



FoU SJUHÄRAD  
VÅLFÄRD

## Möten över gränser

– Trädgårdsrummet som en möjlig mötesplats

---

Lotten Borgvall  
Eva Svegelius



HÖGSKOLAN I BORÅS  
VETENSKAP FÖR PROFESSION

# Möten över gränser – Trädgårdsrummet som en möjlig mötesplats

---

FoU Sjuhärad Vålfärd | *Möten över gränser - Trädgårdsrummet som en möjlig mötesplats*

*Författare*  
Lotten Borgvall  
Eva Svegelius

ARBETSRAPPORT 2010  
ISSN 1651-4556  
UPPLAGA: 1

TRYCKT VID: Högskolan i Borås  
TRYCKORT: Borås  
TRYCKÅR: 2010

© **Författaren/Författarna**

Mångfaldigande och spridande av innehållet i denna rapport - helt eller delvis - är förbjudet utan medgivande av författaren/författarna.

# INNEHÅLLSFÖRTECKNING

|   |           |
|---|-----------|
| <b>FÖRORD</b> .....                                 | <b>1</b>  |
| <b>TACK</b> .....                                   | <b>3</b>  |
| <b>SAMMANFATTNING</b> .....                         | <b>4</b>  |
| <b>BAKGRUND</b> .....                               | <b>5</b>  |
| <b>INLEDNING</b> .....                              | <b>6</b>  |
| Studiens omgivning.....                             | 6         |
| <b>SYFTE OCH FRÅGESTÄLLNINGAR</b> .....             | <b>9</b>  |
| <b>METOD</b> .....                                  | <b>9</b>  |
| PDSA-cykeln .....                                   | 9         |
| Etiska frågeställningar .....                       | 10        |
| Tillvägagångssätt för intervjuer .....              | 11        |
| Intervjuer .....                                    | 11        |
| <b>RESULTAT</b> .....                               | <b>13</b> |
| Fokusgruppsintervjuer med boende och anhöriga ..... | 13        |
| Fokusgruppsintervjuer med personal .....            | 14        |
| Intervju med enhetschefen.....                      | 16        |
| Sammantagna resultat från intervjutillfällena.....  | 16        |
| Loggboksdokumentation .....                         | 17        |
| <b>FALLSTUDIER</b> .....                            | <b>22</b> |
| Bertil .....  | 22        |
| Ulla.....   | 23        |
| Sven .....  | 25        |
| Britt .....   | 26        |
| Elsy .....  | 27        |
| Ingrid .....  | 27        |
| <b>DISKUSSION</b> .....                             | <b>28</b> |
| <b>REKOMMENDATIONER</b> .....                       | <b>30</b> |
| <b>AVSLUTANDE KOMMENTARER</b> .....                 | <b>31</b> |
| <b>REFERENSER</b> .....                             | <b>32</b> |

## FÖRORD

Det projekt som beskrivs i denna rapport har genomförts med hjälp av medel från FoU Sjuhärad Vårld i form av ett FoU-stöd. Projekt FoU-stöd offentliggjordes i början av maj 2009 för att utveckla kvaliteten inom vård och omsorg och kunde sökas av anställda i Västra Götalandsregionen, inom Sjuhäradsområdet, kommunerna i Sjuhärad eller vid Högskolan i Borås. Syftet med stödet är att enskilda personer eller arbetsgrupper ska kunna få stöd för att fördjupa sig i en problemställning på den egna arbetsplatsen. Stödet ska ge en kvalitets- och verksamhetsutveckling för arbetsplatsen, patienten eller brukaren. Detta ska uppnås genom:

- att kunskapsbaserat lärande ska bli en naturlig del i det praktiska arbetet.
- att FoU-stödet ska stärka samspelet mellan teori och praktik.
- att man ska kunna kritiskt granska det egna arbete som utförs. Även kunna problematisera, ifrågasätta och analysera.
- att bidra till att öka insikten om hur arbetsinsatser och dess resultat påverkar berörda människor.
- att stärka samverkan mellan de olika partners med en helhetssyn på målgruppens behov.
- att bidra till att göra det praktiska arbetet mer kunskapsbaserat för patienten eller brukaren.

(FoU-stödutlysning, FoU Sjuhärad Vårld, maj 2009).

Initiativet Projekt FoU-stöd väckte stort intresse vilket avspeglades i de 26 ansökningar som lämnades in. Efter noggrann granskning av ansökningarna av samordnarna och vetenskapliga ledare inom FoU Sjuhärad Vårld i enlighet med kriterier och riktlinjer för FoU-projekt utsågs Eva Svegelius och Lotten Borgvalls projekt från Marks kommun till ett av de utvalda projekten. Detta tack vare att projektidén var innovativ och väl genomtänkt och innefattade ett viktigt ämne, nämligen kvalitén på relationer och samspel mellan boende, närstående och personal på ett äldreboende. Deras idé inriktade sig på att arbeta tillsammans för att skapa en levande trädgård som naturligt skulle stimulera samtal och reflektion emellan och ibland de äldre boende på två olika avdelningar på äldreboendet såväl som med personal och därigenom förstärka en känsla av betydelse och mening hos de äldre boende i deras dagliga liv.

Eva och Lotten har alltid varit noga med att förklara för mig att det inte är "deras" projekt, det tillhör snarare alla berörda och är en process där varje individ är fri att välja om och på vilket sätt de vill bidra, utan några på förhand givna antaganden. Därför är denna rapport tänkt att ge en redogörelse för det arbete som skett tillsammans med de boende, deras familjer och kollegor i personalgruppen och reflektera över arbetet i trädgården med hopp om att inspirera andra som är intresserade av att förverkliga sina idéer att utveckla den praktiska vården. Men också, på samma gång, stimulera till eftertanke och kreativitet bland de intresse-

rade och/eller involverade i initiativet hur man kan vidareutveckla sitt arbete till att sträcka sig längre än detta FoU-stödda projekt.

På ett personligt plan har det varit en lärarrik erfarenhet för mig att fungera som handledare för Eva och Lotten i deras arbete. De är helt och fullt engagerade i och hängivna sitt arbete med äldre personer och jag har lärt mig väldigt mycket genom att lyssna till deras berättelser och reflektioner över sitt arbete. Kombinationen av yttersta respekt för de äldre boendes integritet och samtidigt dela med sig av en varm humor och djup insikt i varje personlighet och sätt att vara. På samma sätt har deras användning av kreativ problemlösning och personliga nätverk aldrig upphört att förvåna mig och verkligen gjort våra möten angenäma. Vad har då varit min roll kan man fråga sig? Nåväl, jag lyssnade och där det passade relaterade jag till relevanta teorier och litteratur i ämnet som Eva och Lotten ofta var mycket lyhörda inför och vid nästa handledningsmöte kom de utrustade med idéer och reflektioner utifrån läsningen. De granskade kritiskt det de läst vilket ledde till ytterligare diskussion och debatt mellan oss tre.

Så, för att sammanfatta hoppas jag att läsaren får inspiration av att läsa denna rapport och stimuleras att sprida idéerna och resultaten av arbetet från Fotskäl och förhoppningsvis kommer det att locka några av er till engagemang i egna initiativ med mål att utveckla innovativt och meningsfullt praktiskt utvecklingsarbete på äldreboende tillsammans med de boende, deras närstående och personal.

Om ni önskar ytterligare information om projektet och/eller deras idéer bakom det, så är du välkommen att ta kontakt med Eva och Lotten (Eva Svegelius, Lotten Borgvall, Almängs äldreboende, Fotskäl, Marks kommun, tel 0320-63265).

Elizabeth (Liz) Hanson,  
Vetenskaplig ledare, vård och omsorgsvetenskap, FoU Sjuhärad Valfärd  
Högskolan i Borås  
8 juni 2010

## TACK

Vi vill rikta vårt varmaste tack till de personer som på olika sätt varit oss behjälpliga med att genomföra studien och med att anlägga trädgården.

De boende på Almäng och deras närstående.

Vår handledare Elizabeth Hanson vid FoU Sjuhärad Välfärd, Borås.

Annelie Claesson som hjälpt oss att föra anteckningar och kritiskt granskat vad vi skrivit.

Agneta Rundqvist för språklig granskning.

Ulrika Johansson som fotograferat.

Carin Borgvall som också fotograferat.

Bröderna Sandh HB, som sponsrade med arbete och material.

Therese Nyman, trädgårdsmästare och vän som hjälpt oss med arbete och växtval.

Nina på Åkrabergs handelsträdgård för goda råd och fina växter.

Sist men inte minst, kollegor och chef på Almäng för tålamod och engagemang.

*Fotskäl 17 juni 2010*

Lotten Borgvall

Eva Svegelius

## SAMMANFATTNING

Det grundläggande temat för denna rapport är ”Möten över gränser”. Här avses de gränser man kan märka mellan de olika aktörer som av olika anledning befinner sig på ett äldreboende.

Några bor där på grund av sjukdom eller funktionsnedsättning, andra arbetar där medan åter andra är mer eller mindre tillfälliga besökare. Även om det råder öppenhet och gemenskap kan kontakter mellan människor försvåras av brist på naturliga mötesplatser.

De erfarenheter studien gett oss skiljer sig inte nämnvärt från de förväntade. Resultatet bekräftar de teorier vi haft om vikten av mötesplatser, men också om människors behov av att kunna dra sig undan andra och försjunka i egna tankar. Vi har fått många bevis för hur viktigt det är att arbeta för en normaliserande tillvaro för de boende. Den litteratur vi läst stöder i stort de teorier vi haft och de rön vi gjort.

Vi har valt att använda oss av trädgårdsrummet som en möjlig mötesplats och en plats för naturlig aktivitet och har därför anlagt en trädgård i anslutning till de båda avdelningarna vid boendet. Boende och övriga personalgruppen har lämnat önskemål om trädgårdens innehåll och flera boende har varit aktiva i anläggningsarbetet. Under arbetets gång har personalgruppen varit engagerad i att observera och notera eventuella effekter och händelser som varit relaterade till trädgården.

Vår förhoppning har varit att trädgården med tiden skulle komma att kännas som en angelägenhet för alla där de kunde finna sitt eget sätt att använda den. När vi nu nått slutet av projekttiden ser vi att denna förhoppning i stort infriats och att man över lag känner delaktighet och engagemang i arbetet i och omkring trädgården.

Vi har naturligtvis ställts inför situationer där vi fått revidera våra idéer. Detta har bidragit till att alla gjorts delaktiga i processen kring anläggandet av trädgården. Många idéer har stötts och blötts vid måltider och kaffepauser, och slutprodukten har blivit en annan än vi från början tänkt oss.

Intresset från andra boenden, politiker och människor i allmänhet har varit stort och vi har därför redan fått många tillfällen att berätta om vårt arbete. I framtiden kommer vi vara aktiva i att sprida våra idéer och försöka inspirera andra till eget förändringsarbete.

## BAKGRUND

De första tankarna om en anpassad trädgård vid Almängs äldreboende uppstod för mer än femton år sedan. För många av de boende var gården mellan avdelningarna den enda natur de fick möjlighet att uppleva. Växtlighet och anläggning var av sedvanlig kommunal standard, praktisk ur skötselsynpunkt men ganska tråkig.

Boendet ligger invid ett skogsparti, men det har varit svårt för de allra flesta att ta sig fram i terrängen. På senare år har vissa förbättringar gjorts så att det nu bitvis finns iordningställda gångvägar.

Personalen på boendet har genom åren försökt göra trädgården mer lik en hemträdgård, men då medel för både anläggande och vidare skötsel saknats har resultatet inte blivit bestående. Tillgängligheten har inte heller varit tillfredställande då utgångarna varit för smala. Den ena avdelningen har inte heller haft någon utgång i direkt anslutning till trädgården.

En upphöjd odlingslåda för grönsaksodling byggdes och blev ett populärt mål vid promenader. Flera personer engagerade sig i rensning eller satt en stund på lådans kant för en pratstund. Trädgården hägnades också in för att boende skulle kunna röra sig fritt utan risk för att förirra sig.

Under flera år stod den ena avdelningen tom, vilket medförde att större delen av trädgården inte nyttjades och därför förföll mer och mer. I samband med att vi projektledare gick en utbildning, ”Möten i demensvården”, under vintern och våren 2007/2008, fördjupade vi oss i utevistelsens betydelse för personer drabbade av demenssjukdom. Där fick vi förnyad inspiration att planera för en trädgård anpassad för personer med demenssjukdomar.

Almäng har de senast åren genomgått en total renovering och i samband med detta planerades nya gångar och uteplatser. Vi fick då möjlighet att lämna önskemål om utformningen av dessa.

Då renoveringen av boendet var färdig delades boendet upp, från att ha varit ett blandat boende, till att bli renodlade avdelningar för demens- respektive somatisk vård. Vi märkte då att personer som kom till olika avdelningar saknade varandra och varandras sällskap. I samband med att boendet delades upp blev demensdelen en låst enhet, vilket försvårar naturliga möten och gör att det saknas naturliga mötesplatser inomhus.

Samtidigt har båda avdelningarna numera väl tilltagna utgångar mot den gemensamma trädgården och tankar om att skapa en mötesplats utomhus väcktes. För att skapa gemenskap mellan människor boende, besökande eller anställda på boendet, tror vi också att en trädgård kan vara värdefull.

Vår idé var att medan arbetet att anlägga trädgården pågick, studera om en trädgård kan bidra till att skapa naturliga, icke arrangerade möten. Behovet av vardaglig naturlig aktivitet är också stor och vi tror att en spännande och trivsamt utemiljö kan bidra till en meningsfull och mer aktiv vardag.



## INLEDNING

Projektet ” Möten över gränser” startade som ett projekt för att undersöka vilka möten en trädgård och arbetet med att anlägga den kunde medverka till. Kunde det få människor att komma närmare varandra oavsett vilka besvär de har att brottas med? Svaret på den frågan är - Ja, en trädgård kan på många sätt närma människor till varandra. Men den kan också hjälpa människor att hitta sig själva i det virrvarr tillvaron kan innebära. Den kan göra det möjligt att se en framtid.

Våren 2009 såg vi på Marks kommuns hemsida att det fanns medel att söka via FoU Sjuhärad Vårhärad för projekt med anknytning till äldreomsorgen. Vi lämnade in en ansökan och hade turen att beviljas medel för att dela en heltidstjänst i tre månader. Med hänsyn taget till att växtsäsongen sträcker sig över längre tid än så kom vi att dra ut på projektiden över ca sex månader. Inom ramen för projektet ingick handledning med Elizabeth Hanson vid FoU och vi har också deltagit vid FoU Sjuhärad Vårhärad arbetsplatsträffar.

Redan innan vi fått medel beviljade för detta projekt hade vi börjat planera och anlägga en enklare vardagsträdgård för rekreation och aktivitet. Detta arbete bedrevs delvis utanför ordinarie arbetstid. Förutsättningarna förändrades markant i och med att vi fick projektmedel för att genomföra studien. Målet var att skapa en plats för spontana möten och möjlighet till meningsfullhet och trygghet i vardagen.

Inledningsvis gjordes ett studiebesök på Lilla Änggårdens rehabiliteringsträdgård i Botaniska trädgården i Göteborg. Vi fick många idéer och uppslag om hur en trädgård kan utformas för personer som är känsliga för informationsbelastning. Vår egen trädgård planerades med trädgårdsrum för olika användningsområden och med olika teman. Vi tittade på hur sol- vind och insynsskydd skulle kunna utformas utan att totalt isolera trädgården från kringliggande bebyggelse.

Trädgården ska kunna förändras efter de boendes önskemål och behov. Vi utgick också från tanken att den ska vara öppen och att man ska kunna se från den ena avdelningen till den andra. Detta för att locka till att gå ut om man ser någon annan där.

## Trädgården

Syftet med Almängs trädgård är att alla ska kunna hitta sitt eget sätt att använda den och göra den till sin. Trädgården ska väcka nyfikenhet, skapa glädje, stolthet och gemenskap likväl som den ska vara en plats där man kan dra sig undan världen och människorna. För att kunna erbjuda var och en som besöker trädgården något att upptäcka och njuta av, har vi delat in den i olika trädgårdsrum med olika teman och användningsområden.

Då huvuddelen av trädgården är kringbyggd på tre håll finns en naturlig avgränsning för varje rum. Den del som bevarats av den ursprungliga trädgården ligger i dess inre del och består av en murad springbrunn, en stenlagd gång och ett par gamla aplar. Kring springbrun-

nen ska olika kryddväxter planteras för att sända ut sin doft till förbipasserande.

På ena sidan av springbrunnen har ett trädgårdsrum med ett romantiskt tema börjat ta form. Här har en rundel av mossiga stenar byggts upp och i dess mitt har en staty placerats. Skira blommor och murgröna är planterade runt den. På marken växer tusenskönor och ett äppelträd har planterats här, till stor glädje inte minst för den kvinna som har utsikt över denna del av trädgården.

En gammaldags ros står invid väggen och en häck av avenbok är tänkt att omgärda detta trädgårdsrum. För att den ganska täta häcken inte ska ge en instängd känsla, men också för att skapa nyfikenhet för den som passerar utanför, kommer ett eller ett par fönster formas i grenverket. En sittgrupp i gammal klassisk stil står högt på önskelistan för detta rum och skulle bidra till den romantiska stämningen. Detta är ett rum för kontemplation, ett rum för fantasi och gammaldags tejudningar.

På springbrunnens andra sida har en trädgårdsrum med ett något annorlunda tema byggts upp. Man kommer dit genom en enkel port från den gamla stengången. Över gången hänger apeln grenar och denna inramning ger en spännande känsla. Ett enkelt staket finns vid portens ena sida och avslutas med en spaljé som inramar en av altanerna.

Denna del kallar vi för bakgården, tanken är att ge en känsla av att man befinner sig bakom ett uthus och den ger därför ett något stökigt intryck. Här står ett gammalt oljefat, kalvgrimmor och kättingar hänger på en stolpe, det finns både liesticka och hörselskydd. En bänk står under apeln som ger en behaglig skugga och här tillåts gräset växa sig lite längre. Här förvaras också trädgårdsredskapen. För att leda blicken mot detta rum var under sommaren blommor i skarpt gult och vitt planterade i en kruka vid ingången och även i dess bortre ände. Detta visade sig vara effektivt för att väcka nyfikenhet och det fälldes också många kommentarer om hur vackert blommorna lyste i skuggan.

Trädgårdens mellersta del domineras av två uteplatser vilka ligger placerade mitt emot varandra utanför de två avdelningarna. Mellan dessa altaner finns en gräsmatta och de inramas av olika planteringar. En gång förbinder altanerna och utmed den har ett stenblock placerats. Stenen är tänkt att tjäna som sittplats, även om den kanske är något låg för någon. Solvärmen magasineras på ett fantastiskt sätt i sten och ger en härlig känsla för den som sätter sig där eller bara lägger sin hand mot den. Utvalda växter är planterade här för att förstärka stenens karaktär. En flaggstång har fått sin plats här till glädje för många. På gräsmattan mellan altanerna hålls aktiviteter, man spelar dart, dansar kring midsommarstången mm. Här är tänkt att placera någon form av eldstad där man om sommaren kan grilla och vintertid tända en brasa för trivsel eller för att värma sig kring vid en glöggfest. För att ha något att elda med ska en sågbock och en såg införskaffas för att såga ved. Detta kan ge sysselsättning men också naturlig träning.

Går vi så vidare genom trädgården kommer vi till köksträdgården. Där har odlingsbäddar byggts upp med en hårdgjord gång emellan. Dessa bäddar kan med hjälp av pallkragar byggas på till önskad höjd för den som har svårt att böja sig eller är rullstolsburen. Här ska

grönsaker odlas att skörda och tillreda tillsammans. Bärbuskar är planterade utmed trädgårdsgången för att vara lätta att nå även för den med rörelsesvårigheter. Ett litet potatisland har efter önskemål fått sin plats intill odlingsbädden och här växer också rabarber till saft och paj. En tvättlina ska sättas upp i denna del av trädgården. Det har visat sig skapa stor trivsel med tvätt som fladdrar för vinden och det luktar underbart om tvätt som fått torka ute.

På gångens motsatta sida planeras en annan i trädgårdssammanhang ovanlig anläggning. Här är tänkt att bli ett rum med lantbrukstema, inspirerat av hag- och odlingsmark. En rönn står redan som avslutning och vid dess sida är en hasselbuske planterad. Här ska vi så lin, vete med flera kulturgrödor att använda till hantverk mm. Här kan växa smultron mellan några stenar och vallmo och blåklint här och där. Ett enkelt staket är tänkt att omgärda denna del. Det finns önskemål om att vi ska hålla några hönor sommartid och de kan få sin inhägnad här.

Gången leder sedan vidare ut ur den egentliga trädgården och delar sig vid en häck för att efter ett trettio-tal meter stängas av med en grind. Denna och övriga grindar drar ofta till sig de boendes intresse. För att minska känslan av att vara inlåst kommer vi maskera alla grindar med någon form av växtlighet.

Väljer man att i stället vika av åt höger kommer man till byggnadens framsida där den somatiska avdelningen har ytterligare en altan. Framför altanen finns en gräsmatta och ett trist nätstaket. Utefter staketet har diverse buskar och träd planterats och ett lågvuxet äppelträd står i gräsmattan. Perenner kommer också få en plats här. Växterna är till stor del valda utefter de boendes önskemål.

I övrigt är så kallade frimärken placerade utefter gångarna här och där. Dessa är avsedda att leda blicken framåt och locka till rörelse. Frammärkena kan till exempel bestå av en flätad korg med smultron, en intressant sten eller en färgstark blomma i en kruka. Växtvalet är gjort dels efter tillgång, mycket är skänkt av anhöriga och personal, dels för att väcka minnen, men främst efter vad som framkommit som önskemål från boende och personal. Vi har planterat rosor av alla slag, något som uppskattas mycket. När växterna fått sin placering har vi tittat på hur de tar sig ut sedda inifrån. Syns en speciellt vacker blomma, skymms sikten av något, lockar de till att gå ut och ta en titt? Man ska kunna njuta av trädgården även om man inte kan eller vill gå ut.

Även under denna snörika vinter har trädgården varit till glädje, främst iakttagen inifrån. Det har dock hänt att någon boende kommit med ut för att fylla på fågelbordet eller hjälpt till att skotta upp gången mellan avdelningarna. Det har då kunnat konstateras att konditionen inte varit den bästa. Vi har då talat om hur vi ska kunna träna upp den inför vårarbetet. De fåglar som besökt fågelbordet har varit till stor glädje och stenar med mera har bildat intressanta konturer under snötäcket.

Under julen har en bock av granris varit blickfång tillsammans med en port i samma material in mot bakgården. Många lyktor har lyst upp i vintermörkret och vi har kunnat konstatera att även en trädgård gömd under snön kan vara magiskt vacker.

## SYFTE OCH FRÅGESTÄLLNINGAR

Studien syftar till att studera om vi genom att involvera personer på ett äldreboende i planering, anläggande och fortsatt skötsel av en trädgård i anslutning till boendet, kan uppnå en lugn, trygg och meningsfull vardag. Kan vi därigenom skapa en miljö där möten sker mer av en slump än till följd av en styrd handling?

Kan detta bidra till en normaliserad tillvaro med ökad livskvalité och en känsla av sammanhang? Vilka eventuella effekter ger detta den enskilde; boende, anhörige eller personal?

Vi har fördjupat oss i frågeställningar kring demenssjukas och somatiskt sjukas behov av naturliga, vardagliga aktiviteter samt studerat vilka effekter detta haft. Härigenom hoppas vi skapa en normalisering där gemenskap över gränser blir den naturliga följden. Vi vill också inspirera till att skapa andra mötesplatser och aktiviteter inom verksamheten. Vi har försökt skapa en naturlig mötesplats där man möts som människor, inte som vårdtagare, vårdare eller anhörig. Vårt syfte har också varit att ta fasta på det friska hos varje person och att ta tillvara dess unika kunskaper.

## METOD

### PDSA-cykeln

Vi har valt att använda PDSA- cykeln som metod för genomförandet av vårt projekt (SSF, 2005). Denna metod består av de fyra faserna *Plan (planera)*: kartlägga, utarbeta mål/ riktlinjer, förbereda för förändring. *Do (gör)*: genomföra förändringen. *Study (studera)*: utvärdera förändringens effekter genom att samla in data. *Act (agera)*: kritiskt reflektera över mätresultaten, överväga nya förändringar. Metoden fungerar som ett hjul där man kan gå flera varv för att göra ytterligare justeringar av förändringsarbetet.

#### *Planera*

Idén med projektet har varit att studera vilka möten som kommer till och på vilket sätt trädgården och dess tillblivelse kan bidra till en normal tillvaro. Tanken var att vi genom att arbeta tillsammans i trädgården eller planera för arbetet där, skulle skapa en känsla av gemenskap och locka till kontakter människor emellan. De boende, deras anhöriga och personalen tillfrågades om önskemål om växter mm. En så kallad loggbok för personalen att föra in idéer och iakttagelser i lades på de båda avdelningarna. Litteratur med koppling till studien togs fram med hjälp av FoU.

#### *Gör*

Arbetet med att anlägga trädgården pågick under månaderna juni till oktober. Under denna tid gjordes observationer av de boendes vilja att komma ut och om de tog kontakt med varandra eller med personal och besökande. Upplevda effekter i form av bättre nattsömn,

ökad närvaro eller förbättrat tal noterades också. Vi förde samtal med boende och personal under hela uppbyggnadsperioden för att snappa upp tankar och reaktioner. Flera aktiviteter, både spontana och planerade genomfördes på initiativ från andra i arbetsgruppen.

### *Studera*

Grunden i studierna har varit de loggböcker som förts under arbetets gång. De iakttagelser som gjorts och de kommentarer som de boende bidragit med har utvärderats och tolkats. Vi har genomfört fokusintervjuer med boende och anhöriga, personalen samt med enhetschefen om hur de upplever resultatet av studien. Det hade egentligen varit önskvärt med ett intervjutillfälle med alla grupper representerade. Med hänsyn tagen till att studien omfattar både demens- och somatiskt sjuka, vissa i en hög ålder, valde vi att dela upp tillfällena så att alla skulle ha möjlighet att göra sig hörda. Litteraturen lästes och sammanställdes.

### *Agera*

Med utgångspunkt från loggboksfyndnen och resultaten från fokusintervjuerna har projektet utvärderats och de lärdomar vi gjort sammanställts. Vi funderar på hur arbetet ska bedrivas i en nära framtid och hur vi ska kunna förmedla de rön vi gjort till andra intresserade. Vi arbetar också för att utveckla andra mötesplatser och aktiviteter inom verksamheten.

## **Etiska överväganden.**

Flera etiska överväganden har gjorts inför och under projekttiden. Vi har frågat oss om det är etiskt försvarbart att studera och dokumentera vad de boende gör och säger. Vi har också funderat på hur vi bäst skyddar den enskilde från exponering.

I inledningen av projektet informerades boende och/eller deras anhöriga om syftet med studien och hur den skulle komma att presenteras. De tillfrågades om vi fick fotografera och om bilderna eventuellt får publiceras.

Den dokumentation som gjorts i loggboken har hållits på en respektfull nivå och personerna har inte nämnts vid namn. Boken har hållits inlåst på ett kontor för att vara lättillgänglig men inte hamna i orätta händer.

I kontakter med media eller vid olika studiebesök är det viktigt att inte peka ut vilken avdelning som är demensavdelning respektive somatisk avdelning. Detta för att boende inte ska kunna identifieras som demenssjuka. Man ska inte behöva läsa i tidningen att man är demenssjuk.

Det är också mycket viktigt att de boende känner att trädgården är deras. Det gör att eventuella studiebesök måste hålla en låg profil för att inte störa denna känsla.

## Tillvägagångsätt för intervjuer

För att få en samlad bild av hur trädgården och arbetet kring den upplevts hölls skilda fokusgruppsintervjuer med boende och anhöriga, personalen samt med verksamhetschefen. Fokusintervjuerna måste av både praktiska och etiska skäl delas upp så att boende och anhöriga erbjöds ett enskilt tillfälle, personalen ett och enhetschefen ytterligare ett.

Till det första mötestillfället bjöds samtliga anhöriga till boende på de båda avdelningarna in. Även samtliga boende på den somatiska avdelningen bjöds in att delta. Med hänsyn taget till de demenssjukas utsatthet i dylika situationer valde vi att bjuda in dem vi bedömde dels kunna förstå sammanhanget och dels ha eget utbyte av ett deltagande. De övriga representerades i flera fall av sina närstående som fick göra sig till tolk för dem.

Frågeställningarna skiljer sig något mellan de olika intervjutillfällena då de boende, deras närstående och personalen ser saken ur olika perspektiv och har haft olika roller. Personalens roll har till stor del varit att observera och notera. De boendes och anhörigas roll har varit en del av studien.

Personalen ser resultaten ur ett vårdarperspektiv med kunskap om de boendes olika svårigheter. De kan då göra bedömningar för hur studien påverkat de boende som grupp likväl för hur det påverkat den enskilde.

Anhörigas reaktioner är helt igenom positiva, men man nämner inte några andra möten än dem man gör med den egna anhöriga. Man ser av naturliga skäl mest till den egna anförvanten och kan bara bedöma hur studien påverkat denne.

Många boende förmedlar inte sina reaktioner i tal. Därför har personalens dagliga observationer varit det viktigaste verktyget för att ta reda på eventuella effekter.

Enhetschefen har ett annat perspektiv än övriga då han inte är närmre bekant med varken boende eller anhöriga och endast kan göra en flyktig bedömning om vad nytta projektet kan ha haft för den enskilde. Han har däremot en möjlighet att se de följder det kan få för boendet som sådant samt för äldreomsorgen i stort.

## Intervjuer

### Fokusgruppsintervjuer med boende och anhöriga

En fokusintervju genomfördes inledningsvis med boende och anhöriga (se Tabell 1). Vid det första tillfället, den 11 november 2009 kl 18:30, träffade vi boende och anhöriga. Mötet pågick i ca 1 ½ timme och leddes av Eva Svegelius som hälsade välkomna och talade om bakgrunden till projektet, samt Lotten Borgvall som förklarade syftet med mötet och ställde frågorna. Anteckningar togs av Annelie Claesson.

Tabell 1 Deltagare i fokusintervju med boende och anhöriga

| <b>Fokusintervjuer, deltagare</b>            | <b>Antal</b> |
|--|--------------|
| Boende på somatisk avdelning                 | 4 personer   |
| Anhöriga till personer på somatisk avdelning | 3 personer   |
| Boende på demensavdelning                    | 4 personer   |
| Anhöriga till personer på demensavdelning    | 3 personer   |

### Fokusgruppsintervjuer med personal

Den fokusgruppsintervju som genomfördes med personalen fick av praktiska skäl ske vid en arbetsplatsträff den 19 november 2009, och upptog ungefär en timma av tiden. Eva Svege-  
lius förklarade syftet med intervjun och var i projektet vi befann oss. Anteckningar togs av  
Annelie Claesson som samtidigt medverkade som deltagare i intervjun. Tabell 2 beskriver  
vilka som deltog.

Tabell 2 Deltagare i fokusintervju med personal

| <b>Fokusintervjuer, personal</b> | <b>Antal</b> |
|----------------------------------|--------------|
| Personal somatisk avdelning      | 7 personer   |
| Personal demensavdelning         | 6 personer   |
| Nattpersonal                     | 3 personer   |

### Intervju med enhetschefen

Då enhetschefen varit föräldraledig under en stor del av projekttiden, och han dessutom  
har ett annat förhållande till de boende än övrig personal valde vi att ha ett separat möte  
med honom. Detta ägde rum den 23 november 2009 och varade ca 1 timma. Det fick mer  
formen av ett samtal än en intervju, varför de enskilda frågorna kan vara svåra att urskilja.  
Frågeställningar var följande: Vad kan projektet betyda för Almäng? Vad kan det betyda för  
äldreomsorgen i Mark? Vad kan det komma att betyda för boende, anhöriga och personal?

## RESULTAT

Resultatet består i den information vi samlat in och analyserat utifrån fokusgruppintervjuerna, intervjun med enhetschefen och loggboksdokumentationen. Den sistnämnda är den dokumentation som all personal blivit ombedd att formulera genom att beskriva vad de sett och hört under dagen, och denna information har sedan sammanställts en gång i månaden.

### Fokusgruppsintervju med boende och anhöriga

Resultaten från fokusgruppsintervjun med de boende och deras anhöriga har sammanfattats och strukturerats i enlighet med de intervjufrågor som ställdes enligt följande.

#### Hur har trädgården använts?

Man har suttit ute och njutit i solen tillsammans, promenerat och druckit kaffe. Alla, både boende och anhöriga säger sig uppskatta att kunna välja sol eller skugga. Detta gör att man rör sig mellan trädgårdens olika delar.

En del aktiviteter görs gemensamt mellan avdelningarna och en del enskilt. En spontan grillkväll ordnades en sommarkväll vilket var mycket uppskattat. En anhörig uttrycker sin glädje över att personalen arbetar utefter dagsform och väder.

#### Hur upplevs trädgårdens tillgänglighet och utformning?

”Det är fint, det kan inte bli bättre”. En boende påpekar att det är så bra beläggning på gångarna, att gå på gräs med rollator är inte roligt. Det är lätt att komma ut även de stunder personalen är upptagen.

#### Vilken betydelse har trädgården haft för boende?

En boende tycker att det är roligt att följa förändringar i blomning och årstider. Man mår bra bara av att se att någon går där ute och arbetar även om man inte kan gå ut själv just då. Hon uppskattar att kunna plocka smultron. ”Man har trivts varenda stund”, säger hon.

Man har haft möjlighet att bidra med sin kunskap i olika arbeten som utförts, till exempel plantering av träd, gjutning, korgflätning m.m.

En anhörig berättar att hennes man ofta reagerar på vad han ser under deras promenader i trädgården. Han uttryckte bland annat en gång sitt missnöje över löven som låg och skröpade i häcken. ”Så får det banne mig inte se ut”, sa han.

En annan anhörig tycker att hennes mammas tillstånd förbättrats enormt sedan hon flyttade till Almäng där det är lätt att komma ut.

Någon påpekar att det måste vara självklart att utevistelse ger bättre sömn.



## **Vilken betydelse har trädgården haft för anhöriga?**

Alla är överens om att man alltid känt sig välkomna både ute och inne. Under fina dagar har trädgården varit en naturlig plats att umgås i och man har druckit kaffe, solbadat och promenerat tillsammans. Det gör gott att se sina kära sitta ute i gemenskap när man kommer.

## **Vad har fungerat bra?**

Man har fått gehör för önskemål och idéer. Den som velat har kunnat bidra med sin kunskap. Trädgården har bidragit till att skapa naturlig aktivitet i form av bär- och blomsterplockning m.m.

Anhöriga tycker det är beundransvärt hur mycket som hunnits med, med tanke på de resurser som stått till buds.

## **Vad hade kunnat göras annorlunda?**

Gruppen kan inte finna något speciellt att anmärka på, men en anhörig önskar bättre belysning i trädgården. Det vore också önskvärt med bättre och stabilare trädgårdsmöbler.

## **Hur ska vi gå vidare?**

Alla är eniga om att arbetet med att utveckla trädgården måste fortsätta. Den som vill bidra med material är välkommen att göra så. I samarbete med rehabiliteringspersonal kan individuella träningsprogram att använda i trädgården eventuellt tas fram.

Slutligen reser sig en av de boende och utbringar ett fyrfaldigt leve ”för Eva och Lotten som i sanning arbetat hårt”. Inte ett öga var torrt.

## **Fokusgruppsintervju med personal**

Resultaten från fokusgruppsintervjun med personalen har sammanfattats och strukturerats i enlighet med de intervjufrågor som ställdes enligt följande.

## **Har trädgården gett upphov till möten? Vilka möten har vi sett?**

Ett exempel när personal och boende på båda avdelningarna möttes kring en uppgift och aktivitet var när midsommarstången kläddes och restes och man sedan dansade och sjöng.

Man har ofta gjort observationer av personer som strosat kring i egna tankar eller dragit sig undan i ett hörn. Detta upplever personalen vara självvalt och personen har fått en stund för sig själv. Det är nog så viktigt i en vårdmiljö där man ständigt är tillsammans med andra människor. Även sena kvällar har boende tagit en runda i trädgården innan de krupit i säng. Soliga dagar följer man solens gång, flyttar runt efter var det är sol respektive skugga,

allt efter eget tycke. Där har många möten mellan boende på de olika avdelningarna kommit till. Kaffe har intagits vid den avdelning man befunnit sig för tillfället. Det har varit tydligt att personalens närvaro inte varit lika viktig när de boende suttit tillsammans ute som den är när de suttit inomhus.

Trädgården har varit en plats för de boende att känna frihet utan att ha personal i hämlarna, något som båda parter uppskattar. Ett större lugn, avkoppling och naturligt umgänge mellan människor har varit den genomgående känslan. Man har promenerat tillsammans, tittat, pekat och inte minst skrattat.

Trädgården har också bidragit till möten i köket då man bakat tillsammans och tagit tillvara frukt och bär. Man har plockat blommor och arrangerat på middagsborden till allmän trevnad. Dessa blommor har ofta blivit ämne för samtal där man funderat över deras namn eller uttryckt sin beundran.

Personalen har i flera fall förvånats av boendes kognitiva färdigheter när man diskuterat kring arbetsätt och företeelser i trädgården. Detta har klart bidragit till en annan förståelse för individen. Man märker också en hoppfullhet och en högre känsla av mening hos dessa personer när de ges möjlighet till att delta i trädgårdsarbetet.

### **Vilken betydelse har trädgården haft för boende, anhöriga och personal?**

Anhöriga tycker det är bra och skönt att det är lätt att komma ut tillsammans med den de besöker. De upplever trädgården som en oas och är mycket glada att se sina kära njuta av utevistelsen.

Nattpersonalen tycker sig ha märkt en bättre och mer harmonisk nattsömn hos de boende de dagar de varit ute mycket.

Personalen tycker det är skönt att kunna gå ut, tillsammans med boende eller någon gång själv för att hämta kraft. Det är också roligt att se hur positivt trädgårdslivet påverkar de boende.

### **Vad har varit bra och vad hade kunnat göras annorlunda?**

Alla har känt att de kunnat komma med önskemål om trädgårdens innehåll. Man enas om att det faktum att trädgården är inhägnad visserligen kan ses som ett hinder för några, men att det för de flesta i stället ger frihet att röra sig utan att ha en personal som följer en i stegen. Framkomligheten är inte helt tillfredställande i delar av trädgården, något som delvis beror på att bostadsbolaget inte bekostar nya gångar överallt

### **Hur går vi vidare?**

Man funderar över trädgårdens fortsatta skötsel och kommer fram till att det egentligen handlar om aktivitet. Man tar alltså tillvara vad trädgården ger i form av frukt, bär och blommor tillsammans med de boende när det är möjligt. Man rensar också undan tillsam-

mans. Att aktivera de boende och ta tillvara vad de kan och vill är en viktig uppgift i vårt arbete och det finns bra möjligheter till detta i en trädgårdsmiljö.

## **Intervju med enhetschefen**

Enhetschefen tyckte det gick något fort från det att han skrev under vår ansökan om projektstöd till projektet startade. Det blev också en del frågetecken kring kontrakt och utbetalning av pengar. När detta väl klarats ut ser han enbart positivt på projektet.

Publiciteten kring projektet kan komma att sätta boendet på kartan. Det kan också hjälpa till att ge en mer positiv bild av äldreomsorgen i stort.

Enhetschefen vill medverka till att föra ut de resultat vi sett och kan exempelvis göra detta på de chefsmöten han deltar i. Han vill därför ha material som beskriver dessa resultat.

Han känner stor entusiasm över och engagemang för trädgården. Han tror att det finns många utvecklingsmöjligheter kring projektet och tycker det är viktigt att den blir en angelägenhet för alla och att var och en kan delta aktivt med idéer. Det är också viktigt att den ses som en del av verksamheten och att man tar tillvara de möjligheter som finns till relaterade aktiviteter. Han ser det som en utmaning att medverka till att arbetet får en fortsättning.

Hans förhoppning är också att trädgården ska komma att ha effekt för personalens trivsel. En vacker och kreativ miljö medverkar till ökad arbetsglädje och kanske till och med kan förhindra sjukskrivningar.

För att föra ut våra resultat och idéer kommer enhetschefen bjuda in sina kollegor att besöka trädgården och även medverka till att vi kan ta emot studiebesök från andra boenden, kommuner etc. Socialchefen, äldreomsorgschefen och demensföreningar kommer också att bjudas in.

Ytterligare ett sätt att föra ut arbetet är genom kommunens hemsida, kanske en blogg, ja möjligheterna är många.

## **Sammantagna resultat från intervjutillfällena**

Nedan presenteras de sammantagna resultaten från de två fokusgruppsintervjutillfällena samt intervjun med enhetschefen.

### **Möten i trädgården**

Trädgården har gett fina tillfällen till möten mellan personer boende på de olika avdelningarna, anhöriga, personal, tillfälliga besökare och boende i närområdet. Anhöriga framhåller att de alltid känner sig välkomna när de hälsar på och att de är glada att se sina kära sitta tillsammans med andra och ha det gott i solen. Möten som bedöms som nog så viktiga är de som kunnat observeras när någon företagit en ensam promenad. Att få tillfälle att grunna är att kunna möta sig själv, något som kan vara svårt i en institutionsmiljö där många människor ska samsas.

Man har kunnat mötas i köket för att använda bär eller frukt till bakning, plockat blommor och arrangerat dessa på middagsbordet till glädje för alla. Boende och personal har genom att utbyta erfarenheter i trädgårdsfrågor kunnat närma sig varandra på ett naturligt sätt. Anhöriga har också varit delaktig och bidragit med både kunskap och material.

### Effekter för boende, anhöriga och personal?

Nattpersonalen tycker sig ha märkt en bättre nattsömn när de boende varit ute mycket. Anhöriga ser också detta som en naturlig följd av utevistelse. Man upplever det som om personalens närvaro inte varit lika viktig när de boende suttit tillsammans utomhus som den är inomhus. Ett större lugn, avkoppling och naturligt umgänge har varit den genomgående känslan. Diskussioner kring företeelser eller arbetssätt i trädgården har ibland öppnat personalens ögon för att förmågan till reflektion, framtidstro och fantasi funnits kvar hos personer med demenssjukdom.

Många av de boende uttrycker den trivsel alla blommor ger och hur bra man mår av att se någon som går ute och arbetar även om man inte själv kan gå ut just då. Reaktionen över något vackert eller rent av något fult och skräpigt har varit vanliga. Flera anhöriga tycker sig se en positiv förändring hos sina nära sedan de flyttade in på boendet och därmed fått större möjlighet att komma ut. De tycker att det är skönt att kunna umgås utomhus och härligt att se att deras anhöriga sitter ute och mår gott när de kommer på besök.

### Vad har upplevts som positivt respektive negativt?

Att trädgården går att nå från de båda avdelningarna ses som en av de största fördelarna. Det är också relativt lätt att ta sig fram då gångarna är jämna och fina. Man saknar dock en gång på husets framsida. Då trädgården är omgärdad av ett staket erbjuder den frihet att röra sig relativt fritt även för den som har lätt att förrira sig. Det finns möjlighet att välja sol eller skugga och om man vill söka gemenskap eller avskildhet. Då alla kunnat komma med önskemål har trädgården växt fram och blivit något som angår alla.

Det är roligt att kunna visa på goda exempel i äldreomsorgen i tider då det skrivs så mycket negativt om den i tidningarna. Grupperna har inte kunnat hitta några negativa effekter eller händelser som kan relateras till trädgårdsprojektet.

### Hur ska vi gå vidare?

Alla grupper ser det som viktigt och självklart att arbetet får en fortsättning. Det finns många möjligheter att utveckla fler aktiviteter, träningsmöjligheter och träffpunkter i och i anslutning till trädgården. Trädgårdens skötsel blir en del av verksamheten och kan skänka meningsfull sysselsättning för den som är intresserad, eller välbehövlig avkoppling för den som önskar det. Vi hoppas också kunna sprida de kunskaper och idéer arbetet gett så att andra äldreboenden kan hämta inspiration för att bedriva eget utvecklingsarbete.

## Loggboksdokumentation

Observationer av händelser och reaktioner under projekttiden har noterats i en så kallad "loggbok". All personal har ombetts att beskriva vad de sett och hört. Noteringarna har gjorts dagligen och har sammanställts en gång per månad.

De observationer som gjorts har sedan sammanfattats under rubriker som identifierats genom läsning av litteratur inom området.

### Möten

Nyfikenhet har varit drivkraften då många av de möten vi sett kommit till. Man har blivit nyfiken på vad som händer eller har hänt i trädgården och sökt sig ut för att titta. Någon har grävt i ett hörn, en annan suttit och solat eller kanske har vädret lockat till en promenad.

De flesta möten har varit spontana men man har också aktivt sökt sig till varandra för att samtala eller lapa sol. Vi har lagt märke till att personalens närvaro inte varit lika viktig vid sådana tillfällen som annars. Inomhus har många av de demenssjuka svårt att känna trygghet om inte personalen finns i omedelbar närhet. Skillnaden när de är utomhus är markant, man har i stället trygghet i varandra och i den gemenskap som uppstår. Speciellt kvinnorna har suttit ute till långt in på kvällarna och det har varit härligt att se och höra hur trevligt de haft. Det har varit mycket prat, skratt och fniss.

Vi har ofta kunnat se hur två personer, oftast kvinnor, stått och betraktat en blomma eller suttit tillsammans på en bänk och diskuterat innehållet i dagens tidning.

Männen har oftast tagit kontakt med personal eller med kvinnliga boende. Detta kan bero på att männen inte har någon tydlig gemensam nämnare och att de också befinner sig i olika sjukdomsfaser vilket försvårat kontakterna. Världen utanför gör sig ibland påmind genom hantverkare, fastighetsskötare och andra tillfälliga besökare. Dessa är ofta en tillgång för männen som ofta passar på att få en pratstund. Männen har också varit mycket intresserade när något grovarbete som grävning eller gräsklippning pågått. De har då kommit med goda råd, glada tillrop och ibland hjälpt till efter förmåga. Vi har också något överraskande kunnat konstatera att de inte vid något tillfälle kommenterat det olämpliga i att vi som kvinnor utfört tyngre arbeten eller hur vi utfört dem.

De boende har ofta varit rådgivande vid de olika moment som utförts och deras kunskaper har flera gånger varit avgörande för att resultatet blivit lyckat. Detta har gett oss en påminnelse om att varje person besitter kunskaper som vid rätt betingelser kan få utlopp.

Anhöriga och andra besökare har nästan utan undantag använt trädgården som umgängesplats. Då det ofta suttit flera boende vid trädgårdsbordet har alla involverats i samtalen, men man har också haft möjlighet att dra sig undan om man föredragit det. Anhöriga uttrycker ofta sin glädje över hur trevligt det är att kunna sitta ute tillsammans och hur gott det gör att veta att de anhöriga har denna möjlighet.

Vi har också lagt märke till att besökande lika gärna tagit vägen genom trädgården för att komma till avdelningarna som att gå via huvudentrén. Detta känns trivsamt och man hälsar till höger och vänster.

De möten vi upplevt som de viktigaste är de en person kunnat göra med sig själv under en ensam promenad eller när man satt sig för sig själv en stund. Personen har då i möjligaste mån lämnats i fred med endast diskret tillsyn. Personal och boende har emellanåt kunnat söka sig en undanskymd plats för angelägna samtal.

En bekant som hjälpt oss en del med växtval m.m berättade för oss om de fördomar hon haft mot denna typ av boende och om dem som bor på ett sådant. Efter att ha arbetat ett par dagar tillsammans med oss och träffat och arbetat tillsammans med flera av de boende, har dessa fördomar förbytt i tillförsikt och glädje över dem hon mött, och över hur äldreomsorgen kan fungera.

### Delaktighet och normalisering

Ett trädgårdsrum kan vara en plats där personer boende på ett äldreboende kan finna sammanhang, begriplighet och friheten att själv välja att gå ut. Att få delta i arbete, bidra med sina kunskaper eller bara vara med som åskådare bidrar till en normaliserad tillvaro i gemenskap där ålder, handikapp eller ställning inte spelar någon roll. Genom att ta fasta på det friska hos varje individ flyttas fokus från det som skiljer oss åt till det som förenar.

Genom att trädgården är lätt att nå har alla oavsett handikapp eller besvär kunnat komma ut när lusten fallit på. De som behövt assistans har sällan behövt vänta någon längre stund. Man har alltid kunnat träffa någon att samtala med eller kunnat dra sig undan sällskap. Genom de önskemål som framförts gällande olika växter har det blivit många samtal om de boendes egna trädgårdar eller trädgården de lekte i som barn.

Besökande har ofta valt att sitta ute när vädret tillåtit. Man har uppskattat den trevliga miljön och det har känts skönt att komma utanför institutionen. Besökande barn har kunnat gå upptäcktsfärd och inte behövt känna av den främmande miljö ett demensboende kan utgöra. En besökande hustru och hennes man klippte och räfsade gräs tillsammans, boende har med stolthet visat ett speciellt träd eller en rabatt för sina barnbarn som hälsat på.

Personalen har använt trädgården vid sina raster vilket gjort att de boende som varit ute har deltagit i samtalen. Rehabiliteringspersonal, fastighetskötare och andra tillfälliga besökare har tagit vägen genom trädgården för att se vad som hänt sedan sist. Både anhöriga och personal har flera gånger förvånats över hur mycket de boende uppfattat och kommit ihåg av det som hänt i anslutning till trädgården. Kanske hade vi underskattat deras förmågor, eller har stimulans och naturligt umgänge bidragit till att stärka deras minnesfunktioner?

Vid flera tillfällen har de boende visat omsorg om oss då de tyckt att vila eller matrast varit nödvändig. De visar också omsorg om varandra. Att kunna ta hand om någon annan och inte alltid vara den som tas omhand är i högsta grad naturligt och normalt.

## Hälsa och välbefinnande

Då resultatet av denna studie enbart är baserade på observationer och de medverkandes egna reaktioner och utsagor, kan de eventuella hälsoeffekter som nåtts inte mätas eller vetenskapligt bevisas. Dock vet vi att möjligheten till daglig utevistelse och naturligt umgänge ökat välbefinnandet hos de boende.

Som nämnts tidigare har nattpersonalen upplevt ett större lugn och en mer harmonisk nattsömn hos flera av de boende. Ett tydligare tal eller ökad förmåga att uttrycka sig har märkts hos några personer. Stimulans och sinnesintryck har bidragit till reflektion över tidens gång, framtiden eller förgängligheten. Ett säkert mått på att trädgården bidragit till ökat välbefinnande och i någon mån till bättre hälsa är det faktum att de flesta boende tidigt kunnat uppvisa en, i vissa fall, imponerande solbränna.

Genom att de boende har tillfrågats om önskemål, varit rådgivande eller deltagit i arbetet med att anlägga trädgården har de kunnat fokusera på annat än det som begränsar dem. Att arbeta tillsammans ger delad glädje. Den som blir bemött som frisk känner sig frisk. För personalen innebär det en tillfredställelse att se hur någon lever upp och blir öppnare och gladare. Anhöriga känner sig trygga med att deras nära får sina behov av gemenskap tillgodosedda. Att få ge av sin egen historia och erfarenheter, bidra till berättande och visa omsorg om andra ger en tillfredställelse av att vara behövd och att delta i ett socialt sammanhang. Att vara någon.

Trädgårdens utformning ska locka till rörelse och lust att utforska och arbeta i den. Det ger naturlig motion och träning. Samtal har förts med rehabiliteringspersonal om att kunna använda trädgården för individuellt anpassad träning.

Att spontant kunna gå ut, att inte allt för mycket begränsas av handikapp eller låsta dörrar ger frihet och värdighet. Det kan förhindra aggressivitet och oro eller ge tröst för den som är sorgsen. En demenssjuk man som ofta blir orolig och vill söka sig ut och iväg har kunnat avledas genom att man intresserat honom för något i trädgården. Kvinnan som på grund av värk ofta känner sig ledsen, blir lycklig över en promenad eller en kaffestund på altanen och glömmer bort sin onda rygg en stund. En bukett blommor på middagsbordet livar upp och ger anledning till samtal.

Man har reflekterat över det man sett, oavsett om det betraktats inifrån eller om man varit ute. En dag när vi hade extra hjälp i trädgården sade en man vid middagen ”Jasså, ni är tre i dag? Ja det går ju fortare när man är fler”.

En kvinna boende på demensavdelningen tittade ut över den snötäckta trädgården där solen börjat ta något på drivorna. ”Snart är det dags att börja arbeta ute”, sade hon.

En man som flyttat in på boendet under vintern är mycket förväntansfull inför att få komma ut och se vad som växer i trädgården.

## Reminiscens

En trädgård är en plats som ger många tillfällen till återkopplingar genom dofter, färger och arter. Detta har vi tagit fasta på när vi valt växter. Även andra inslag i form av föremål som relaterar till att övervägande delen av de boende har sina rötter på landsbygden finns representerade. Vår tanke är att man genom olika rekvisita ska kunna ändra trädgårdens uttryck för att den ska spegla dem som använder den.

Vi har sett många exempel på hur minnen väckts till liv, vissa är klart uttalade medan andra bara kan anas.

Under de tillsynes planlösa vandringar som företas händer det att intresset fångas av ett par hästskor, en såg eller ett gammalt vagnshjul. Vi vet inte vilka tankar detta väcker hos betraktaren, men efter en stund vandrar han, för det är oftast en man, iväg för att kanske sätta sig i skuggan på en bänk.

En mjölkkanne i aluminium föranledde en man i 85 årsåldern att förhöra sig om huruvida man fortfarande kan köpa sådana och om det aktuella exemplaret endast var till för prydnad. Han berättade hur man förr lämnade in kannorna, som var tillverkade i koppar, till förtening. Det gick ibland hål i dessa kannor och mannen kallade dem för ”ett förbannat hafsvverk”. Samma kannor fick genom det ljud som uppstod när den flyttades en bit några damer att komma i samtal om mjölkning och minnen kring detta. En kvinna berättade hur tungt det var när hon som ung hade ensamt ansvar för mjölkning och lastning av kannor på en vagn som skulle köras till mejeriet. Detta ligger 70 år tillbaka i tiden men stod klart för henne som vore det i går.

Blommor planterade i en gammal konserveringsgryta gav upphov till en ingående diskussion om de olika matlagningssätt som tillämpades när inblandade damer, som alla är i 85-90 årsåldern, var verksamma husmödrar med ansvar för hem och familj. Det var allt från konservering till tryckkokning och saftning. Man konstaterade att det allt var besvärligare att vara husmor förr. Vinbärsplöckning har påmint om barndomen norröver då man plöckade hjortron på myrarna och om hur gott det är med mylta.

Lika viktigt som det är med bekanta ting är det med saker som kan väcka nyfikenhet och frågor. Vi tror att det kan bidra till att hålla tanken levande hos en del personer. Det i sin tur bidrar till att öppna personalens och anhörigas ögon för att en demensdrabbad person fortfarande kan ha förmåga att reflektera och fundera. Det kan hjälpa oss att se personen bakom sjukdomen och på så sätt verka för ett salutogent syn- och arbetssätt.

Även en person som inte är drabbad av demenssjukdom kan ha utbyte av att se nya spännande saker, att få lära sig något nytt. Man måste också ha i minne att det kan skilja så mycket som 20-25 år i ålder på de boende och att de då relaterar olika till saker och företeelser.

## Traditioner



Traditioner och högtider är viktiga avbrott i vardagen oavsett om man är gammal eller ung. För den som bor på en institution kan sådana avbrott vara extra välkomna. De kan också vara av betydelse i tidsorienteringen.

Under projekttiden har flera högtider firats där trädgården på ett eller annat vis spelat roll för ökad gemenskap och delaktighet.

Midsommaren förbereddes med att midsommarstången kläddes och restes. Den som ville och orkade deltog i dans och lekar varpå man drack kaffe tillsammans. En spontan grillfest ordnades en lördagskväll i juli, vilket var speciellt uppskattat bland boende på demensavdelningen. Man saknade bara ett glas vin till maten.

Flera boende har firat sin födelsedag med kaffekalas i trädgården. De barn som då varit på besök kunde fritt springa omkring utan att störa andra boende eller störas av den främmande miljön.

Sommarens sista vackra kväll bjöds en trevlig och uppskattad kräftskiva. Långbordet var dukat på altanen och trädgården var pyntad med facklor och lyktor upphängda i träden. Några anhöriga var med och det fanns både vin till maten och likör till kaffet för den som önskade. Man sjöng och skrattade och boende i det närbelägna radhuset sträckte på halsarna för att se vad som var å färde. Några boende satt kvar långt efter att andra gått in och någon avslutade kvällen med att tassa ut för att titta på hur lyktorna lyste i halvmörkret.

En av damerna besvärades dagen efter av en lätt huvudvärk till följd av vinkonsumtion. Detta roade mycket hennes dotter som kom på besök. Under flera dagar efteråt talades det om hur underbart man haft det denna kväll.

Luciafirandet blev näst intill magiskt när Lucia följt av tärnor och nissar i alla åldrar kom tågande genom den mörka och frostiga trädgården som lystes upp av facklor och ljus.

Jul och nyår med all sin snö fick extra stämning av lyktor, granrisbock och andra dekorationer. Julaneken har naturligtvis funnits på plats och fåglarna har matats hela vintern, något som gett anledning till funderingar och samtal om deras arttillhörighet

## FALLSTUDIER

För att belysa de effekter trädgården haft har vi valt att göra några fallstudier av de boende. Materialet till dessa beskrivningar är hämtade ur den loggbok som förts under arbetets gång, samt uppgifter från genomförda fokusgruppsintervjuer.

De personer som beskrivs, eller i förekommande fall deras företrädare, har beretts möjlighet att ta del av innehållet och gett sitt godkännande till att materialet publiceras i rapporten.

För att personerna inte ska kunna identifieras har namn och vissa andra uppgifter ändrats.

De beskrivna personernas egna kommentarer förekommer endast sparsamt. Detta för

att många av dem har svårt att uttrycka sig klart och det sagda måste tolkas av oss som känner dem. Ofta säger tonfall eller blickar mer än ord och kan inte återges i text.

## Bertil

Bertil var en man på drygt 70 år. Han hade i hela sitt varit intresserad av jakt och natur och hade också haft en välskött villaträdgård. Det var viktigt för honom att trädgården såg pryddig ut. Bertil flyttade in på demensboendet under tidig sommar 2009. Detta för att det boende han haft tidigare skulle läggas ned. Där hade Bertils möjligheter att komma ut begränsats till de tillfällen då han kunnat få sällskap.

Bertil fru var till en början betänksam inför flytten men ändrade efter hand inställning. Närheten till skogen och trädgården hade en avgörande betydelse för detta. Bertil och hans fru promenerade ofta i trädgården och den närliggande skogen. Då han till en början rörde sig ganska lätt kunde de ibland vara ute i skogen i över en timme. Han stod ofta i fönstret och kikade efter om han kunde upptäcka något vilt, något han ibland upplevde att han gjorde. Enligt hustrun liknade utsikten från hans fönster den han haft från barndomens köksfönster. Bertil hjälpte gärna till att klippa gräs och kratta, ibland hjälptes han och hustrun åt med detta.

En varm dag när Bertil nyss flyttat in var jag, Lotten, i trädgården och arbetade. Han gick en runda och kom sedan bort till mig för att prata. Han berättade om sin stora gräsmatta där hemma och om hur brant den var att klippa. Efter en stund skrattade han lite och sade ”Det var väl tur att jag kom och pratade så du fick vila en stund”? Detta var första gången jag fick riktig kontakt med Bertil och extra roligt då det kunde vara svårt att förstå vad han sade på grund av att han ofta talade oartikulerat.

En vacker lördagskväll gick han ensam runt i trädgården, plockade lite pinnar och åt smultron. Jag, Lotten, tittade till honom emellanåt och var väl lite betänksam eftersom han gick och kände på grinden. När jag frågade hur han hade det tittade han upp mot himlen och sade ”Här är så underbart, jag kan knappt tro det är sant!”. Det slog mig att denna stund var hans alldeles egna där han befann sig långt från institutionen och ostörd kunde försjunka i egna tankar.

Bertil fru berättade ofta om hur han reagerade på det han såg under deras promenader. Ofta tyckte han om det han såg, men det hände också att han fällde kommentarer om något såg slarvigt eller ostädat ut. ”Vi gick borta vid syrenhäcken och Bertil fick syn på de gamla löven och ogräset där. Du vet, han vill ju alltid att allt ska vara snyggt och han sa till mig att, ‘ så här får det banne mig inte se ut, här får krattas’ ” berättade hon en dag.

Han ville gärna gå ut och se om det hänt något nytt och titta till grönsakerna. Vid ett tillfälle frågade han mig vad det var för blomma som växte i en kruka på altanen. ”Det är en Afrikansk marguerit”, svarade jag. Bertil begrundade detta en stund och sade sedan, ”Jaså, en Afrikansk marguerit”.

Både Bertil fru och personalen upplevde det som att hans tal förbättrades och blev

tydligare efter hand. Frun trodde att möjligheten för Bertil att komma ut oftare invercade positivt på hans tal. En annan effekt detta hade var att Bertil oftast sov hela nätterna, något han sällan gjort på det förra boendet och frun förundrades mycket över det.

## Ulla

Ulla bor på demensboendet, hon är omkring 80 år gammal. Hon flyttade in på boendet under våren 2009 från sitt hem. Där hade hon haft hjälp av hemtjänsten, men hade isolerat sig mer och mer. Ofta släpptes inte hemtjänsten in när de kom för att göra besök.

Anhöriga var vid flytten oroliga för att Ulla bara skulle ligga hela dagarna. Till en början höll hon sig mest i sin lägenhet och fick in de flesta måltider dit. Hon upplevdes ofta nedstämd, men hade perioder av hög aktivitet då hon städade frenetiskt i lägenheten.

Med tiden kom hon ibland självmant ut till någon av dagens senare måltider, men hade sällan ro att sitta med någon längre stund. Ulla trivdes inte heller med de övriga boende som hon upplevde underliga och i vissa fall skrämmande. Hon uttryckte sig svävande och hade svårt att hitta rätt ord eller hålla tråden i ett samtal. Allt detta gjorde att övriga boende i sin tur fann henne underlig och det var också svårt för personalen att etablera en kontakt. Hon uppmuntrades att hjälpa till med vardagliga sysslor som disk m.m vilket hon gjorde med stor iver men försvann sedan snabbt in till sig.

När arbetet med att anlägga trädgården började visade Ulla inget egentligt intresse. När sedan hennes barn köpte ett äppelträd som planterades så det är synligt från hennes fönster, blev hon mycket intresserad av det och för vad som i övrigt hände utanför. Trädet har blivit en fast punkt för henne och hon visar det för alla som besöker henne.

Så snart vi arbetat i trädgården har Ulla haft koll på oss inifrån sitt rum. Ibland har hon knackat på fönstret eller öppnat det och pratat en stund. Hon säger ofta att hon tittat efter oss och undrat var vi varit. ”Där är ni ju, jag blev nästan orolig”, har hon sagt många gånger. Hon säger själv att hon alltid håller utkik efter oss och visar stor omtanke om oss när hon tycker att vi arbetar för hårt. ”Kom och sätt dig en stund”, säger hon.

Med tiden har det blivit lättare att motivera Ulla att komma med ut och en speciell vänskap har utvecklats mellan henne och Eva. De har haft många samtal av existentiell karaktär, men också skrattat mycket.

Vid några tillfällen har Ulla kommit ut och tagit över det arbete som pågått. Det har gällt både målning och plantering och det har funnits en självklarhet i allt hon gjort.

Ulla känner igen och kan namnen på många av de växter som vi har i trädgården men kommenterar också sådant hon inte sett förr. Bland annat lade hon märke till en nyhet för året och frågade vad det var för något.

Under sommar och höst tycker vi oss märka att Ullas sätt att tala blivit mindre svävande och att hennes förmåga att förmedla logiska tankar förbättrats. Ett exempel: Vi hade handlat ett träd som skulle planteras, Ulla var med och sade plötsligt ”Det här trädet kommer jag inte få se växa upp, jag är ju så himla gammal. Men ni kommer få se det”.

Hon har förmåga att fantisera och följa med i andras fantasier. Detta blev tydligt vid ett tillfälle när Eva och Ulla satt i den del av trädgården som vi kallar den romantiska delen. De talade om att här kan man sitta och dricka te som fina damer gjorde förr, iförda vackra hattar. En underbar glimt kom i hennes ögon och hon skrattade med hela ansiktet. Ulla arbetade en tid som modist.

Det har blivit lättare att motivera Ulla att delta i måltiderna och att sitta med en stund efter dessa. Hon har också funnit viss gemenskap med några av de övriga boende.

Vi är övertygade om att trädgården och arbetet där haft betydelse för Ulla, men också för personalen i våra kontakter med henne. Den har varit en katalysator för ökad förståelse för henne och för att se människan Ulla. Det har också inneburit att hon kunnat komma ifrån avdelningen på ett naturligt sätt och därmed kunnat få distans till de övriga boende som hon i flera fall känt sig skräm av. Det innebär också att vi kan visa henne att det finns något att se fram emot de stunder hon är nedstämd. Vi talar ofta om det som varit men också om kommande växtsäsong.

Tråkigt nog råkade Ulla ut för ett fall med en Collumfraktur som följd. Hon tränar nu för fullt för att komma tillbaka i full rörlighet och vi ser på sikt trädgården som en möjlighet till naturlig träning.

## Sven

Då Sven flyttade in på boendet var det ett så kallat blandat boende. Sven har en demenssjukdom men fungerar bra i sociala sammanhang, han tycker om att promenera och klarar att göra det ensam i närområdet. Han har arbetat med maskiner och har sina rötter i jordbruket. Sven är mycket social och har kunskaper inom många områden och om människor i bygden. Han hade mycket gemensamt med flera av de övriga boende och de hade alltid mycket att tala om. Då boendet delades upp i somatiskt- respektive demensboende flyttade alla Svens bekanta och ersattes av enbart demenssjuka personer. Han fick ett snävare umgänge och hänvisades till stor del till personalens sällskap.

Sven har under tiden för trädgårdens planering och anläggande varit väldigt intresserad och även varit rådgivande i mycket. Många av hans råd har helt klart varit avgörande för att resultatet har blivit lyckat.

Han tar gärna en runda i trädgården för att se om där hänt något nytt och har alltid några berömmande ord att ge oss för vårt arbete. ”Det här blir fint du”, säger han ofta. Han sitter emellanåt tillsammans med sina tidigare grannar och pratar. Då vi haft hjälp av markanläggare eller fastighetsskötarna gjort något arbete i anslutning till trädgården har Sven alltid hållit sig framme och pratat eller intresserat iakttagit arbetet.

Under ett samtal, när vi funderade på hur stor trädgården kunde tänkas vara, kom vi in på gamla areal- och rymdmått. En annan gång räknade Sven ut den ungefärliga vikten på det stenblock som ligger utefter en gång. Ett tänkt potatisland inspirerade Sven och en besökare till samtal om olika potatissorter och om all potatis de plockat i sina dagar. Han

kommer spontant ut och hjälper till med olika göromål såsom att hålla i träd vid plantering eller linda upp ståltråd mm. Han tar också några tag med gräsklipparen ibland när han anser det behövt.

Vi ett tillfälle satt han i skuggan och tittade på när Lotten planterade. Det var en varm dag och Sven drack saft. ”Kom här och sätt dig”, sa han. ”Det är varmt och du måste dricka något”.

Han är mycket morgonpigga och har ofta gått en runda redan före frukosten och ibland avslutas dagen på samma sätt.

Sven och hans barn deltog i fokusmötet som hölls för boende och anhöriga.

När mötet led mot sitt slut reste sig Sven något mödosamt från sin plats och sade: ”Jag tycker att vi utbringar ett fyrfaldigt leve för Eva och Lotten som i sanning arbetat hårt”.

En tid efter mötet träffade Eva en av döttrarna som berättade om hur förvånade syskonen blivit över hur mycket deras far faktiskt kom ihåg av vad som gjorts under sommaren och hösten.

## **Britt**

Britt är i 70 årsåldern, hon är sedan några år drabbad av demens och flyttade till boendet under våren 2009. Hon hade fram till dess bott i det egna hemmet och till största delen vårdats av en anhörig. Britt tycker mycket om att vara utomhus och går gärna promenader som slutar med att hon sätter sig någonstans med ansiktet vänt mot solen. Hon tycker om sång, musik och dans och har nära till skratt men försjunker ibland i sig själv och kan då vara svår att nå. Hon behöver mycket uppmärksamhet för att vara närvarande. Man kan ibland märka en viss osäkerhet hos henne som verkar bero på att hon inte alltid förstår vad som avses. Hon har också svårt att hänga kvar i en aktivitet eller syssla om man inte är med och stöttar henne.

Britt har under sitt yrkesverksamma liv arbetat i storkök och har gärna hjälpt till med disk eller strykning. Då har det gått undan och man märker att hon varit van att arbeta effektivt. Hon visar inte något större intresse för trädgårdsarbetet men hjälper gärna till med handfasta saker som att köra skottkärran eller vattna om man bitt om hjälp.

En tid efter midsommar då midsommarstången fortfarande stod kvar, ondgjorde hon sig över hur ful den blivit. Jag, Lotten; frågade då om hon ville hjälpa mig att ta bort den. Det ville hon gärna. Vi fick hjälp att lägga ned stången och Britt började genast riva undan ris. Jag hade fullt arbete med att klippa av tråden som höll fast det. Vi fick omgående hjälp av en av herrarna som kom ut och lindade upp tråden.

När vi var klara med detta arbete tittade Britt sig omkring efter mer att göra så vi klippte ur en buske. När vi burit undan allt ris tog vi en välbehövlig kaffepaus tillsammans. Hon sade att hon tyckte det var härligt att vara ute och arbeta.

Under sommaren har Britt suttit ute så fort solen tittat fram. Hon flyttar sig efter solens gång och har då ofta suttit vid den motsatta avdelningen. Hon har dock inte haft någon

egentlig kontakt med de boende där även om de suttit tillsammans.

Under vintern har Britt ökat lite för mycket i vikt och vi hoppas genom att ta tillvara hennes intresse för handfast arbete kunna motivera henne till naturlig motion. I vinter har hon vid några tillfällen hjälpt till att skotta snö och mata fåglar.

Då Britt ibland kan känna sig trängd av andra boende på avdelningen tror vi att möjligheten för henne att komma utanför boendet ska kunna hjälpa henne till större trygghet. Hennes anhöriga har flertalet gånger uttryckt sin glädje över att hon mår så gott av att vara utomhus och att det finns möjlighet till spontan aktivitet i anslutning till trädgården.

## **Elsy**

Elsy kommer från en stad i Mellansverige. Hon flyttade till kommunen för att komma närmre sina anhöriga och har bott på den somatiska avdelningen några år. Hon är i 90 årsåldern och är mycket trädgårdsintresserad. Då hon går med rollator har det varit svårt för henne att komma ut i den utsträckning hon velat. Elsy är en av dem som varit mest aktiv med önskemål när trädgården anlades. Hon blev glad då den efterfrågade Rosentryn planterades så den syns från hennes fönster.

Hon har också bidragit med lökar att plantera i trädgården. Hon sitter ute så fort värdet tillåter och tycker det är roligt att diskutera vad som ska göras i trädgården. Hon är också intresserad av att delta i en framtida studiecirkel med trädgårdstema.

Elsy berättar att hon under sina promenader gärna plockat smultron och ”har trivts varenda stund”.

## **Ingrid**

Ingrid har bott på det somatiska boendet i några år. Hon är 98 år och kan ibland uppfattas som något oklar. Det kan till en del förklaras av att hon hör dåligt och detta har också gjort att hon känt sig isolerad från, och missförstådd av de övriga på avdelningen. Hon är mycket förtjust i att vara utomhus och har varit van vid långa promenader. Då hon nu är beroende av rollator och inte orkar gå längre sträckor är hon hänvisad till kortare rullstolspromenader. Det har gjort att Ingrid ofta känner sig ledsen och missnöjd och sluter sig gentemot andra. När hon får hjälp att komma ut och får sällskap på promenader lever hon upp och pratar om allt omkring henne. Hon är också mycket skojfrisk och har en härlig humor som får utlopp när man är på tu man hand.

Sedan arbetet i trädgården kommit igång har hon blivit gladare och vill alltid ha reda på vad vi gör. Hon kan sitta i timmar och titta på och lyser hela tiden som en sol. Lite regn hindrar henne inte. Hon är mycket förundrad över hur vi orkar arbeta och har bara positiva omdömen om resultatet.

Ingrid har god kontroll över vad som växer i rabatterna och ser när det kommit något nytt. Om väder eller annat ställt hinder i vägen för henne att komma ut har hon suttit vid fönstret och tittat på vad vi gjort. Titt som tätt öppnar någon dörren och ropar: ”Ingrid un-

Ingrid känner oss som ”trädgårdsmästarna” och blir alltid lika glad när vi träffas. Hon har tingat en liten odlingslott i vår grönsaksbänk och ser fram emot att odla där till sommaren. Hon sade en dag när detta diskuterades att ”nu har jag fått så mycket att tänka på så nu vet jag inte vad!”.

## DISKUSSION

Ett äldreboende, oavsett inriktning är en värld för sig – hem för någon och arbetsplats för en annan. För en besökande kan det kännas främmande och ibland ledsamt att komma dit. Barn upplever ofta miljön skrämmande.

Även om varje person har sitt rum eller sin lägenhet bedrivs mycket av livet i de gemensamma utrymmena. På ett demensboende där det bor personer med olika demenssjukdomar och som dessutom kanske befinner sig i olika utveckling av sin sjukdom, blir utsattheten, risken för konflikter och utanförskap stor.

Vid ett somatiskt boende är skillnader i sjukdom och handikapp kanske mindre men de boende behöver för den skull inte ha mer gemensamt. Även här kan utanförskap och ensamhet råda.

Om det i anslutning till boendet finns platser där människor kan mötas och dela erfarenheter och glädjeämnen ökar möjligheten till förståelse för varandra. Personalen har möjlighet att upptäcka andra sidor hos de boende och se människan bakom sjukdomen.

Vi diskuterar här utifrån de huvudteman vi identifierat i den lästa litteraturen.

## Möten

Avgörande faktorer för att trädgården blivit en fungerande plats för möten mellan de olika människor som bor på eller har anledning att vistas på äldreboendet är följande:

- Tillgängligheten är god, båda avdelningarna har direkt utgång till den. Demensavdelningen har sin köksdel mot trädgården vilket är avgörande för att flera av de boende ska se och intressera sig för det som händer utomhus. Det kan också påminna om att det finns en trädgård att gå ut i (Wijk, 2004).

- Vi märker också att det blir mer intressant att gå ut om någon form av arbete pågår eller om det redan sitter någon vid trädgårdsbordet.

- Att både boende och personal känner trygghet i att utemiljön inte innebär fara för att falla eller att någon förrirrar sig bidrar till att de boende kan röra sig fritt och göra sina egna upptäckter och möten. Ett staket är därför inte en begränsning utan innebär frihet. Det ger också trygghet och en möjlighet att överblicka området (Dalenborg, 2003).

## Delaktighet och normalisering

I trädgården finns många tillfällen att mötas som människor runt ett arbete eller bara njuta

av den tillsammans. Genom att vi arbetat för att alla, både boende, anhöriga och personal ska känna sig delaktiga i trädgården och det som sker där kan vi märka en stolthet över den hos flera av de boende. De visar gärna upp den för besökare och uttrycker ofta glädje över att kunna gå ut i den. Att få vara rådgivande eller tillsammans lösa ett problem för människor samman i en gemenskap där skillnad i ålder, hälsa eller roll blir ointressant. Personalen har på så sätt upptäckt sidor hos flera boende som inte varit tydliga tidigare.

För några personer har trädgården varit mycket viktig, de har deltagit i arbetet i den eller samtalen kring den och visat stort intresse för det som skett där. Andra har mest betraktat arbetet på håll antingen från altanen eller inifrån. Funderingar kring växter mm har föranlett många middagssamtal.

## Hälsa och välbefinnande

De möjligheter trädgården gett till naturlig utevistelse och till att kunna umgås på ett otvunget sätt har utan tvekan bidragit till ökat välbefinnande hos såväl boende som anhöriga och personal.

De hälsobefrämjande effekterna är däremot svårare att bevisa, då studien inte innefattat exempelvis blodtryckskontroller eller konditionstester. Vi konstaterar dock att intresset för arbetet i trädgården lockat till naturlig rörelse och ett gladare sinne hos flera boende. Att motion och solljus motverkar benskörhet är väl känt (Norling, 2001) och vi kan därför hävda att tillgången till en trädgård haft betydelse ur hälsosynpunkt. En mer harmonisk nattsömn kan också bidra till bättre hälsa.

Den ökade närvaro och det förbättrade känsloläge vi kunnat märka hos flera av de boende tyder vi som effekter av den gemenskap trädgården gett. Rastlöshet och oro har också kunnat lindras genom att personen intresserats för någon aktivitet utomhus.

## Reminiscens

Hågkomster kan stärka identiteten och självkänslan. De bidrar till att personer med demenssjukdom kan känna sig mer närvarande och trygga, samtidigt som personalen lär känna dem bättre och får en ökad förståelse för dem (Westlund & Sjöberg, 2008).

Detta har vi haft i tanken när trädgården kommit till och använt oss av växter och föremål som kan väcka minnen. De boendes önskemål om växter har lett till minnen för dem själva och för andra som deltagit i samtalen. Man har funderat över de blommor man hade i sin egen eller i barndomen s trädgård.

Vi har sett hur ett äppelträd som planterats utanför en kvinnas fönster kunnat bidra till att hon funnit en mening med att komma ut och hur kontakten med personalen då blivit bättre. En man talar om sin fru och hur hon kokade gelé av rönnbären. Han saknar henne mycket. Den gamle hovslagaren grunnar över ett par hästskor och vi får en hastig glimt av det som var hans liv en gång.

Minnen har ofta lett till att vi fått ta del av historier ur livet. De inblickar vi då fått i



dessa människors liv har gett en ökad förståelse och en djupare respekt för dem.

Litteraturen talar inte så mycket om reminiscens, men väl om vikten av att känna sammanhang. För den som kan känna igen sig i ett föremål eller i en miljö ökar känslan av orientering i tid och rum (Sandberg, 2000)

## Traditioner

Traditioner och högtider följer oss genom livet. I unga år kan det vara förväntan inför bröllop och barndop eller helger som jul, påsk och midsommar. Den äldre kan känna vemod över tidens gång, men också glädje i att se hur gamla traditioner hålls levande. Högtiderna ramar in vårt år och de olika traditioner som förknippas med dem förenar gammal och ung. Det kan också bli lättare för den gamle att orientera sig i tiden när man talar om kommande högtider (Schmitbauer et al, 2005).

Inför olika högtider har vi samtalat om hur var och en brukat fira, om man haft några speciella traditioner och vilken mat som brukat serveras. Några av de boende har sina rötter i andra delar av landet och har då kunnat berätta om det som varit tradition där.

Trädgården har haft en roll i alla årets firanden, antingen man kunnat vara ute och ha kräftska eller som under julen när den smyckats med ljus och granris.

## REKOMMENDATIONER

I den litteratur som finns att läsa i ämnen som rör gröna miljöer för äldre framhålls nästan undantagslöst vikten av att trädgården planläggs och sköts av landskapsarkitekter, trädgårdsmästare och arbetsterapeuter med inriktning på grön terapi.

Med intresse och fantasi, någon kunskap om växter och odling, men främst kunskap om dem som ska använda trädgården, kan omvårdnadspersonalen själva anlägga en trädgård som kan bli en oas och mötesplats för boende på särskilda boenden.

Arbetet med att utveckla trädgården vid Almängs äldreboende fortsätter. Under kommande säsong vill vi förverkliga de idéer vi har om de olika trädgårdsrummen och utveckla fler aktiviteter i och omkring trädgården.

Det är en utmaning att skapa den tid som kan behövas, men genom att ta tillvara den naturliga viljan till utevistelse som vi märkt hos de flesta boende kan trädgårdens skötsel integreras i den dagliga livsföringen.

I en arbetsgrupp är det inte givet att alla kan känna samma engagemang och delaktighet med ett projekt som detta. Även om alla ser syftet med det kan ytterligare en arbetsuppgift kännas betungande. Det är därför viktigt att alla känner att de kan påverka utformningen av trädgården och komma med idéer om aktiviteter mm. Alla, både personal och boende, ska ha möjlighet att hitta sitt sätt att använda trädgården. Man måste dock acceptera att alla inte tycker att det är lika roligt.

Vi kommer ta kontakt med rehabteamet för råd om lämpliga arbeten som kan bidra till ökad rörlighet och bättre balans. Individuella program kanske också kan bli verklighet för den som behöver det.

Vi vill också verka för att det skapas fler tillfällen för människor att träffas. I arbetsgruppen finns redan idéer om fler mötesplatser och kontaktskapande aktiviteter som kan komma att fungera parallellt med trädgårdsaktiviteterna. Exempelvis finns framskridna planer på att starta en kaféverksamhet och hantverksgrupper som anknyter till traditioner och till vad naturen ger.

För att förmedla de kunskaper vi fått genom vår studie kommer vi ta emot studiebesök. Vi ska delta vid chefsmöten för att informera chefer för andra boenden om vårt arbete. På dessa sätt hoppas vi entusiasmera andra och kanske bidra till att det anläggs fler trädgårdar i kommunen.

Socialnämnden, socialchef och äldreomsorgschef är andra vi haft kontakt med och som vi hoppas kommer vara intresserade av resultaten av studien. Vi vill gärna plantera tanken om trädgården som mötesplats och identitetsskapare hos dem som planerar för äldreomsorgens framtid.

I samarbete med FoU Sjuhärad Välfärd skulle ett studiecirkelmateriale kunna tas fram och där kanske vi även kan få hjälp med kontakter för att sprida våra idéer.

## AVSLUTANDE KOMMENTARER

Det arbete vi gjort tillsammans med de boende på Almängs servicehus har på flera sätt öppnat ögonen på oss. Vi har mer och mer kommit att fundera på vilka dessa människor är och hur deras tillvaro påverkas av isolering och sysslolöshet. Hur påverkas man av att inte själv kunna välja sitt umgänge?

Ord har fått en ny innebörd. Framtid. Hopp. Förväntan. Fantasi. När dessa ord får mening verkar de i hela människan och det oväntade händer.

Hur ser vi på äldreboendet? Är det en mer eller mindre offentlig plats där man kan klampa in som man vill? Eller är det ett hem dit man kommer som gäst och därmed uppför sig som en sådan?

Man måste ta under noga övervägande hur studiebesök ska genomföras för att inte störa de boende. De får inte fräntas känslan av att trädgården är deras och att den är en skyddad plats, precis som trädgården vid det egna hemmet.

För dem som är beroende av rollator eller sitter i rullstol kan det vara svårt att ta sig ut på egen hand. Det är därför viktigt att personalen uppmärksammar detta så att ingen stannar inne för att inte vara till besvär. Det är också viktigt att de som inte kan uttrycka en önskan om att komma ut får möjlighet till det och också får hjälp att se sig om i trädgården.

Alla de positiva reaktioner vi fått från de boende och deras närstående, kollegor och chef, tillfälliga besökare och grannar gör oss övertygade om att de tankar vi haft om trädgården

## REFERENSER

- Dahlenborg, I. (2003). Trädgård - en möjlighet i all vård. Stockholm: Demensförbundet.
- Ekdahl M. & Kapusta, G. (2006). Känsla och mening i trädgården. Examensarbete 10 p. SLU Alnarp.
- Nilsson, G. (red.) (2009). Trädgårdsterapi. Studentlitteratur AB Lund.
- Norling, I. (2001). Naturens och trädgårdens betydelse för hälsa och livskvalitet. Göteborgs botaniska trädgård.
- Sandberg, K. (red.). (2000). Möjligheternas trädgård – en trädgård för alla, Hjälpmedelsinstitutet och Sveriges Utbildningsradio AB.
- Schmidtbauer P. & Grahn, P & Lieberg M. (2005). Tänkvärda trädgårdar. Forskningsrådet Formas, Stockholm.
- SvenskSjuksköterske Förening (2005), Strategi för kvalitetsutveckling av omvårdnad, SSF, Bromma Tryck, s13.
- Westlund, P. (2002). Socialt synsätt i äldreomsorgen. Emmaboda serviceområde. Fokus Kalmar län.
- Westlund, P. & Sjöberg, A. (2005). Antonovsky inte Maslow: för en salutogen omsorg och vård. Fortbildningsförlaget Stockholm.
- Westlund, P. & Sjöberg, A. (2009). Planera för mirakel. Arbeta salutogent, stärk kasam. Fortbildning i Stockholm AB.
- Wijk, H, red. (2004), Goda miljöer och aktiviteter för äldre. Studentlitteratur, Lund.



## FoU Sjuhärad Vårld

FoU Sjuhärad är ett kompetenscentrum för forskning och utveckling inom vårldsområdet och behovsgrupperna: äldre, funktionshindrade, barn och unga, människor med beroendeproblematik, familjer i utsatta situationer samt socialekonomiskt utsatta grupper.

Huvudmålet för verksamheten är att bidra till ökad samverkan mellan huvudmännen och ökad vårld- och omsorgskvalitet för behovsgrupperna genom att:

- genomföra utvecklings- och forskningsprojekt tillsammans med verksamheter, brukare och intresseorganisationer,
- stärka och utveckla samverkansformer mellan verksamheter, brukare och intresseorganisationer,
- förnya och utveckla arbetsmetoder och verksamhetsformer,
- sprida erfarenheter och resultat från forskning och utveckling,
- medverka till kunskapsbaserat arbetssätt.

Ägarpartners är kommunerna i Sjuhäradsområdet, Västra Götalandsregionen och Högskolan i Borås. Socialstyrelsen, ett stort antal frivilligorganisationer samt flera studieförbund stödjer även verksamheten.

FoU Sjuhärad Vårld administreras av Högskolan i Borås och finns även lokaliserad i högskolans lokaler. Läs mer om FoU Sjuhärad Vårld på webbplatsen [www.fousjuharadvalfard.se](http://www.fousjuharadvalfard.se). Där finns bland annat beställningsformulär för tidigare utgivna rapporter.



Besöksadress: Högskolan i Borås, Allégatan 1 Postadress: Högskolan i Borås,  
FoU Sjuhärad Vårld, 501 90 Borås. Tel. 033-435 40 00  
e-post: [fousjuharadvalfard@hb.se](mailto:fousjuharadvalfard@hb.se) webb: [www.fousjuharadvalfard.se](http://www.fousjuharadvalfard.se)