



Ein Umfeld, das passt: Marcel Kaltenrieder fühlt sich wohl auf dem Bauernhof.

Wohnen mit Unterstützung

Kuhstall statt Klinikalltag

Nicht immer ist die Klinik die beste Lösung: Marcel Kaltenrieder lebt mit einer bipolaren Störung – und hat in einer Gastfamilie wieder Halt gefunden. Über Chancen und Risiken des sogenannten Care Farmings.

Text: Julia Hofer Fotos: Thomas Baumann

Es gab schon viele Hochs und Tiefs im Leben von Marcel Kaltenrieder. Der Vierzigjährige lebt mit einer bipolaren Störung – mal hat er allein gewohnt, dann in einer Klinik und in einer betreuten Wohnform. Seit gut eineinhalb Jahren ist er nun auf dem Bauernhof der Familie Reber in Buchen bei Thun zu Hause. Der Hof liegt auf einer kleinen Anhöhe, hinter einem Gemüsegarten, rundherum grüne Wiesen. Vor dem Haus hoppeln Kaninchen. Hier hat Kaltenrieder wieder festen Boden unter den Füßen gefunden.

Familie Reber besitzt einen kleinen Milchwirtschaftsbetrieb mit 16 Hektaren Land, Kühen, Jungvieh, zwei Katzen, Hühnern und einem Hahn. Susanne Reber arbeitete 23 Jahre in der Pflege und lebt mit ihrem Mann Andreas und den drei Kindern auf dem Hof – das jüngste geht in die neunte Klasse. Die Grossmutter wohnt im Stöckli. Auch Menschen in schwierigen Lebenssituationen haben hier immer wieder mal Unterschlupf gefunden. «Wir sind es gewohnt, dass immer jemand da ist», sagt Susanne Reber. So war der Schritt, einen Betreuungsplatz professionell über Projekt Alp anzubieten, nicht gross.

Was man heute als Care Farming bezeichnet, entstand in den späten 1990er-Jahren, etwa in den Niederlanden, wo anthroposophische und biologische Bauernhöfe Alternativen zur intensiven Landwirtschaft und

zum Gesundheitssystem suchten. Bald arbeitete die Bewegung mit Gesundheitsdiensten und Unis zusammen. In der Schweiz startete das Projekt Alp 1997 – als sozialtherapeutischer Alpsommer für Suchtkranke und Jugendliche. Heute vermittelt es rund 40 fachlich begleitete Einzelplätze in Bauernfamilien in den Kantonen Bern, Luzern, Freiburg und Solothurn an Menschen mit psychischen Erkrankungen, Suchtkranke und Jugendliche.

Angst vor einem manischen Schub

Marcel Kaltenrieder fühlt sich bei Rebers gut aufgehoben. «Es ist familiär», sagt er am Küchentisch. Für viele Gäste ist das eine neue Erfahrung. An die gemeinsamen Mahlzeiten müssten sich die meisten erst gewöhnen, erzählt Susanne Reber. Zuvor war Kaltenrieder in einer Klinik, was ihn in einer manischen Phase stabilisieren konnte. Dennoch sagt er: «Man wird nicht gesünder, wenn es um einen herum nur Kranke und Depressive gibt.» Es sei besser, gesunde Menschen um sich zu haben. «Wie Susanne. Sie ist stark.»

Eigentlich sollte Kaltenrieder nur kurz bleiben. Man befürchtete, ein manischer Schub könnte die Familie überfordern. Mit der Begleitung durch Projekt Alp und einem Notfallplan wollte man es dennoch versuchen. «Die Chemie stimmte von Anfang an», sagt die Bäuerin. Obwohl er anfangs «ein Mimösli» gewesen sei, das jedes Wort gegen

«Dass immer
jemand da ist,
sind wir
gewohnt.»

Susanne Reber, Bäuerin

sich gerichtet empfunden habe. Doch für Selbstmitleid hat die Bäuerin nichts übrig. «Du kannst mir sagen, was du brauchst», habe sie ihm gesagt. «Aber das Mimösl musst du ablegen – Schritt für Schritt.»

Katja Brunner, Sozialpädagogin bei Projekt Alp, beobachtete, wie sich zwischen der Bäuerin und Kaltenrieder eine enge Beziehung entwickelte. «Die Nähe zur Gastmutter hat ihm Sicherheit gegeben, ihn regelrecht genährt.» Sie gibt ein Beispiel: Während Susanne Reber Wäsche bügelte, rief Kaltenrieder immer wieder aus dem Nachbarzimmer: «Bist du noch da, Susanne?» Weil er rasch Fortschritte machte, wurde allen klar: Ein Wechsel wäre schade.

Nicht nur die familiäre Atmosphäre wirkt heilsam. Der Aufenthalt in der Natur sowie der Umgang mit Tieren kann Stress, Ängste und depressive Symptome verringern. Deshalb werden sogenannte Natur- oder tiergestützte Therapien auch in Kliniken bei der Behandlung von psychischen Erkrankungen eingesetzt.

Tiere nehmen einen so, wie man ist – ohne zu urteilen. Der kleine Stier Simeon schlecke ihn manchmal ab, erzählt Kaltenrieder, und eine Katze dürfe in seinem Bett schlafen. Stolz erzählt Kaltenrieder, wie er bei der Geburt eines Kalbes geholfen hat. Susanne habe ihm gesagt, wie er ziehen müsse. «Von ihr kam die Anleitung – von mir die Kraft.» Das Kälbchen durfte er Köbi taufen.

Die Arbeit auf dem Hof gibt eine sinnvolle Tagesstruktur vor. «Man kann die Kühe nicht sich selbst überlassen – dann würden sie im Dreck stehen», sagt Kaltenrieder, der für das tägliche Misten zuständig ist. «Das ist etwas anderes, als in der Klinik Boxen zu falten.» Er hat gemerkt, dass ihm körperliche Arbeit oft besser tut, als am Handy zu sein.

Mitarbeiten gehört zum Konzept

Für die Hühner ist er jetzt allein verantwortlich. «Wenn einem wieder etwas zugetraut wird, wird das Selbstwertgefühl gestärkt», sagt Manuela Knubel, Geschäftsführerin von Projekt Alp. Auch deshalb gehört die Mitarbeit zum sozialtherapeutischen Konzept – wobei auf die Gäste Rücksicht genommen werde und jeder nach seinen Fähigkeiten und Möglichkeiten mitmache. «Wenn ich nicht mag, kann ich eine Pause oder einen Spaziergang machen», bestätigt Kaltenrieder. «Dann heisst es nicht einfach: hopp, hopp.» Ausgenutzt fühlt er sich nicht,

obwohl er nur ein Taschengeld von 300 Franken erhält.

Lehren aus schwieriger Geschichte

Das Respektieren der Grenzen der Gäste ist essenziell. Die Schweiz hat eine schwierige Vergangenheit, was die Verbindung von Landwirtschaft und Sozialwesen betrifft: Arme Kinder wurden früher in Bauernfamilien verdingt und Erwachsene mit Einschränkungen oft an den billigsten Pflegeplatz «versteigert», wo ihre Arbeitskraft ausgenutzt wurde. Noch bis 1981 waren in der Schweiz fürsorgliche Zwangsmassnahmen angeordnet worden.

Aus dieser tragischen Geschichte hat man gelernt. Care Farming professionalisiert sich

Eine enge Beziehung zur Gastmutter Susanne Reber, körperliche Arbeit und Verantwortung: Marcel Kaltenrieder hat auf dem Bauernhof wieder Boden unter den Füssen bekommen.



laufend. Die Gastfamilien müssen eine Bewilligung einholen und werden bei Organisationen wie Projekt Alp auf ihre Eignung geprüft. Projekt Alp hat ein zertifiziertes Qualitätsmanagementsystem sowie eine Beschwerdestelle und bietet Weiterbildungen an. Finanziert wird die Betreuung mit der IV-Rente und Ergänzungsleistungen, teils auch durch das Sozialamt. Sozialpädagogin Katja Brunner besucht die Höfe wöchentlich, um mit den Klienten und Gasteltern an den vereinbarten Zielen zu arbeiten.

Bei Kaltenrieder ging es hauptsächlich darum, Stabilität und Ruhe in sein Leben zu bringen. Dafür musste er lernen, seine Krankheit zu akzeptieren und frühe Anzeichen zu erkennen. Auch die richtige Medikation war ein Thema. «Ich darf die Medis nicht absetzen, wenn es mir besser geht», hat Kaltenrieder gelernt, «dann ginge es wieder «nidsi» oder «oben hinaus.»»

Susanne Reber hat keine psychologische Ausbildung – aber Lebenserfahrung. Sie riet Kaltenrieder, nicht ständig über Vergangenes zu grübeln, sondern nach vorne zu schauen. Ab und zu musste sie auch eine Grenze ziehen. «Weisst du noch, wie ich an die Wand geklopft habe, weil du so laut telefoniert hast?», fragt sie lachend. Kaltenrieder grinst. «Wenn ich ehrlich bin», sagt er, «haben mir die Gespräche mit Susanne oft mehr geholfen als die Psychiater.»

Chance für kleinere Bauernhöfe

Die Bäuerin behandelt ihren Gast wie ein Familienmitglied – damit ihre Kinder nicht zu kurz kommen, sollte er ein Wochenende im Monat bei einer Entlastungsfamilie verbringen. Doch dort gefiel es ihm nicht. Stattdessen hat er sich wieder ein soziales Netz aufgebaut, verbringt Zeit mit seinem Bruder und einem Freund.

Heute gibt es in der Schweiz geschätzte 1200 Betreuungsplätze in der Landwirtschaft. «Das Potenzial ist gross», sagt Simone Hunziker, Geschäftsführerin vom 2022 gegründeten Dachverband Green Care Schweiz. «Care Farming kann das Gesundheitssystem ergänzen und entlasten.» Gerade für kleinere Betriebe in Bergregionen oder in Stadtnähe sei es eine Chance. Viele Bauern würden gern im sozialen Bereich tätig sein, sagt die frühere Bäuerin. Sie will Organisationen wie Projekt Alp ebenso ins Boot holen wie Betriebe, die selbständig Betreuungsplätze anbieten und heute noch weniger professio-



«Gespräche mit Susanne haben mir oft mehr geholfen als die Psychiater.»

Marcel Kaltenrieder, Klient

nalisiert sind. Ab 2026 will sie auch diesen eine Zertifizierung ermöglichen.

Nicht mit allen sei es so gut gegangen wie mit Kaltenrieder, räumt Susanne Reber ein. Einmal kam es zum Abbruch, weil sich ein Gast nur im Zimmer verkroch und nichts ändern wollte. «Das hielt ich nicht aus.» Kaltenrieder hingegen ist parat für den nächsten Schritt. Er hat eine eigene Wohnung mit Wohnbegleitung und einen Job als Velokurier gefunden. «Jetzt hast du gute Jahre vor dir», ist die Bäuerin überzeugt. Kaltenrieder nickt. Doch erst müssen die Kälber auf die Weide. «Die werden wie wild herumspringen», sagt er. Bevor er in die Arbeitshose steigt und in den Stall geht. ■