gesundheitsfoerderung)

[www.managerplanet.de/politik/mein-tag-fuer-andere-unternehmen-stellen-mitarbeiter-fuer-social-day-frei-125249](http://www.managerplanet.de/politik/mein-tag-fuer-andere-unternehmen-stellen-mitarbeiter-fuer-social-day-frei-125249)

[www.ml.niedersachsen.de/gesellschaftsvertrag](http://www.ml.niedersachsen.de/gesellschaftsvertrag)

[www.muensterland.com/tourismus/themen/erlebnis-region-muensterland/gaerten-und-parks](http://www.muensterland.com/tourismus/themen/erlebnis-region-muensterland/gaerten-und-parks)

[www.naturimgarten.at/files/content/files/leitbild.pdf](http://www.naturimgarten.at/files/content/files/leitbild.pdf)

[www.nbsi.eu/the-3-30-300-rule/](http://www.nbsi.eu/the-3-30-300-rule/)

[www.neustadt-a-rbge.de/rathaus/pressestelle/pressemeldungen/2022/maerz/wettbewerb-fuer-natur-nahe-gaerten-und-balkone-startet-am-1-april/](http://www.neustadt-a-rbge.de/rathaus/pressestelle/pressemeldungen/2022/maerz/wettbewerb-fuer-natur-nahe-gaerten-und-balkone-startet-am-1-april/)

[www.niedersaechsischer-heimatbund.de/projekte/alleen-in-niedersachsen/](http://www.niedersaechsischer-heimatbund.de/projekte/alleen-in-niedersachsen/)

[www.niedersaechsischer-heimatbund.de/projekte/gartenkultur-westharz](http://www.niedersaechsischer-heimatbund.de/projekte/gartenkultur-westharz)

[www.niedersaechsischer-heimatbund.de/projekte/gartenkultur-westharz](http://www.niedersaechsischer-heimatbund.de/projekte/gartenkultur-westharz)

<https://www.nordwaerts.de/landschaft-natur/parks-gaerten/>

<https://www.pk.lueneburg.de/kinder-jugendpsychiatrie-psychosomatik-psychotherapie/>

[www.offene-pforten-niedersachsen.de/idee-und-entstehung.html](http://www.offene-pforten-niedersachsen.de/idee-und-entstehung.html)

[www.reiseland-niedersachsen.de/interessen/gruen-reisen/bewusst-reisen](http://www.reiseland-niedersachsen.de/interessen/gruen-reisen/bewusst-reisen)

[www.rendezvousimgarten.de](http://www.rendezvousimgarten.de)

[www.roedl.de/themen/kompass-gesundheit-soziales/2021/01/neue-gemeinnuetzige-zwecke](http://www.roedl.de/themen/kompass-gesundheit-soziales/2021/01/neue-gemeinnuetzige-zwecke)

[www.slowfood.de/wer-wir-sind/slow-food-deutschland](http://www.slowfood.de/wer-wir-sind/slow-food-deutschland)

[www.stadt.muenchen.de/infos/foerderprogramm-priv-gruen.html](http://www.stadt.muenchen.de/infos/foerderprogramm-priv-gruen.html)

[www.rheine.de/stadtentwicklung-wirtschaft/umwelt-und-naturschutz/umweltschutz-bei-der-stadtplanung/m\\_5792](http://www.rheine.de/stadtentwicklung-wirtschaft/umwelt-und-naturschutz/umweltschutz-bei-der-stadtplanung/m_5792)

[www.stiftung-naturschutz.de/unsere-projekte/naturerfahrungsraeume-ner-beratungsstelle/was-sind-naturerfahrungsraeume](http://www.stiftung-naturschutz.de/unsere-projekte/naturerfahrungsraeume-ner-beratungsstelle/was-sind-naturerfahrungsraeume)

[www.taspo.de/gartenmarkt/parlamentarischer-abend-der-gruenen-verbaende/](http://www.taspo.de/gartenmarkt/parlamentarischer-abend-der-gruenen-verbaende/)

[www.tourismus.leb-niedersachsen.de/g%C3%A4ste%C3%BCBChren-stern.html](http://www.tourismus.leb-niedersachsen.de/g%C3%A4ste%C3%BCBChren-stern.html)

[www.transition-initiativen.org](http://www.transition-initiativen.org)

[www.umweltrat.de/DE/SRU/sru\\_node.html](http://www.umweltrat.de/DE/SRU/sru_node.html)

[www.umweltzentrum-hannover.de/umweltzentrum/aller-arten-garten](http://www.umweltzentrum-hannover.de/umweltzentrum/aller-arten-garten)

[www.verein-park-der-sinne.de](http://www.verein-park-der-sinne.de)

[www.verkehrsverein-stadthagen.de/allgemeine-infos/1173-rundgang-ueber-stadthagens-wallanlagen](http://www.verkehrsverein-stadthagen.de/allgemeine-infos/1173-rundgang-ueber-stadthagens-wallanlagen)

[www.westerstede.de/leben-in-westerstede/portrait/bluehende-kreisstadt/](http://www.westerstede.de/leben-in-westerstede/portrait/bluehende-kreisstadt/)

<https://www.who.int/about/governance/constitution>

[www.wohnglueck.de/artikel/gaerten-in-deutschland-zahlen-36505](http://www.wohnglueck.de/artikel/gaerten-in-deutschland-zahlen-36505)

[www.wortbedeutung.info/Cluster/](http://www.wortbedeutung.info/Cluster/)

[www.wp.eahn.org/de/europaeische-themen/fruchtbare-gaerten/](http://www.wp.eahn.org/de/europaeische-themen/fruchtbare-gaerten/)

[www.wp.eghn.org/de/europaeische-themen/fruchtbare-gaerten/#1483381743856-db1f8571-ed89](http://www.wp.eghn.org/de/europaeische-themen/fruchtbare-gaerten/#1483381743856-db1f8571-ed89)

[www.zentrale-pruefstelle-praevention.de/](http://www.zentrale-pruefstelle-praevention.de/)

[www.zukunftsinstitut.de/artikel/wohnen/die-zukunft-ist-ein-garten/](http://www.zukunftsinstitut.de/artikel/wohnen/die-zukunft-ist-ein-garten/)

[www.zukunftsinstitut.de/artikel/wohnen/health-enviroment-gesunde-staedte/](http://www.zukunftsinstitut.de/artikel/wohnen/health-enviroment-gesunde-staedte/)

[www.zukunftsinstitut.de/artikel/wohnen/health-enviroment-gesunde-staedte/](http://www.zukunftsinstitut.de/artikel/wohnen/health-enviroment-gesunde-staedte/)

[www.zukunftsinstitut.de/dossier/megatrend-neo-oekologie](http://www.zukunftsinstitut.de/dossier/megatrend-neo-oekologie)

[www1.nyc.gov/site/planning/plans/active-design-guidelines/active-design-guidelines.page](http://www1.nyc.gov/site/planning/plans/active-design-guidelines/active-design-guidelines.page)

[www.1000gaerten.de](http://www.1000gaerten.de)

Kommunen für biologische Vielfalt e.V. Newsletter. 2/2022

Netzwerk Baukultur in Niedersachsen e.V. Netzwerk Aktuell. Der Baukultur-Newsletter für Niedersachsen. Ausgabe 3/2022.

## 11 Abbildungs- und Tabellenverzeichnis

Abbildung 1: Methodischer Ansatz der Potentialentfaltungsstudie .....	11
Abbildung 2: Schematische Darstellung der Zielgruppen .....	17
Abbildung 3: Übersicht Ziele für nachhaltige Entwicklung nach BNE .....	35
Abbildung 4: Blick vom Landschaftsgarten des Untergutes Lenthe in das Calenberger Land .....	36
Abbildung 5: Podiumsdiskussion mit Ministerin Otte-Kinast, Dr. Claßen und Prof. Hornberg .....	47
Abbildung 6: QR-Code zu Ergebnissen des Symposiums .....	48
Abbildung 7: Kräuter- und Heilpflanzengarten des Klosters Mariensee.....	52
Abbildung 8: Jugendspielbereich am Kastorhof Stadtteilpark in Bewegung, Garbsen Auf der Horst...	55
Abbildung 9: Solenebel im Gradierwerk, Kurpark Bad Essen .....	57
Abbildung 10: Weitläufige Spazierwege mit Gelegenheit zum Ausruhen im Rhododendronpark Hobbie .....	60
Abbildung 11: Blick auf den Pleasureground im Landschaftspark des Rittergutes Eckerde .....	62
Abbildung 12: Kirschbaumallee in den Wallanlagen der Stadt Stadthagen .....	64
Abbildung 13: Architekturen schaffen Bezugspunkte und Bewegungsanreize im Schlossgarten Bodenburg .....	67
Abbildung 14: Logo Gesunde Parks und Gärten.....	68
Abbildung 15: Piktogramme zur Kommunikation der geclusterten Aktionsfelder.....	68
Abbildung 16: Einsatz der Moodboards beim Symposium Gesunde Parks und Gärten in Bad Gandersheim 2021 .....	69
Abbildung 17: QR-Code zur interaktiven Karte gesundheitsfördernder Parks und Gärten.....	70
Abbildung 18: Entwurf der interaktiven Darstellung der gesundheitsfördernden Parks und Gärten in Niedersachsen (Screenshot der Karte aus der Entwicklungsphase) .....	70
Abbildung 19: Analyse auf lokaler Ebene LandPark .....	74
Abbildung 20: Schematische Übersichtskarte LandPark Lauenbrück ( .....	78
Abbildung 21: Besuchergruppen .....	80
Abbildung 22: Begleitung.....	80
Abbildung 23: Altersgruppen .....	81
Abbildung 24: Für die Analyse relevante Besuchergruppen .....	82
Abbildung 25: Grafische Darstellung der Ergebnisse zu Frage 1 .....	85
Abbildung 26: Grafische Darstellung Ergebnisse Frage 3 .....	86
Abbildung 27: Informationsportal zu Parks und Gärten im Landkreis Rotenburg (Wümme) .....	96
Abbildung 28: Pilates im LandPark Lauenbrück.....	107
Abbildung 29: Spielplatz in Wiesbaden .....	114
Abbildung 30: Therapiegarten Mellendorf .....	118
Abbildung 31: Kurpark Bad Driburg .....	118
Abbildung 32: Allee im Französischen Garten Celle .....	120
Abbildung 33: Julia Rex skizzierte Möglichkeiten, sich aktiv an der Erhaltung von Alleen zu beteiligen .....	120
Abbildung 34: Hohnhorstpark am Wasserturm der ehemaligen Zuckerfabrik Lehrte .....	134
Abbildung 35: Angeleitete Entspannung in der Mittagspause im Garten des Klosters Brunshausen	140
Abbildung 36: Angestrebter Wirkkreislauf durch Ernährungsbildung in Parks und Gärten.....	171
Abbildung 37: Das System der Ernährung mit seinen Akteuren und Stellschrauben .....	172
Abbildung 38: Konzeptskizze zu den Projektinhalten und zum Ablauf .....	174
 Tabelle 1: Erfassungsmatrix LandPark Lauenbrück gGmbH .....	75
Tabelle 2: Auflistung Projekte mit gesundheitsförderndem Ansatz in der GesundRegion.....	92