

regioS 09/14

Erfahrungen in Regionen und Projekten: Projektbeispiel «Landschaftsmedizin im Jurapark Aargau»

Wenn Landschaft gesund macht

Der Jurapark Aargau ist einer von 16 regionalen Naturparks in der Schweiz. Seit 2012 trägt er offiziell das entsprechende Label. Im Rahmen eines NRP-Projektes hat sich der Naturpark zu einer besonderen Gesundheitsregion entwickelt. Davon profitieren nicht nur Erholungssuchende und Gesundheitssportlerinnen und -sportler aus der Umgebung, sondern auch die Patientinnen und Patienten der an den Park grenzenden Rehabilitationskliniken. Nicht zuletzt können verschiedene Anbieter der neuen Dienstleistungen zusätzliche Wertschöpfung in der Region generieren.

Pirmin Schilliger – Luzern

Die Idee für das NRP-Projekt «Landschaftsmedizin im Jurapark Aargau» lieferte eine Studie der Universität Bern im Auftrag der Stiftung Landschaftsschutz Schweiz und der Ärzte für Umweltschutz. Sie wies nach, dass sich der Aufenthalt in einer naturnahen Landschaft positiv auf das Wohlbefinden und die Gesundheit des Menschen auswirkt. Als die Studie 2006 veröffentlicht wurde, existierten allerdings noch kaum Angebote in der Schweiz, die das gesundheitsfördernde Potenzial der Landschaft wirklich nutzten. Auch nicht im Jurapark Aargau, der sich damals gerade in der Gründungsphase befand. Mit dem grössten zusammenhängenden naturnahen Raum zwischen Zürich und Basel verfügt er aber unbestritten über die in der Studie angesprochenen gesundheitsfördernden Landschaftswerte.

Evolutionspfad für Wanderer und Burn-out-Patienten

Heute, acht Jahre später und dank einem NRP-Projekt, heisst es im Aargauer Jura: Landschaft macht gesund! Die Landschaftsmedizin ist inzwischen ein wichtiger Teil des Konzeptes für die Bewirtschaftung des 244 km² grossen Juraparks mit seinen 29 Gemeinden. Was ist passiert? NRP-Projektleiter Daniel Schaffner war bei sämtlichen Aufbauprozessen mit dabei und erklärt: «Wir haben viele Angebote und ein umfangreiches Veranstaltungsprogramm entwickelt.» Noch in der Startphase des NRP-Projekts streckte er die Fühler aus, um die an den Park grenzenden Rehabilitationskliniken für eine Kooperation zu gewinnen. Mit der Klinik Schützen in Rheinfelden und der RehaClinic in Bad Zurzach wurden in der Folge neue Therapieelemente für Burn-out- und Schmerzpatienten konzipiert, die auf die gesundheitsfördernde Wirkung der Landschaft setzen. Die Burn-out-Patientinnen und -patienten der Klinik Schützen zum Beispiel können sich heute in der Begegnung mit dem Thema der Evolution mitten in der Landschaft wieder neu «erden». Zum Angebot gehört ein neu erstellter Erlebnispfad, der auch Tagestouristen offen steht. Dieser «Evolutionspfad» führt durch die Geschichte des Universums – vom Urknall bis heute. Jeder der insgesamt 14 Kilometer zwischen Rheinfelden und Zuzgen steht für eine Milliarde Jahre, wobei der Mensch erst auf den letzten Zentimetern der Wanderstrecke auftaucht. Mit sogenannten «Achtsamkeitsübungen» zeigen Physiotherapeuten und Psychologen ihren Patientinnen und Patienten, wie sie sich in der Natur entspannen und wieder neu «verankern» können. Zur Therapie, die bei den Stressopfern das Bewusstsein für die elementaren Dinge des Lebens wieder wecken soll, gehört zudem der Besuch eines Bauernhofes.

Schmerzbewältigung, Arzneipflanzen, Nordic Walking

Auf einem anderen Bauernhof finden im Rahmen ihrer Therapie die chronischen Schmerzpatientinnen und -patienten der RehaClinic Bad Zurzach Entspannung. Sie sind jedoch nicht einfach beobachtende Besucher, vielmehr helfen sie bei Erntearbeiten und trainieren bei körperlicher Betätigung Schmerzbewältigungsstrategien. Die Aktivitäten auf dem Hof sind Teil des interdisziplinären Schmerzprogrammes zur Verbesserung der Lebensqualität und der physischen und psychischen Belastbarkeit. «Beide Formen der Zusammenarbeit sind heute etabliert; jetzt versuchen wir, mit weiteren Kliniken ähnliche Angebote für weitere Patientengruppen aufzubauen», erläutert Schaffner. Zudem strebt der Jurapark Aargau mit den Kliniken eine Marketingpartnerschaft an. Zum Konzept gehört weiter, dass einzelne Kliniken in ihrer Küche regionale Produkte aus der Landwirtschaft des Juraparks verwenden. Zwei weitere Schwerpunkte der Landschaftsmedizin im Jurapark bilden die Gesundheitsbildung und -prävention. Es gibt dazu neu geschaffene Einrichtungen und Angebote sowie ein reich befrachtetes Veranstaltungsprogramm mit Kursen, Führungen, Fachreferaten und besonderen Events. Allein im Bereich «Gesundheitsbildung» fanden letztes Jahr rund 80 Anlässe mit über 1100 Teilnehmenden statt. Beispielsweise hat eine Bäuerin einen Wildpflanzengarten angelegt und zeigt Interessierten, wie die wilden Pflanzen für Tees, Speisen, pflegende Salben und heilende Tinkturen genutzt werden können. Eines der zahlreichen Teilprojekte bildete überdies die Verlegung des Arzneipflanzengartens der Universität Basel von Witterswil SO ins Parkgebiet nach Zeiningen AG. Im Bereich Gesundheitsprävention sind der Kneippverein Fricktal und zwei Nordic-Walking-Vereine Partner des Juraparks. Ein Resultat der Bemühungen ist der mit 70 Kilometern längste Walking-Trail der Schweiz. Er führt durch Dörfer und Rebberge, über Wiesen und durch Wälder und gewährt immer wieder phantastische Ausblicke auf Alpen, Jura und Schwarzwald.

Die Aufgaben der Projektleitung

Zwei bis dreimal jährlich treffen sich die Beteiligten der «Landschaftsmedizin im Jurapark Aargau» zum Erfahrungsaustausch. Die Leitung des NRP-Projektes koordiniert in diesem Netzwerk die Themen und sorgt dafür, dass Ideen nicht verloren gehen, sondern in neue Angebote umgesetzt werden. Zum Aufgabenbereich der Projektleitung gehören im Weiteren der Aufbau einer Qualitätskontrolle sowie das Marketing und die Kommunikation. Die Landschaftsmedizin im Jurapark erfreut sich mittlerweile einer beachtlichen Medienpräsenz. «Unsere Bemühungen, dem Jurapark eine gesundheitliche Etikette zu verleihen, tragen allmählich Früchte, und sie werden von der Öffentlichkeit immer aufmerksamer wahrgenommen», so Schaffner.

Das 2008 gestartete NRP-Projekt «Landschaftsmedizin im Jurapark Aargau» läuft noch bis 2015. Für die zweite Vierjahresperiode (2012–2015) steht ein Budget von 150000 Franken zur Verfügung. Zwei Drittel des Betrages wird über die NRP – je zur Hälfte vom Bund und vom Kanton Aargau – und ein Drittel über den Trägerverein Jurapark Aargau und Eigenmittel der Beteiligten finanziert. Bis zum Projektende 2015 haben sich Schaffner und sein Team noch einige Ziele gesetzt. Unter anderem möchten sie die Apotheken und Drogerien im Einzugsgebiet als Partner gewinnen. Diese sehen sie als wichtigen Verkaufskanal für eine Wellness-Linie, die sich eben in der Phase der Produktentwicklung befindet. In Zukunft sollen Heublumenbäder, Honigseifen, Kräutersalben und natürliche Heilmittel, allesamt mit Rohstoffen aus dem Parkgebiet hergestellt, vermarktet werden. Das wichtigste Ziel bleibt laut Schaffner aber, dass die Aktivitäten im Bereich Landschaftsmedizin nach Ende des NRP-Projektes eigenständig weiterlaufen. Die Beteiligten sollen dann in der Lage sein, sich ohne weitere Fördergelder und Unterstützung erfolgreich am Markt zu behaupten.

Rückblickend meint Schaffner: «Die Konkurrenz im Gesundheitsbereich ist gross und der Markt ist stark reguliert.» Die Kliniken etwa müssen jeweils abklären, ob die neuen Therapieelemente von den Krankenkassen abgegolten werden. Ausserdem führt der – vielleicht auch zu überdenkende – Begriff «Landschaftsmedizin» auch immer wieder zu Diskussionen. «In jedem Einzelfall muss neu festgelegt werden, wo wir eine klare Grenze zum Esoterischen ziehen können», gibt der naturwissenschaftlich orientierte Projektleiter zu bedenken. Wie weit das übergeordnete Ziel – mit der Landschaftsmedizin zusätzliche Wertschöpfung im Jurapark Aargau zu erzielen – erreicht worden ist, lässt sich kaum schlüssig beantworten. Schaffner: «Wir haben versucht, Zahlen zu ermitteln und sind auf einen Umsatz von rund 150 000 Franken für das Jahr 2013 gekommen. Wieviel davon reine Wertschöpfung ist, können wir nicht beurteilen.»