

# Trädgårdsrum Ekedal

Sinnliga upplevelser  
för människor med demens



**Gustav Beckman**

Uppsats för avläggande av filosofie kandidatexamen i  
Kulturvård, Trädgårdens hantverk och design

21 hp  
2012

Institutionen för kulturvård  
Göteborgs universitet



## **Förord**

Under tiden som trädgården tagit form är det några personer som betytt mycket för mitt arbete och som jag vill ge ett stort tack till. Den första person jag vill tacka och som utan tvekan har betytt mest för mitt arbete är Maria Henje, lärare vid Dacapo hantverksskola i Mariestad som varit min handledare. Maria har under mitt arbetes gång på alla tänkbara sätt varit ett sådant otroligt stöd och mentor, vilket jag så här i efterhand än mer inser vikten av. Hon har varit otroligt generös med tid och alltid funnits där då mina tankar trasslat ihop sig och idéerna tenderat att bli för omfattande. Många gånger har hon fått tillbaka mig på rätt spår och fått mig att tänka i enklare banor utan att resultatet på något sätt blivit sämre. Att förenkla kan innebära att förbättra, är något Maria lärt mig under tiden. Så Maria, tack för nya insikter! Evalena Öman landskapsarkitekt som varit min bihandledare och granskat mitt arbete. Tack för god hjälp! Jag vill även rikta ett stort tack till Birgitta Persson, demenssamordnare i Skövde kommun. Då Birgitta är väl insatt i ämnesområdet demens har hon varit till stor hjälp för att kritiskt granska hur jag anpassat funktionerna i trädgården efter dementa människors förutsättningar. Så tack Birgitta! Jag vill även tacka Christer Fällman, trädgårdsmästare vid Sinnenas Trädgård i Stockholm. Väl insatt i ämnesområdet demens och trädgård har han på ett konstruktivt sätt granskat faktainnehållet i min text. Så även ett stort tack till dig Christer! Sist men inte minst vill jag tacka min opponent Klara Holmqvist för ett oerhört noggrant, konstruktivt granskande av mitt arbete! Arbetet är skrivet under 2009 med slutliga korrigeringar och färdigställande under 2012.

Gustav Beckman Skövde 2012-04-04

## **Sammanfattning**

Jag har ritat ett gestaltungsförslag till en trädgård tänkt att kunna passa till en innergård, vilken ligger i direkt anslutning till ett boende för dementa och äldre människor utan demens. Innergården är en del av Skövdes gamla sjukhus Ekedal som ligger centralt i Skövde stad. Syftet med arbetet är att arbeta fram ett gestaltungsförslag till en trädgård på Ekedals äldreboende, anpassad för människor med demens, för äldre och för funktionshindrade, där trädgården ska ge stimulans för både sinne, intellekt och kropp. Trädgården är ritad för att stimulera minnet och våra olika sinnen såsom smak, känsel, doft, syn och hörsel. Därför är den uppbyggd som en hemträdgård med fruktträd, bärbuskar och färgglada blommor.

För att få kunskaper och idéer till min gestaltning har jag studerat tillgänglig litteratur inom området samt gjort studiebesök på Sinnenas Trädgård i Stockholm och Lilla Änggården i Göteborg. Informativ litteratur har funnits att tillgå där trovärdigheten är stor.

Jag tycker mig ha fått svar på de frågor jag ställde och arbetet har enligt mig själv teoretiskt sett, fallit väl ut. Att och varför trädgård och natur i allmänhet är så välgörande för oss som den är, har jag efter avslutat arbete fått större förståelse för. Jag hoppas att såväl studenter som läser detta arbete som övriga personer som på något sätt har med ämnesområdet att göra, kan inspireras och få idéer till andra projekt och trädgårdar.

## **Abstract**

This work is a proposal for an atrium directly connecting a house where elderly people with or without demensia live. The atrium is part of Ekedal, the old hospital of Skövde. The hospital is situated near the center of the town. The purpose with this work is to produce a design proposal for a garden adapted to people with demensia, elderly and handicapped, where they will find stimulation for soul and body.

The garden in the atrium very much speaks to the memory and our different senses such as taste, sense, smell, sight and hearing. Therefore it is built like a homelike garden with fruit trees, berry bushes and colorful flowers.

To gain knowledge and ideas for my work I have studied accessible literature in the field. Also I have made educational visits to Sinnenas Trädgård in Stockholm and Lilla Änggården in Gothenburg. Informative literature, where the credibility is high, has been easily accessible.

I think I have found answers to my questions and this work has according to me been successful. Why gardening and nature as a whole is so salutary to us as it is, is after finishing this work more understandable to me. I hope that both students and others who read this work and have connection to this area, can be inspired and have ideas for other projects/gardens.

# INNEHÅLLSFÖRTECKNING

<b>INLEDNING</b>	<b>1</b>
<b>BAKGRUND</b>	<b>1</b>
<b>Forskning om betydelsen av trädgård för hälsa</b>	<b>2</b>
Betydelsen av väl anpassade och tillgängliga grönområden för äldre	3
Nyttan av trädgård för läkande syfte	5
<b>Vad är demens?</b>	<b>6</b>
<b>Våra sinnens betydelse för äldre och människor med demens</b>	<b>7</b>
Färguppfattningens betydelse för äldre och människor med demens	7
Luktsinnets betydelse för äldre/ människor med demens	7
Minnets betydelse för äldre/människor med demens	7
<b>Särdrag och skillnader i trädgård för äldre och trädgård för dementa</b>	<b>8</b>
Trädgård för äldre människor på institution	8
Trädgård för människor med demens	8
<b>Problemformulering</b>	<b>10</b>
<b>Syfte</b>	<b>10</b>
<b>Frågeställningar</b>	<b>11</b>
<b>Avgränsning</b>	<b>11</b>
<b>METOD</b>	<b>11</b>
<b>Nulägesanalys och modellbygge</b>	<b>11</b>
<b>Skugganalyser</b>	<b>12</b>
<b>Intervjuer och enkät</b>	<b>16</b>
<b>Studiebesök</b>	<b>16</b>
<b>Gestaltningförslag</b>	<b>16</b>
<b>GENOMFÖRANDE</b>	<b>16</b>
<b>Sammanfattning av nulägesanalysen</b>	<b>16</b>
Lägesbeskrivning	16
Funktion	16
Platsen och rumslighet	17
Klimatförhållande	18
Växtlighet och markbeläggning	18
<b>Sammanfattning av intervjuer och enkät</b>	<b>20</b>

<b>GESTALTNINGSFÖRSLAGET</b>	<b>21</b>
<b>De olika rummen</b>	<b>22</b>
Österbo korttid	24
Dagvården	24
Dagvård och korttid gemensamt	24
Österbo långtid	25
Hjärtat, trädgårdens mittpunkt	25
<b>DISKUSSION</b>	<b>33</b>
<b>SLUTSATS</b>	<b>34</b>
<b>KÄLLFÖRTECKNING</b>	<b>35</b>

## INLEDNING

Listan på naturens positiva effekter på vår hälsa såväl fysiskt som psykiskt kan göras lång. Att vistelse i trädgård är bra för oss är nog de flesta medvetna om, men varför är naturen eller trädgården så viktig för oss? Vilka är de bakomliggande orsaker som gör att vi mår så bra av vistelse i dessa miljöer? Varför mår vi så mycket bättre av att ta en promenad i ett naturområde jämfört med att gå i staden? (Myhr 2007, s. 27). Denna studie kommer att visa på de positiva effekterna av vad en trädgård kan göra för människan och därefter kommer ett gestaltungsförslag att ges, vilket är anpassat till äldre människor och människor som har demens. Ämnet är aktuellt därför att Skövde kommun arbetar med att anpassa utemiljön vid sina äldreboenden. I detta fall har jag fått möjligheten att gestalta en innergård på äldreboendet Ekedal som ligger i centrala Skövde.

Med mitt arbete hoppas jag kunna inspirera andra att tänka i nya banor och förändra. Jag hoppas att arbetet kan vara praktiskt användbart för alla som på något sätt berörs av detta ämne i sitt yrkesliv samt för andra studenter i deras arbeten.

## BAKGRUND

Trädgård för terapeutiskt bruk är inte något nytt påfund. Inte bara i nutid utan även tidigt i historien har trädgården haft stor betydelse för människans välmående, något som Hobhouses beskriver i sin bok Trädgårdskonstens historia 3000 år (Wahlgren 2006, s. 8). Grahn skriver om filosofen Epikuros (341-270 f Kr) vars lära länkade samman trädgård och hälsa (Schmidtbauer 2005, s. 128).

Åtskilliga forskningsresultat visar på hur viktig naturen är för vår hälsa. De positiva effekterna av att vistas i denna gröna miljö är många. Bättre sömn, bättre minne, bättre koncentrationsförmåga, minskad ångsla och smärta är bara några av alla fördelar naturen ger (Jernberg 2001, s. 23,37). Förutom det grönas betydelse för vår allmänhälsa hos individer i alla åldrar, har grönområden inom nära avstånd till bostaden stor betydelse för äldre människor. Denna målgrupp har oftast på egen hand svårare att ta sig ut till grönområden. För att kunna tillgodose även deras behov är det viktigt att närmiljön är bra utformad och lätt tillgänglig (Wijk 2004, s. 152-153).

Forskning visar på att kostnaderna för sjukhusvård och tiden det tar för en patient att tillfriskna kan förkortas och mängden smärtstillande minskas om patienten har en grön miljö att blicka ut mot, i motsats till om utsikten består av exempelvis en tegelvägg, vilket ger låg stimulans (Jernberg 2001, s. 27). Eftersom många av oss förr eller senare blir så pass gamla att vi inte längre kan bo kvar hemma utan kanske mer eller mindre blir tvungna att flytta till boende med nya människor som vi själva inte har valt att ha omkring oss, och där den egna trädgården inte längre finns att tillgå, blir den gröna närmiljön än viktigare (Myhr 2007, s. 43-44). Yvonne Westerberg, initiativtagaren och drivkraften bakom Sinnenas Trädgård vid äldreboendet i Sabbatsbergsbyn i Stockholm har som motto att *leva tills man dör*.

*”Livet måste vara innehållsrikt och stimulerade även när man inte längre kan klara sig i sitt hem utan tvingas flytta till en institution” (Schmidtbauer 2005, s. 54)*

### **Forskning om betydelsen av trädgård för hälsa**

Ulla Myhr (2007, s. 15-19) sammanfattar i sin bok *Utemiljö och hälsa* olika sätt att se på betydelsen av trädgård och hälsa enligt Bengtsson (2003), Brown och Grant (2005), och Ulrich (1993).

Naturen har stor betydelse för vår hälsa, vilket har framkommit i tidigare forskningsstudier. Naturen påverkar oss starkt. Den påverkar oss på många sätt, ofta utan att vi medvetet reflekterar över det, och bidrar till människors hälsa. Detta kan ses på olika sätt. Enligt Bengtsson kan de välgörande effekterna delas upp i tre olika områden. Påverkan av ljus, luft och temperatur, påverkan av miljö och påverkan av aktivitet. Ljuset luften och temperaturen är faktorer som har med vårt fysiska tillstånd att göra, exempelvis att solljuset ger bättre nattsömn. Vår omgivande miljö, såsom inomhusmiljö, vår gröna utemiljö, påverkar oss människor och ett enkelt sätt att få bättre hälsa är att ha utsikt genom ett fönster mot naturmiljö. Aktiviteten kan innefatta allt ifrån att bara vara i naturmiljö till hårt fysiskt arbete (Myhr 2007, s. 15-16).

Brown och Grant menar även de på att de välgörande effekterna på vår hälsa kan delas upp i tre områden och anger samma källor som Bengtsson. Men de inbegriper även ekosystemet som en faktor. Myhr menar dock att detta är långsökt, då ekosystemet med alla livgivande processer är en förutsättning för vår existens på jorden. Vid sidan om detta domineras forskningen idag av två olika teorier om varför vi mår så bra av att vistas i naturen. Teorierna behandlar i första hand den mentala hälsan och ter sig olika, men lägger båda tonvikten på naturens positiva effekter för vår allmänna hälsa (Myhr 2007, s. 16-17).

Den ena teorin är utarbetad av Roger Ulrich, professor i miljöpsykologi i USA. Teorin han lägger fram baseras på att människan dras till miljöer som för ”urtidsmänniskan” var gynnsamma och som innebar att möjligheten att överleva i dem var stor. Enligt Ulrich har människan sedan urminnes tider attraherats av savannliknande miljöer. Denna miljö med sina trädgångar, vattenhål, lagom öppna terräng och rika tillgång på föda skapar lugn och harmoni inom oss. Den verkar avstressande och får oss att säga ”ladda batterierna”. Även miljöer som innehåller vatten ger oss denna känsla då vatten ger oss dricksvatten, föda, samt vinster i form av skydd och försvar (Myhr 2007, s. 17-19).

Forskarparet Rachel och Stephen Kaplan vilka båda är professorer i miljöpsykologi i USA, har utformat en annan teori om miljöers betydelse för vår hälsa. Deras frågeställning och det de ville undersöka var vad som ligger bakom de miljöer vi mår så bra av att vistas i. Är naturen så kraftfull som man kan tro? Frågan är noga genomarbetad då deras forskning i ämnet är dokumenterad under tjugo år (Jernberg 2001, s. 22).

Människan har enligt Kaplans två typer av uppmärksamhet. Dels den spontana uppmärksamheten som används när vi registrerar händelser utan att vi lägger någon koncentration bakom det, såsom när löven prasslar när vi går eller när en bil kör förbi oss. Den andra uppmärksamheten, den riktade koncentrationen används då vi måste använda större tankeverksamhet, exempelvis vid studier, schackspel och frågesport. Den riktade



koncentrationen tar mycket energi ifrån oss och har dessutom en begränsad kapacitet. När koncentrationen börjar tryta kan detta få konsekvenser i vardagen såsom att vår beslutsfattande förmåga försämras, vi har svårare att följa beslut, vi blir lättare irriterade, har svårare att klara av att umgås med andra människor, vi tar chansartade beslut, och så vidare. För att hushålla med sin energi är människan anpassad att leva i naturen. I naturen används den spontana uppmärksamheten till största delen, vilket gör att våra sinnen kan vila och återhämta sig till skillnad ifrån till exempel en större stad där den riktade koncentrationen till största delen används (Grahn 1999, s. 28).

Den återställande miljön som naturen är, där den spontana uppmärksamheten står för de flesta intrycken, och där den riktade koncentrationen får chans att vila sig är viktig för vår återhämtning, inte minst då vi under längre tid har varit tvungna att använda vår riktade koncentration. Kaplans har funnit fyra olika kännetecken för en återställande miljö. Alla dessa miljöfaktorer gör nytta för både det psykiska och det fysiska välbefinnandet.

1) Being away- att vara på annan plats

Att förflytta sig till annan plats, antingen långt bort eller bara alldeles nära bostaden för en kortare eller längre tid, får oss att slappna av och släppa alla krav och måsten för en tid.

2) Extent- omfattning

Storleken på den miljö vi vistas i är viktig för vårt välbefinnande. Likaså att det finns något att utforska i miljön vi vistas i. Att det finns rymd omkring oss, oavsett om vi befinner oss på Gotlands allvar eller i en radhusträdgård.

3) Fascination

När vi vistas i naturen påverkas vi positivt, då vi omedvetet använder oss av den spontana uppmärksamheten. Alla intryck såsom fåglars sång, suset i träden, ljudet då vi trampar på en gren, vädrets skiftningar, stimulerar våra sinnen, får oss att slappna av och ”rensa hjärnan från tankar”.

4) Compatibilty - förenlighet

”När man är äldre och inte längre lika rörlig blir miljön närmast bostaden viktig; entrén till bostadshuset, uteplatsen, balkongen och utsikten från fönstren. En skön sittplats, en perennrabatt eller annan plantering vid entrén ger både något att sköta och vackert att titta på, och ger entrén en identitet genom att den markerar vem som bor där och gör att man lätt hittar (Jernberg 2001, s. 25 ).

### **Betydelsen av väl anpassade och tillgängliga grönområden för äldre**

Patrik Grahn är professor i landskapsarkitektur och forskar vid fakulteten för landskapsplanering, trädgårdsvetenskap och jordbruksvetenskap i Alnarp (Ottoson och Grahn 1998, s. 3). Han är idag landets främste forskare inom sitt område. I flera rapporter har han dokumenterat hur såväl gamla som unga på institutioner och daghem använder och upplever den gröna miljön (Movium 2007). I sin studie ”Att uppleva parken. Parkens betydelse för äldre, sjuka och handikappade skildrade genom dagböcker, intervjuer”, fick Grahn fram intressanta fakta som styrker naturens betydelse för vårt välbefinnande. Genom att låta försökspersoner vid pensionärsföreningar, sjukhus med flera, skriva dagbok och sedan utvärdera resultaten fick Grahn fram intressanta belägg för att utemiljön är viktig.

Sammanfattningsvis visade det sig att vistelsen utomhus gav positiva effekter på både den fysiska och psykiska hälsan hos patienterna. Från att vissa inte hade velat gå ut självmant blev många som förbytta när de kom ut (Jernberg 2001, s. 32-33).

*"Inte vid något tillfälle (enligt dagböckerna) ledde besök i parker till att patienterna blev misslynta utan de blev pigga, skärpte sig och berättade om sig själva."* (Jernberg 2001, s. 34).

*"Och likaså alla patienter som är oroliga och man sätter haklapp på, som dräller kaffe och skakar. När de kommer ut är de som vilka människor som helst. De beställer själva och talar om hur de vill ha det. Tar socker själva och bestämmer hur många bitar de vill ha. Fast det annars brukar ordnas av personalen."* (Jernberg 2001, s. 33).

Anledningen till dessa skiftningar i humör mellan vistelse inne och ute, kan förklaras på så sätt att den boende som agerar på detta sätt helt enkelt lider av en depression, då personen i fråga, från att ha levt och klarat sig själv i sitt eget hem, nu tvingas bo tillsammans med andra i en ovan miljö vilket vederbörande inte har valt själv, och knappt kommer utanför dörren. Men det kan lika gärna handla om en inledande demens hos den äldre (Wijk 2004, s. 147). Äldre som hamnar på sjukhus ges ofta en identitet av bräcklig och sjuk. Men genom att vistas i naturen främjas jagutvecklingen. Naturen vi vistas i stimulerar alla våra sinnen på ett helt annat sätt än vad vår innemiljö kan göra (Jernberg 2001, s. 34-35).

Att den gröna utemiljön generellt sett är viktig för äldres välbefinnande är nu klargjort. Men för att de äldre ska ta sig ut är tillgängligheten och utformandet viktigt. Att trädgården är väl anpassad och ligger nära inpå boendet, är av största vikt för att de äldre ska komma ut. Om den omgivande gröna utemiljön är av dålig natur, tas de boende heller inte med ut på utflykter till bra grönområden i samma utsträckning som på de platser där den gröna närmiljön är bra utformad. Anledningen till detta är att personalen på de boenden där närmiljön är av dålig natur, helt enkelt inte ser hur viktigt det är för de gamla med utflykter och vistelse i den gröna utemiljön. Rutinerna blir därefter med låg prioritet på utflykter och kläder för utevistelse (Jernberg 2001, s. 34). Enligt Wijk (2004, s. 153) blir betydelsen av den närliggande gröna miljön större ju svårare man själv har att ta sig ut, eller om det finns stort hjälpbehov. Den närliggande gröna miljön, en trädgård eller park i nära anslutning till boendet, har förutom betydelsen av fysisk rekreationsplats även en stor betydelse visuellt. Det är viktigt att grönområdet syns när man kommer till boendet men också inifrån, helst inifrån så många rum som möjligt. Syns trädgården inifrån är det lättare att lockas ut, eller att bara ha trädgården att åskåda och visuellt ändå ta del av de positiva effekter den ger. Enligt Nyquist Brandt (2007, s. 10) kan omgivningen vi vistas i, göra oss handikappade, eftersom det först är när vi stöter på ett hinder som vi "blir" handikappade. Är miljön anpassad efter brukaren innebär det att personen inte är funktionshandikappad i detta avseende.

Vid sidan om den gröna ytermiljöns allmänna välgörande effekter på oss har naturen positiv inverkan på andra sätt. I de situationer i livet när vi upplever en kris, är sjuka eller av någon annan anledning inte är lika starka som vanligt, blir djur och naturen med dess helande beståndsdelar än mer viktigt för oss. Kontakten med dessa, kan ha stor betydelse då vi av olika anledningar är i kris och behöver ha en stabil och förlåtande omgivning omkring oss. Relationen med döda ting som exempelvis en sten, är den enklaste av alla

möten på det sätt att stenen är väldigt förlåtande. Du kan skrika åt stenen, spraka på den, vara arg på den utan att den sviker dig eller blir arg tillbaka. Ett djur, exempelvis en hund är också väldigt förlåtande. En människa däremot gör det hela lite mer komplicerat. Det är därför som naturen är så läkande för oss och viktig i en krissituation då vi behöver en stabil omgivning som inte ger vika (Grahn 1999, s. 27).

*”Stenarna och stenhällen fick honom att minnas sina stenar och berg i barndomen. De kändes som gamla vänner som utstrålade lugn. Han ville vara ensam med stenen, som kunde ta emot hans sorg.”* (Jernberg 2001, s. 36).

Naturområden, trädgårdar och parker kan bekräfta en människas identitet på ett positivt sätt, i synnerhet en gammal människa som varit med om mycket. Genom gamla växter som ger den åldrade människan minnen, kan denna/denne börja berätta om sitt liv och öppna upp sig. Naturen ska enligt denna hypotes, som fysisk plats ha en betydelse för människans identitet. Den ger en känsla av glädje lycka och liv. Genom miljön blir patienten bekräftad, som människa, som den hon/han känner sig vara. Denna känsla av identitet kan ha många minnen ifrån olika tider i livet. Allt ifrån barnåren till senare i livet (Wijk 2004, s. 150).

### **Nyttan av trädgård för läkande syfte**

Beroende på vad målsättningen och syftet är med verksamheten som utövas i trädgården kan den bedrivas på olika sätt. Alla med målet att främja välbefinnande och hälsa, men med olika perspektiv. Dessa är upplevelsebaserat perspektiv, aktivitetsperspektiv samt rehabiliterande perspektiv (Jernberg 2001, s. 90).

#### Upplevelsebaserat perspektiv

Här finns möjligheten att bara "vara" utan några måsten och krav. Trädgården bjuder på sinnlig stimulans och tid för eftertanke samt reflektion. Upplevelsen kan delas med andra eller vara enskild (a a).

#### Aktivitetsperspektiv

I trädgården kan det skapas meningsfulla sysselsättningar och aktiviteter, under alla årstider, även då det inte är odlingsäsong. Det går att anpassa aktiviteterna efter olika individers olika förutsättningar (a a).

#### Rehabiliterande perspektiv

Träning i trädgården i form av anpassade arbetsmetoder kan ges som en form av systematisk färdighetsträning av nedsatta funktioner oavsett, om det handlar om psykiska, fysiska, sociala eller kognitiva anledningar (a a).

## ***Vad är demens?***

Demens är inte någon sjukdom i sig utan är ett samlingsnamn på en rad olika symptom orsakade av hjärnskador. Demens kan orsakas av att hjärnceller börjar dö på ett sätt som inte är naturligt. Vid dessa sjukdomar kommer symptomen smygande och förloppet går långsamt, då skadan i hjärnan sprider sig. Alzheimers sjukdom är ett exempel på detta symptom. Vid så kallad blodkärlsdemens ger blodproppar eller blödningar upphov till blockeringar av syretillförseln till hjärnan. Symptomen kommer då snabbt och med besked.

Demensen kan visa sig på olika sätt beroende på vilken del av hjärnan som drabbas (Demenscentrum 2008 (A)). Vid demens drabbas våra kognitiva förmågor som har med vårt intellekt att göra, såsom vårt tal, skrivkunskapen och minnet. Men även andra förmågor såsom kroppsliga, psykiatriska och beteendemässiga kan påverkas av demensen (Demenscentrum 2008 (B)).

Ett kroppsligt symptom som kan visa sig vid demens är att vandra oavbrutet. Det andra symptomet är när personen upprepar handlingar såsom att öppna och stänga dörrar (Demenscentrum 2008 (C)). Orienteringsförmågan kan vid demens försämrats vilket leder till att den drabbade kan gå vilse i vana miljöer som annars är lätta att hitta i, till exempel bostaden. Även kontrollen över den egna kroppen är något som blir besvärligare vid tilltagande demens. Personen kan missa objekt som soffkanten och sätta sig på golvet framför soffan istället (Demenscentrum 2008 (D)).

Vid tilltagande demens, eller medelsvår demens är det vanligt att den dementa personen tappar inlärd förmågor som tidigare varit självklart för denna/denne, exempelvis att duka bordet (Demenscentrum 2008 (E)). Vid medelsvår demens kan även förmågan att tolka sinnesintryck försämrats. Till exempel kan den drabbade stoppa saker i munnen som inte är ätbara ting. Exempelvis färgglada plastknappar i tro om att det är godis (Demenscentrum 2008 (F)).

Det finns gemensamma drag som tillhör sjukdomsförloppet hos den som drabbats av demens oavsett vilken demenssjukdom det handlar om. Det dementa beteendet karakteriseras av en intellektuell funktionsförsämring, minnesstörning, avtagande närminne samt försämring av det abstrakta tänkandet. Även omdömet och personligheten är något som försämrats, liksom tidsuppfattningen som försämrats tidigt under sjukdomens gång. Den drabbade får efter hand allt svårare att känna igen personer och föremål. Orienteringsförmågan i tid och rum försämrats, liksom sinnesintryck via syn och hörsel. Att genomföra viljemässiga, planerade och kontrollerade handlingar blir svårare för den drabbade. Förmågan att visa känslor är även något som försvagas (Westlund 1991, s. 8).

För en människa med diagnosen demens medför detta fler ”svårigheter” att klara av det vardagliga livet. Med de funktionsnedsättningar som den drabbade lider av påverkar detta förmågan att tolka omgivningen på ett riktigt sätt. Vardagliga aktiviteter kan bli svårare att genomföra än de tidigare varit. Den drabbade kan även bli mer beroende av andra, och detta kan i sin tur ge negativa olustkänslor som kan ge sämre självförtroende och engagemang. Saker som förut har varit självklart kan plötsligt bli till stora utmaningar. Sysslor som att gå och handla, hitta i hemmet, eller att komma ihåg vart man lagt saker och ting (Wijk 2004, s. 42-43).

## ***Våra sinnens betydelse för äldre och människor med demens***

När våra sinnen mer eller mindre mattas av i takt med att vi blir äldre, är det viktigt att de försvagade sinnen kompenseras med starka attribut såsom växter i starka färger, doftande växter, tydliga ljudsignaler, såsom porlande vatten. Nedan har jag sammanställt vad jag hittat och tyckt varit av intresse för mitt ämnesområde och för mitt arbete med trädgården.

### **Färguppfattningens betydelse för äldre och människor med demens**

Trots hög ålder och demenssjukdom visar det sig att vårdmiljöns färgsättning är av stor vikt för de boende. Färg kan användas i såväl trädgården som i övriga vårdutrymmen för att skapa kontraster och vägledning åt både människor i hög ålder samt människor med demens. Speciellt vid demens är färgkontraster viktigt, då orienteringsförmågan och minnet sviktar. Med hjälp av färg i skarpa kontraster kan den boende lättare vägledas i miljön och urskilja föremål lättare, exempelvis var soffkanten tar slut i förhållande till golvet. När det gäller skarpa kontraster i markbeläggningen skall detta ändå undvikas därför att olikheter kan av den dementa uppfattas som ett hinder. Signalfärger, det vill säga en skarp färg som indikerar var ett föremål befinner sig, exempelvis en röd gul bänk mot ett grönt buskage, är något som kan användas i miljön för att stödja orienteringsförmågan. Men färgintrycken får inte bli för många, vilket kan leda till förvirring. Med hjälp av dessa kontraster skapas också ett oberoende för den boende som gör det lättare för henne/honom att klara sig i miljön som denne vistas i. Rött och gult är de färger som gamla/dementa har lättast att urskilja, medan nyansen blått och grönt är svårare att särskilja. Vidare menar Wijk att äldre/dementa har lättare för att se ljushetsskillnader färger emellan, än skiftande färgstyrka och färgton (Wijk 2004, s. 46-53).

### **Luktsinnets betydelse för äldre/ människor med demens**

Doftsinnen kan inom vården vara ett hjälpmedel till att i positiv riktning ändra sinnesstämningen och beröra minnet. Allmänt sett är upplevelsen av dofter opåverkad av ålder. Förmågan att uttrycka doftförnimmelsen i ord påverkas dock starkt negativt med stigande ålder, likaså att ha förmågan att minnas en doft. Förmågan att känna dofter vid stigande ålder varierar mycket individer emellan, och försämras vid exempelvis Alzheimers sjukdom, alltså en form av demens (Wijk 2004, s. 95-97). Våra luktaktiverade minnen formas i 1-10 års ålder, vilket är ett skäl till att arbeta med våra olika sinnen såsom bland annat doft i trädgården (Wijk 2004, s. 102-103).

### **Minnets betydelse för äldre/människor med demens**

Äldre har generellt sett lättast att plocka fram så kallade självbiografiska minnen ifrån åren då de var 15-30 år. Att väcka de äldres självbiografiska minnen till liv är möjligt genom att utsätta personen för ord, bilder och/eller lukter och på detta sätt åstadkomma detta (Wijk 2004, s. 101-103).

Följande exempel är tagen ur en artikel publicerad i Dagens Nyheter och hämtad ifrån: <http://www.dn.se/DNet/jsp/polopoly.jsp?d=531&a=548580>

*”En bit därifrån rensar trädgårdsmästare Christer Fällman i rabatterna. Han ansvarar för Sinnenas trädgård. En dag i början av maj stod han och tjärade hampahandtag på*

kompostlocken. På en bänk intill satt en dement kvinna och blundade. Hon upprepade att "jag vill hem till Essingevägen, jag vill hem till Essingevägen".

– Då stack jag mina tjärdoftande händer under näsan på henne och sa "känn på det här!" Det var som om hon för några ögonblick lämnade sin demens. Hon öppnade ögonen och började berätta om livet på bondgården där hon hade vuxit upp. Hon beskrev hur härligt det var när pappan tjarade in olika saker på våren.

- Jag vet inte om det var för mig hon berättade eller sig själv. Men hon mindes och hon mådde bra av att minnas, säger Christer Fällman".

## **Särdrag och skillnader i trädgård för äldre och trädgård för dementa**

### **Trädgård för äldre människor på institution**

Vid gestaltandet av en trädgård för äldre människor finns det en del generella saker att tänka på som gör trädgården mer användarvänlig och intressant att vistas i för brukaren. Vatten som med sitt livgivande inslag stimulerar våra sinnen på många sätt, är ett viktigt och uppskattat inslag i trädgården. En omgärdad plats som en berså, vilken ger lä, är en viktig del i trädgården. Den skyddade platsen där brukaren kan sitta ensam skapar en självständighet och ett oberoende, vilket är bra för denne. Lövtaket i detta exempel en pergola skapar en del skugga och ger ytterligare dimension åt rummet. Kullen utgör en lokaliseringpunkt, vilket kan vara bra för att ytterligare hitta i omgivningen. För att alla ska kunna ta del av trädgården och trivas i den, är det viktigt att alla fyra förhållanden: vind, lä, sol och skugga finns representerade.

Blommor och buskar är viktiga inslag i trädgården. För att alla, även rullstolsburna ska komma åt att dofta, känna och se på växterna är upphöjda bäddar en bra lösning. Även upphöjda planteringsbäddar är att föredra. Väl placerad belysning längs vägar och sittplatser ökar framkomligheten, och trygghetskänslan. Ett plant underlag utan ojämnheter, lutningar och kanter är också viktigt för framkomligheten och trygghetskänslan. För maximal framkomlighet är asfalt det material som av många pensionärer anses bäst, medan även plattor och stensmjöl ger en plan och lättanvänd yta. Viktigt att tänka på när det gäller sittplatser och bord, är att soffan antingen är tillräckligt tung eller också fastskruvad i underlaget så att den inte välter då man ska stödja sig mot den. Även lämplig höjd på bord och soffa är viktigt. Skulpturer och statyer ska användas med försiktighet då de kan ge negativa associationer (Wijk 2004, s. 164-165).

### **Trädgård för människor med demens**

En trädgård anpassad efter en dement människas förmåga och begränsningar behöver vara utformad en aning annorlunda än en "vanlig" trädgård. Stor vikt måste läggas vid att ge den dementa möjligheten att kunna orientera sig i miljön, och på det sättet göra denna tydlig. Det är viktigt att distraherande intryck inte når in i trädgården då dessa kan bidra till oro hos brukaren. Precis som vid en trädgård anpassad för äldre är det viktigt att trädgården, förutom det extra hänsynstagandet en demenssjuk behöver, är uppbyggd på samma grund som en trädgård passande för äldre människor (Wijk 2004, s. 166-169). Nedan följer ett antal viktiga punkter vid utformandet av en trädgård för människor med

demens, sammanställda av folkhälsoinstitutet. Eftersom en demenssjuk person lättare förvillar bort sig, är dessa punkter till hjälp för orienteringsförmågan hos den sjuka personen (Folkhälsoinstitutet 2004, s. 63-65).

### Stigar

När det gäller stigens utformning är det viktigt att den har en tydlig början och slut. Längs med stigen ska det finnas intressanta upplevelser och delmål. För att minska vandringsbeteendet som är vanligt i samband med demens, är det viktigt att det finns delmål på vägen som kan fånga vandrarens uppmärksamhet och bryta beteendet. Det är viktigt att kunna beröra växterna, för att även få den dimensionen. Syftet med stigen är även att den ska skapa en länk mellan olika aktiviteter, och alltså på detta sätt skapa en meningsfull promenad, som bryter det negativa mönstret (a a).

### Platser

För att människor med olika behov ska kunna hitta en passande plats i trädgården, behövs det rum där det både är möjligt att vistas tillsammans och vara i avskildhet. För att en plats ska bli meningsfull för besökaren är det viktigt att det tydligt framgår vad den ska användas till och hur man ska bete sig på platsen. Viktigt för vilan är att det finns pausplatser längs vägen, där brukaren kan ta igen sig innan denna fortsätter promenaden. Symboliska platser som kan anknyta till minnen av natur eller kultur kan vara stimulerande för användaren. Ting att kunna känna på och se på stimulerar till aktivitet (a a).

### Landmärken

För möjligheten att den demenssjuke på ett lätt sätt ska kunna orientera sig i miljön är det viktigt att det finns så kallade landmärken i miljön. Platser eller objekt som syns under promenaden, men också stora objekt som syns ifrån alla delar av trädgården, såsom flaggstången, ett speciellt träd. Dörren in tillbaka till byggnaden är en viktig trygghetsmarkör (a a).

### Noder

Noder är mötespunkter i trädgården som innebär att stigarna antingen korsas eller att en stig löper ut ifrån en annan. För att förenkla för användaren att förstå, är det bra om noderna får olika karaktär. Dessa noder kan bli delmål under vägen. För att brukaren ska förbli lugn och trygg är det viktigt att stigen inte innehåller för många korsningar och avtagsvägar (a a).

### Gränser

För att skapa en så trygg miljö som möjligt för den dementa människan, är det viktigt att gränsen mellan trädgården och den omgivande miljön är tydlig. Upplevs miljön som trygg, används den också i högre utsträckning. Behövs en grind, skall den vara låst och ej synbar. Om staket eller liknande används är det viktigt att det är så pass högt att ingen av brukarna ska kunna klättra ut samt att det inte är synbart, då det kan upplevas som att brukaren är inlåst. För att dölja t.ex. staketet, kan med fördel en häck att planteras innanför. Finns det många störande objekt utanför trädgården, bör sikten skymmas för att inte distrahera brukaren. Olika gränser inom trädgården bör dock fortfarande finnas för att förenkla för användaren (a a).

### Vyer

För att locka brukaren ut i trädgården, och att skapa ett intresse att vilja gå ut är det viktigt att naturen inifrån är tilltalande och lockar samt väcker ett intresse. Väl ute i trädgården skapar de olika objekten nyfikenhet, och för besökaren vidare runt. Om utsikten inifrån trädgården ut mot omgivande landskap är lugn och harmonisk är denna utsikt bra (a a).

### Möbler

För att helhetsstrukturen skall bli så tydlig som möjligt och användningen självklar, är det viktigt att den fasta möbleringen, belysning och planteringar placeras strategiskt uttänkt. Så länge flyttbara möbler inte bryter helhetslösningen kan dessa vara bra att använda (a a).

### Planteringar

Att ha växter i trädgården är viktigt för att stimulera alla våra sinnen och för att spegla årstidsväxlingarna. Att inte låta trädgården domineras av vintergröna växter är viktigt, då årstidsväxlingarna uteblir och det blir svårare för den demenssjuka att förhålla sig i tid. Det är viktigt att miljön inte hyser giftiga växter (a a).

### Symboliska ledtrådar

De symboliska ledtrådarna är objekt som brukaren känner igen. Tingen som till exempel en huggkubbe och en hög med ved kan skapa minnen. Objekten kan ge associationer till minnen av aktiviteter, stödjande tids och platsorienteringen samt härleda till andra minnen. Tingen hjälper den dementa att förhålla sig till miljön (a a).

## ***Problemformulering***

Eftersom trädgård är viktigt för människans hälsa, finns det anledning att utveckla en trädgård som ger äldre, funktionshindrade och dementa en bra utemiljö att vistas i. Eftersom Ekedals äldreboende har en trädgård med central placering som idag av många anses som tråkig och intetsägande, kommer brukarna få mycket glädje och nytta av en ny ändamålsenlig trädgård. I samband med att omgivande byggnader rustas upp och ges plats för fler människor kommer platsens betydelse öka än mer.

Min egen bedömning av platsen som ett potentiellt framtida trädgårdsrum är att det finns stora möjligheter att utveckla en väl fungerande trädgård. Motivet att anlägga en trädgård såväl som underlaget/antalet människor som kommer att använda platsen finns där. Efter tilljämning av den nu alltför ojämna ytan finns alla möjligheter att skapa ett väl fungerande trädgårdsrum.

## ***Syfte***

Syftet med arbetet är att arbeta fram ett gestaltningsförslag till en trädgård på Ekedals äldreboende, anpassad för människor med demens, äldre och för funktionshindrade, där trädgården ska ge stimulans för sinne, intellekt och kropp.



## ***Frågeställningar***

På vilket sätt ska anläggningen användas? Rekreation, sinnesträning och/eller vila?

Hur ska trädgården vara uppbyggd? Olika avskilda rum eller en sammanhängande enhet?

Vad ska trädgården innehålla med avseende på möblering, fasta objekt, markmaterial och växtmaterial?

Hur skapas skugga på bästa möjliga sätt, då innergården på sommaren blir väldigt varm?

Hur utnyttjar/arbetar jag med den skugga/ljus som råder på platsen, då detta har viss betydelse för min gestaltning?

Hur ska mötet ute och inne lösas?

## ***Avgränsning***

Fokus kommer att ligga på anläggningen som helhet och därför kommer jag inte att ange vart föreslagna växter kommer att vara planterade i detalj. Studiebesök kommer att begränsas till några få trädgårdar i Sverige. Platsanalysen begränsar sig till det nuvarande rummets form och funktion.

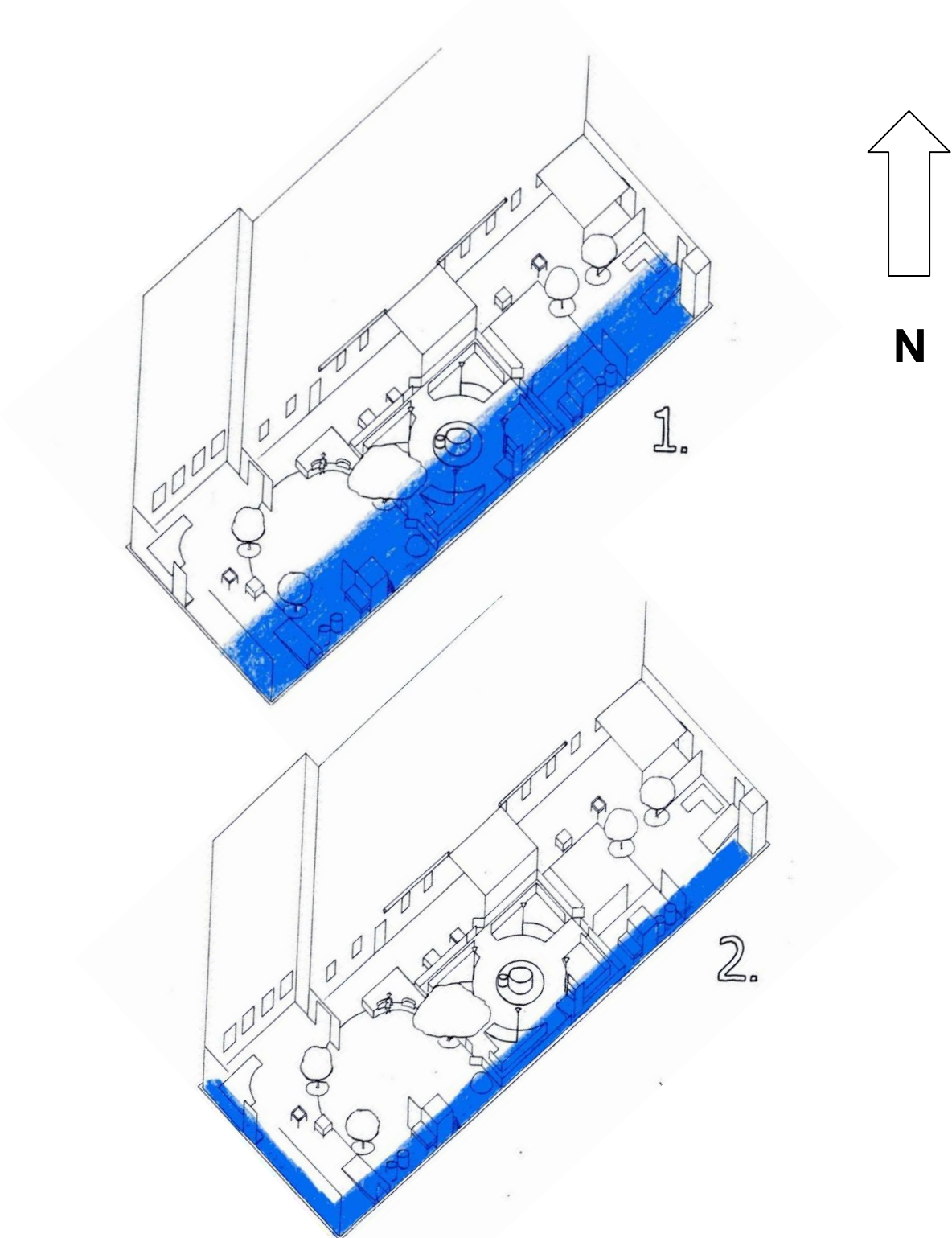
## **METOD**

### ***Nulägesanalys och modellbygge***

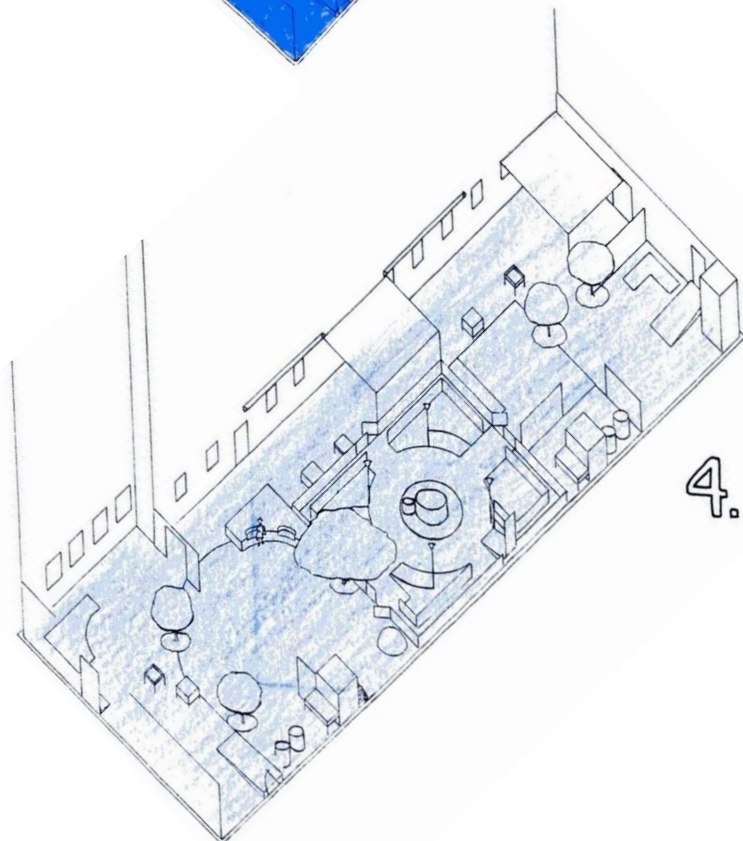
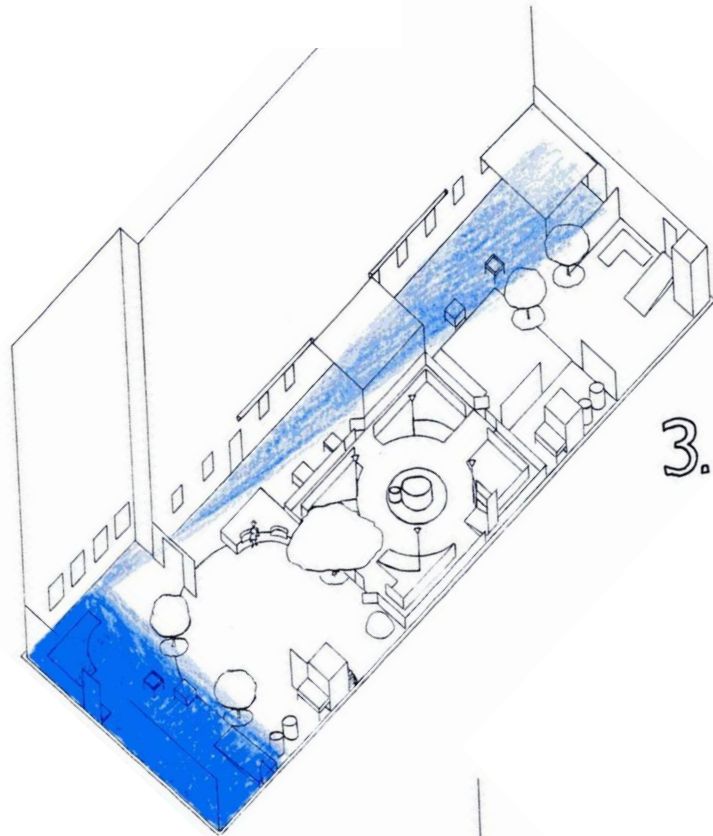
I en nulägesanalys har jag arbetat med att försöka förstå och förklara hur platsen med alla dess funktioner ser ut idag. Platsen som arbetet avser har jag inte behövt mäta upp, då utförliga ritningar fanns att få tag i. De saker som har varit nödvändiga att mäta upp som ritningen inte visade var saker såsom placeringen av utgångar, vegetation och övriga objekt. Utifrån nulägesanalysen ges också information om platsens förutsättningar och eventuella brister som kan vara användbart för arbetet, alternativt att beakta vid gestaltningen. Jag har spenderat många timmar på innergården och försökt att visualisera hur funktionerna skulle kunna falla på plats. Det tog lång tid innan jag kunde skapa mig en helhetsbild som uppfyllde de krav och önskemål jag ställt. Faktorerna var många att väga samman för att komma fram till detta. ”Startsträckan” har varit lång och idéerna har i varje fall i början av arbetet varit svårfångade, för att efterhand och en bra bit in i arbetet komma. Det som jag behövt mäta upp var fönster, utgångar samt vegetation. Eftersom skuggorna har en viss betydelse för hur innergården skulle gestaltas, byggde jag en enkel modell av trädgården i samma skala som jag ritat och med hjälp av soldigram, gradskiva, en lampa och viss acceptans för ej helt trovärdigt resultat, fick jag fram skuggbilder i modellen som jag tolkade och förde över till papper.

## Skugganalyser

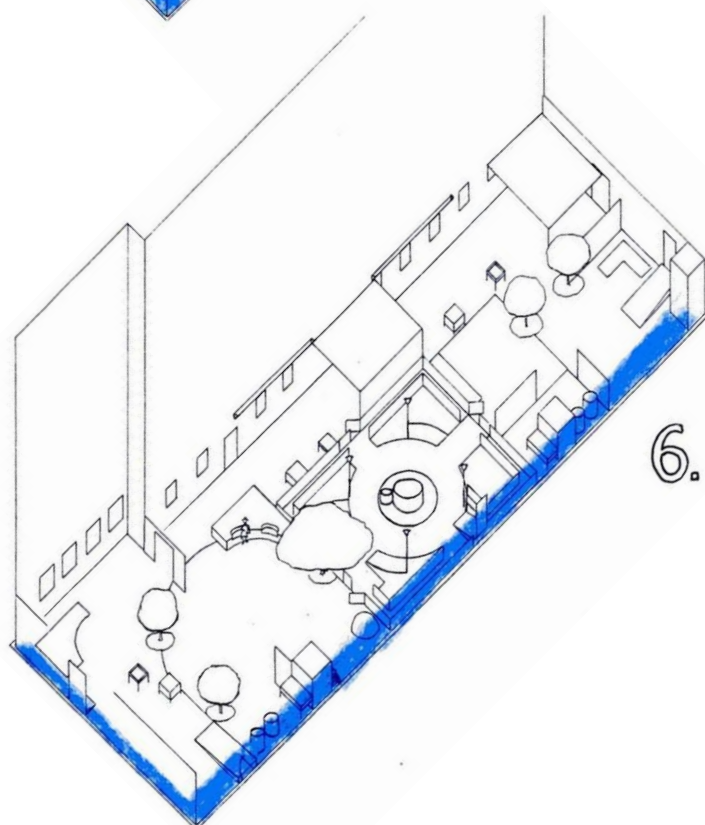
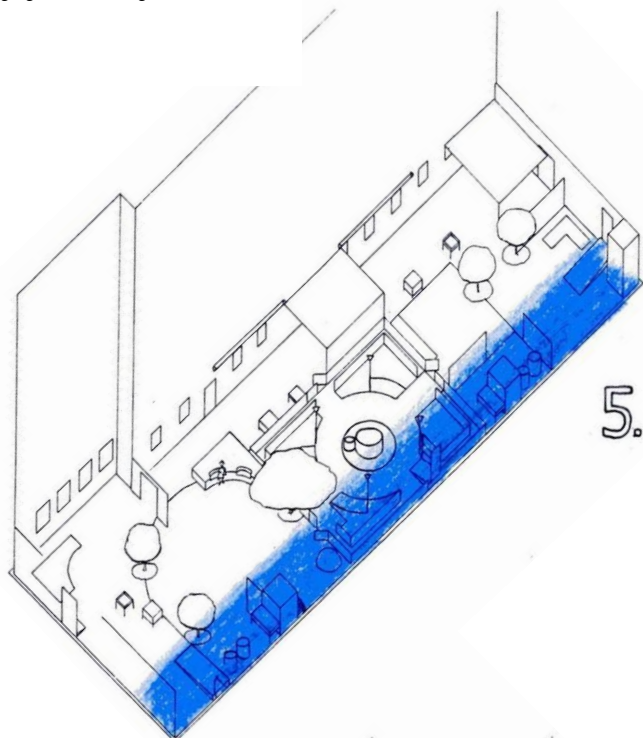
Nedanstående och följande figurer är min egen tolkning av hur solens gång vid olika tidpunkter och månader på året skapar skuggor över innergården. Nummer 1 visar april och augusti kl 10. Figur nummer 2 visar april och augusti kl 13. Skuggorna har viss betydelse för min gestaltning.



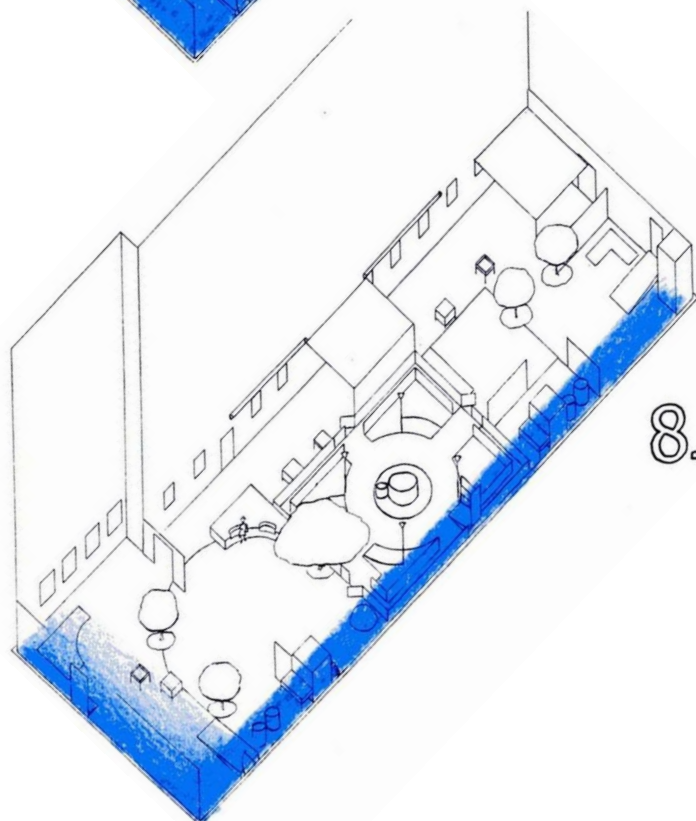
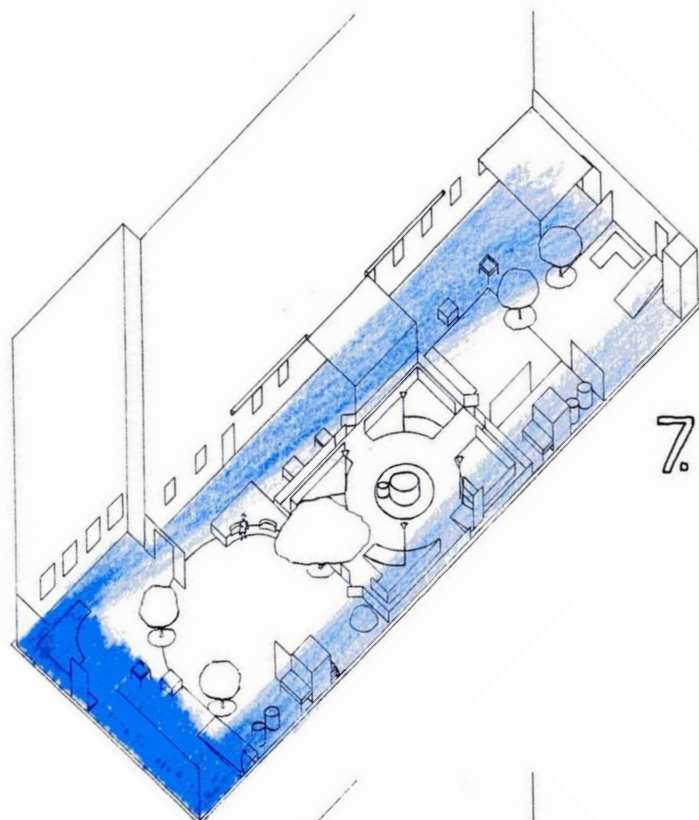
Analys nr 3 visar april och augusti kl 16  
Analys nr 4 visar april och augusti kl 19



Analys nr 5 visar maj, juni och juli kl 10  
Analys nr 6 visar maj, juni och juli kl 13



Analys nr 7 visar maj, juni och juli kl 16  
Analys nr 8 visar maj, juni och juli kl 19



## ***Intervjuer och enkät***

För att få en utgångspunkt för mitt arbete har jag sökt svar på frågor om de behov en uteplats skall uppfylla för de boende. Jag har gjort intervjuer och en enkel enkät för att ta reda på de boendes behov. Baserat på de svar jag fick på mina frågor har jag sedan försökt att se ”vad platsen har kunnat säga”.

## ***Studiebesök***

Sinnenas Trädgård i Stockholm, som är en terapeutisk trädgård anlagd för de äldre och dementa vid Sabbatsbergs vård- och omsorgsboende har varit en stor inspirationskälla för mitt arbete. Jag var där på studiebesök och fick då träffa trädgårdsmästare Christer Fällman (personlig kommunikation, 04.12.2008). Det jag fann mest intressant i trädgården var vattenanläggningen som utgör mittpunkten i trädgården, något jag attraherades av starkt och har använt i mitt arbete. Av Christer fick jag veta att landskapsarkitekt Ulf Nordfjell som har ritat trädgården haft som grundidé att platsen skulle efterlikna en klostergård (i moden tappning) och med korslagda gångar. Även i mitt arbete kan denna form anas i ett utav rummen. Jag har även varit på studiebesök till Lilla Änggården i Göteborg där Gröna Rehab drivs i ett samarbete mellan Botaniska trädgården i Göteborg och Västra Götalandsregionen.

## ***Gestaltningförslag***

Efter inledande studier av platsen och insamling av synpunkter från de boende och personalen har jag arbetat på platsen och med modellstudier och successivt prövat tankar och idéer i en skissprocess som lett fram till det slutliga förslaget.

# **GENOMFÖRANDE**

## ***Sammanfattning av nulägesanalysen***

Innergården ligger i direkt anslutning till boende för dementa och boende för äldre människor utan demens. Platsen ger direkt intryck av att vara mycket torftig, med begränsat sortiment av växter och annat innehåll man kan förvänta sig i anslutning till ett boende. Nulägesbeskrivningen innehåller en bild av platsens rumslighet, klimatförhållande och växtlighet.

## **Lägesbeskrivning**

Innergården jag har valt att arbeta med ligger centralt i Skövde stad, omsluten av Skövdes gamla sjukhus med namn Ekedal, numera äldrecentrum, men där många av de boende har demens.

## **Funktion**

Platsen används främst sommartid av de boende och personal som ett extrarum för att koppla av, men även till att grilla, sola m.m. Även höst och vår vid behaglig väderlek

används innergården till avkoppling. För boende som har stort behov av fysisk aktivitet är innergården viktig; även vintertid.

### Platsen och rumslighet

Som kan ses i både *figur 1 och 2* är alla huskroppar utom den ena relativt låga, vilket gör att det faller det in mycket ljus, vilket innebär att innergården är, och upplevs som en mycket ljus plats. Det är bara i nordvästlig riktning, vilket lättast ses i *figur 1*, som fasaden är hög, ca 20 meter. I *figur 3* ses form och proportioner på innergården ovanifrån. Eftersom de omgivande husen är låga stoppas vinden inte upp helt och hållet, utan har ändå viss inverkan på platsen. Sommartid då solens instrålning är hög blir innergården väldigt varm, något som personalen vittnat om.

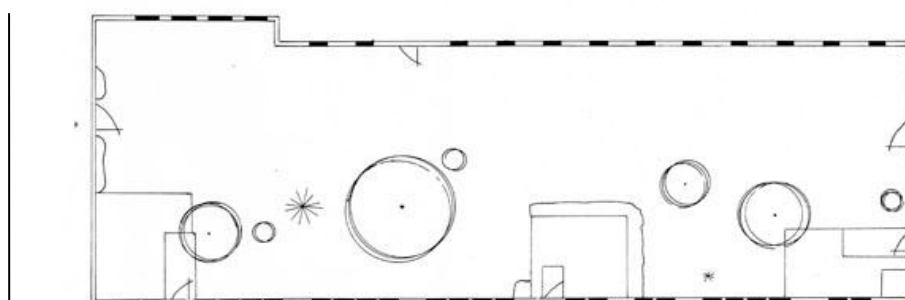


*Figur 1 visar den höga fasaden*

*Figur 2 visar innergården ifrån andra hållet*



17 m



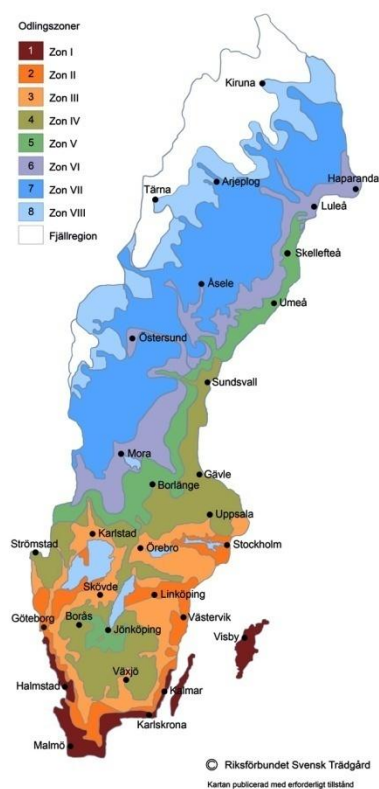
*Figur 3  
Visar innergården med dess proportioner och form sedd ovanifrån. Egen utveckling av Förfrågningshandling (2007)*

49 m

## Klimatförhållande

Vilket går att se i *figur 4* är Sverige är uppdelat i åtta olika ”zonområden”. Från zon ett i Skåne som är det mildaste till zon åtta högst upp i norra Sverige som alltså är de kallaste delarna. När man köper en växt är det angivet på etiketten vilken växtzon den är anpassad till att överleva i. En plats zonangivelse är dock inte permanent, utan kan med hjälp av olika faktorer påverkas till det bättre. Exempelvis kan en lugn och vindskyddad plats i zon fem vara betydligt mer gynnsam än ett blåsig område är inom zon fyra (Splendor plant 2006, s. 193). Platsen som mitt arbete avser ligger i zon tre. Tack vare att det är just en innergård med omgivande husväggar som reducerar vindens påverkan, samt att platsen inte skyms av någon hög fasad mer än i nordvästgående riktning, är platsen gynnsam och borde därför ha ett markant mildare klimat än omgivande terräng, där ytorna i högre utsträckning är utsatta för ett hårdare klimat.

Svensk Trädgårds Zonkarta över Sverige



*Figur 4 visar Svensk Trädgårds Zonkarta över Sverige. Bild hämtad med tillstånd ifrån:*  
[http://www.tradgard.org/svensk\\_tradgard/zonkarta\\_stor.html](http://www.tradgard.org/svensk_tradgard/zonkarta_stor.html)

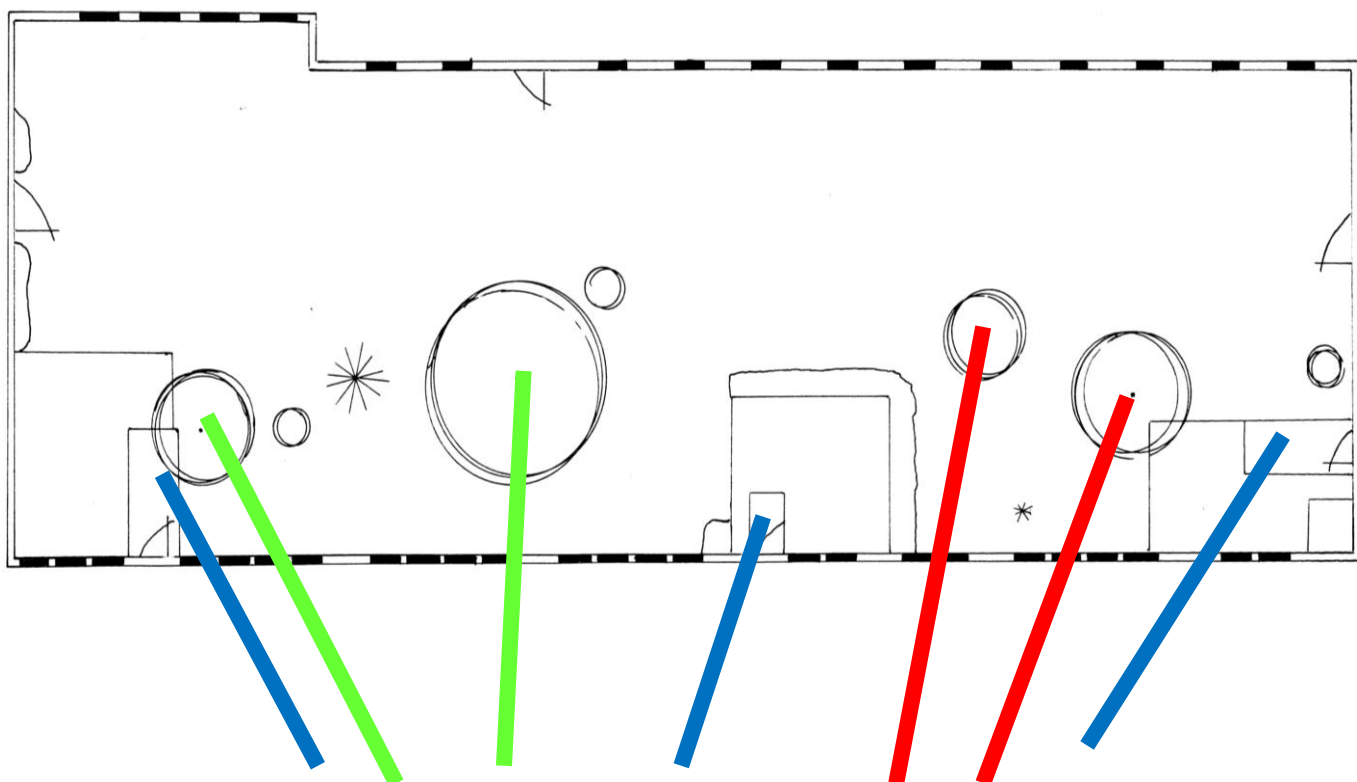
## Växtlighet och markbeläggning

Sommaren 2008 gjordes en renovering av fönstren på den nordvästra 20 meter höga fasaden. I samband med att tunga maskiner användes förstördes den del av gräsmattan som maskinerna körde på. Gräsmattan blev totalförstörd och idag är denna del ett lerigt parti med inslag av diverse ogräs. Marken är på den sönderkörda ytan ojämn och det råder ur handikappade människors synvinkel sett, stora höjdskillnader. På den andra halvan där maskinerna inte gått, är gräsmattan välmående om än något ojämn. Hårdgjorda ytor består

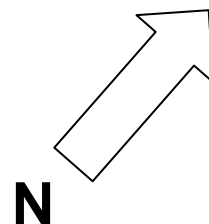


av 40x40 cm betongplattor. Växtligheten förutom gräsmattan består av några olika mindre rabatter med diverse perenner och rosor. Den trädssamling som finns på plats utgörs av ett stort plommonträd, tre medelstora äppleträd och en stor tuja. De buskar/lignoser som finns utgörs av en mindre syren samt en syrenhäck. Intrycket som ges är en ovårdad, oplanerad innergård utan större värde för boende och personal. Det verkar i dagsläget inte finnas några mål eller visioner för platsen.

Nulägesanalys figur nr 5



I figur 5 illustrerar de gröna linjerna de två fruktträd som jag anser tillräckligt friska för att ta med i mitt gestaltungsförslag. De rödmarkerade fruktträden är så pass sjuka varför jag anser att de inte ska vara med i förslaget. De blå sträcken visar rullstolsramper som sparas till mitt förslag. Övriga objekt samt vegetation anser jag vara av mindre värde och är därför inte medtaget i mitt gestaltungsförslag.



## ***Sammanfattning av intervjuer och enkät***

Vid skapandet av trädgården ville jag att de boendes och personalens tankar och idéer i första hand skulle få ligga till grund för utformningen av trädgården. Deras svar på mina frågor samt information jag fått genom litteraturstudier om trädgård anpassad för människor med symptomen demens, har jag använt mig av för att bygga upp trädgården. Rummet är så som jag ser det, i första hand till för de boendes skull, varför jag i mitt arbete med utformningen haft detta i åtanke och som grundsten för allt. Funktionen i trädgården är i detta arbete det viktigaste. Designens utgångspunkt har varit att ge funktionerna en rumslig välfungerande och tilltalande form.

För att få en uppfattning om vad boende och personal tyckte och tänkte om hur innergården fungerar och ser ut idag och på det sättet få ett underlag till gestaltningen, skrev jag ihop en enkät och delade ut till personalen där jag ställde en rad olika frågor om utformningen av innergården.

Frågorna var dessa:

- 1) När du hör ordet trädgård, vad tänker du på då?
- 2) Om en trädgård kommer att anläggas på innergården, vad skulle du vilja göra i den då?
- 3) Hur skulle du använda trädgården? Vila, trädgårdsarbete, upplevelser?
- 4) Vilka blommor och växter har du i minnet när du tänker på trädgård?
- 5) Har du minnen ifrån egen trädgård eller andras? I sådana fall vilka?
- 6) Om innergården var iordninggjord, skulle du använda den även höst, vinter och vår?

Sammanfattningsvis ser önskemålen och tankarna från personalen och de boende vid korttidsboendet och långtidsboendet likadana ut. Då dagvårdsavdelningen inte hade startat upp sin verksamhet vid samma tidpunkt som jag delade ut enkäterna har den personalens och de brukarnas tankar inte blivit hörda. Generellt sett, är de återkommande önskemålen: vila, odla och smaka på grönsaker och frukt, samt uppleva vackra växter och fjärilar/fåglar. Alltså ganska vanliga företeelser som vi skulle finna i en ”normal” villaträdgård. Vidare framgick att växter med stark doft och färg är viktiga för att de boende ska kunna få största möjliga behållning av växtmaterialet. Plana gångar, då vissa boende är beroende av rullatorer och rullstolar och andra är ostadiga på benen, är en annan viktig aspekt. Uteplatser samt lämpliga sittplatser i trädgården i sol och skugga är även något som önskats. Denna information är något som stämmer väl överens med tillgänglig litteratur som jag studerat.

## GESTALTNINGSFÖRSLAGET

Enligt Folkhälsoinstitutet (2004) är det viktigt att en trädgård för äldre och dementa anpassas efter denna målgrupp och deras behov, varför jag har ritat trädgården med utgångspunkten att stimulera alla sinnen, vilket är positivt för denna grupp. Detta stöds av Wijk (2004, s.164) som menar på att vatten är ett av de element som är viktigt för våra sinnen. Därför har jag valt att sätta vatten centralt på innergården. Vattnets porlande ljud är även till vägledning för synskadade människor (Myhr 2007, s. 44). När det gäller färgerna på blommorna i rabatterna, är det viktigt att de dominerande färgerna går i rött och gult, allt för att de gamla och dementa ska kunna uppfatta färgerna på bästa sätt (Wijk 2004, s. 46, & Dahlenborg 2003, s. 48). När det kommer till olika bladtexturer, färger och dofter på bladen hos de olika växterna är detta viktigt för att stimulera såväl syn, känselsinnet som doftsinnen. För att tillgodose de rehabiliterande aspekterna är de olika underlagen i gångarna som löper runt brunnarna och planteringarna av stor vikt för att träna balansen och styrkan i benen. Gångarna är tänkta att kunna användas självständigt av dem som är så pass friska i benen att kunna gå på lite ”svårare underlag” (Myhr 2007, s. 44). Armstöden längs med gångarna är viktiga för att den gående ska känna sig trygg och säker i sin promenad.

För att stödja de dementa att kunna orientera sig och hitta tillbaka hem till rätt hem-trädgårdsrum kommer varje grind i trädgården att ha en speciell färg, en så kallad signalfärg, som leder personen till rätt mål. Detta stöds av Wijk (2004, s. 48-49). Gräs är ett viktigt inslag i en trädgård, och förutom alla sinnesintryck som gräs ger, är en bit gräs betydelsefull till att bara vara på, exempelvis ligga på en filt och titta upp i himlen, varför största delen av markytan i dagvårdens och korttidens gemensamma utrymme består av gräs.

De olika fruktträden som finns i trädgården är viktiga beståndsdelar. De skapar skillnader i höjd, ger frukt, skugga, berör våra sinnen och minnen. Även bärbuskar ger minnen och berör våra sinnen på många sätt. Odlingslådorna för respektive hem-trädgårdsrum är tänkta att kunna fyllas med såväl vårlok som köksväxter, sommarblommor eller perenna växter. Genom samtal med personal på boendena har jag förstått att fasaden på det höga huset upplevs som ful av de flesta och därmed skulle behöva kamoufleras, varför spaljering är en mycket bra metod att dölja en bit av fasaden. Enligt personalen reflekterar den ljusa färgen på fasaden mycket av det solljus som når den, vilket ger en bländande effekt. Speciellt på våren då solljuset är skarpt. En spaljering utmed väggen skulle mildra effekten av detta. För att utnyttja utrymmet i trädgården kan skuggtaken med fördel kläs in i vegetation. Förslagsvis kan en vindruvsplanta planteras och låta klänga upp och täcka taket. Markiserna som är föreslagna, är av stor vikt då dessa inbjuder till utevistelse även när det regnar.

Då personalen använder sig av flyttbara bord och stolar är endast ett litet antal sittplatser och bänkar föreslagna. Likaså är endast fyra ”gatlyktor” föreslagna som jag anser är väldigt viktiga karaktärsgevare i sammanhanget. Övrig belysning ses över vid eventuell anläggning. Enligt Wijk (2004, s. 166) ställer symptomen demens högre krav på

trädgården anpassad för människorna som vistas i den, jämfört med andra målgrupper. På grund utav detta har jag i första hand försökt att rätta dess utformning och funktioner efter dessa. Enligt Melin (1999, s. 15) utvecklar vissa demenssjuka människor en form av ätstörning vilket innebär att personen stoppar allt i munnen som den kommer åt, även sådant som inte är föda såsom cigarettfimpar, glödlampor. På grund utav detta är det viktigt att inte några giftiga växter finns i trädgården, inte heller växter med tornar/taggar. Det är även viktigt att beakta övriga symptom som kan drabba den demenssjuke, till exempel beteendet att vandra. Att då skapa vandringsslingor till nytta för detta symptom är viktigt (Schmidtbauer 1999, s. 7).

De frågor jag har ställt upp för mig själv tycker jag mig få svar på allt eftersom trädgården växt fram. Svaren jag fått är att trädgården kan användas på många olika sätt, både för vila, rekreation (fysisk aktivitet), och sinnesträning, då dessa tre perspektiv är tillgodosedda.

Trädgården har blivit rumsuppdelad även om den fortfarande hänger samman som en enhet. Trädgården har dock inte blivit rumsuppdelad i den bemärkelsen att rummen är utformade som traditionella rum i ett hus med avgränsande väggar emellan utan det är mer karaktären av olika rum som finns där. Då det visade sig genom enkätsvaren att odlandet är en viktig del av trädgården, har jag lagt de odlingsbäddar som finns på ställen i trädgården där de under en stor del av dagen nås av ljuset. Likaså har jag som förslag att spaljera upp fruktträd längs med den höga väggen för att ta tillvara på det solljus som når den.

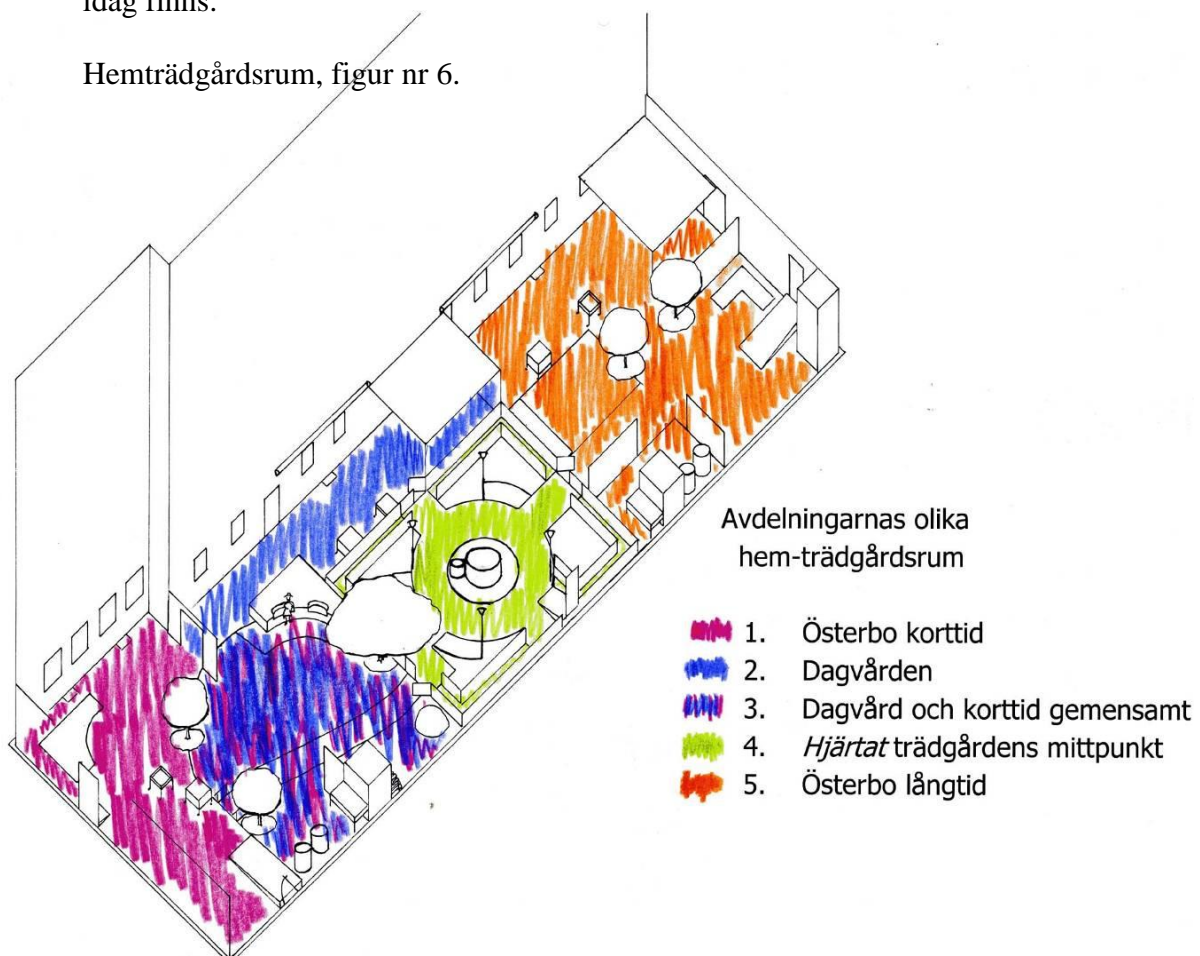
Odlingslådorna som är försedda med hjul kan skjuvas och på detta sätt flyttas med solljuset vid behov. För att utnyttja det solljus som når trädgården nära den höga nordvästliga väggen, har ytor för sittplatser skapats här för samtliga hem-trädgårdsrum. Skugga har skapats med tak och markiser. Tak är viktigt för den rumsskapande känslan i trädgården (Kvant & Palmgren 1999, s. 34). Flyttbara parasoll kan användas för att skapa skugga. Till viss del kan även fruktträden användas som ”skuggskapare”.

### ***De olika rummen***

Illustrationerna jag gjort för att visa trädgårdens olika funktioner är inkluderade i arbetet och visas senare. De olika färgfälten i figur nr 6 är tänkta att visa vilken del av trädgården som hör till respektive hem-trädgårdsrum. De boendes möjlighet att röra sig emellan hem-trädgårdsrummen är inte begränsad utav färgfälten, men ger ändå en bild av till vilken avdelning de olika rummen är tänkta. Färgerna används endast i arbetet som ett sätt att illustrera vad som avses i verkligheten. Jag har valt att kalla de för hem-trädgårdsrum, men kommer för enkelhetens skull att i texten att benämna de som enbart trädgårdsrum. Min förhoppning om detta förslag skulle utvecklas till att bli en verklig trädgård är även att de boende/brukarna ska kunna använda ”de olika rummen” gemensamt och inte ”skapa revir”. Formspråket i arbetet har fått bestämma storleken på de olika rummen. Det har varit angeläget för gestaltningen att ett utav trädgårdsrummen, Hjärtat trädgårdens mittpunkt har fått en central del i mitten av innergården. Då detta trädgårdsrum behövt ta plats för att rymma tilltänkt innehåll, har storleken på detta sedan fått bestämma storleken på de andra trädgårdsrummen. Ytan på de olika trädgårdsrummen har inte helt att göra med antalet brukare per trädgårdsrum i verkligheten, utan är mer ett resultat av gestaltungsarbetet. Innergården är i mitt gestaltungsförslag anpassad efter dementa människors behov och förutsättningar. De tre olika avdelningarna med tillhörande trädgårdsrum hyser äldre samt äldre med demens. En dement människa har än större krav på en anpassad miljö än en vad

en äldre människa utan demens har. Resultatet av detta innebär att trädgårdsrummen även är funktionella för äldre människor utan symptomen demens. Då dessutom rullstolsburna personer nyttjar samtliga trädgårdsrum är dessa anpassade efter rullstolsburna människors förmåga att ta sig fram samt uppleva mesta möjliga i trädgården. Med detta som en genomgående "grundplåt" i trädgården är samtliga trädgårdsrum utom Hjärtat trädgårdens mittpunkt, i stort uppbyggda på samma sätt och tänkta att innehålla ett någorlunda likartat växtmaterial, markmaterial och andra objekt. Det valda innehållet i de olika trädgårdsrummen finns därför att det på olika sätt stimulerar våra sinnen och/eller inbjuder till fysisk aktivitet samt ger kontemplation. Innehållet har i stort inte något med olika grupper av brukare att göra. Hjärtat, trädgårdens mittpunkt är det rum som skiljer sig ifrån de andra rummen på så sätt att rummet är tänkt att vara en naturlig mötesplats där extra många innesintryck ger stimulans åt brukaren. Anledningen till att de olika hemträdgårdsrummen finns, när dessa i princip är likartade, är den att en dement människa behöver ha fysiska gränser för att känna sig trygg i miljön den vistas i och därför är trädgården avdelad med de olika hemträdgårdsrummen. När man befinner sig i de olika rummen ska den övervägande känslan vara att vistas i en hemträdgårdsmiljö, med undantag ifrån ett utav rummet Hjärtat, trädgårdens mittpunkt, som ska ha parkkaraktär. De svar jag fått av enkäterna jag använde mig av för arbetet, visade att typiska inslag såsom fruktträd, bärbuskar, blommor, sittplatser i sol och skugga och porlande vatten vilka ofta återfinns i en hemträdgårdsmiljö var efterfrågade, varför jag utformat rummen utifrån dessa trädgårdselement. Det som kommer att beskrivas om de olika avdelningarna, Österbo korttid, Dagvården, Österbo långtid och Hjärtat trädgårdens mittpunkt, är idéer om hur "rummen" kan komma att se ut i ett framtidsscenario, varför inget av det jag beskriver, idag finns.

Hemträdgårdsrum, figur nr 6.



## **Österbo korttid**

Av den anledningen att det är svårt att få upp ett skuggtak utan att det ger för mycket skugga över fönstren, finns inte något tak i detta trädgårdsrum. Nära entrén sitter idag en markis som används mycket på sommaren och som enligt personalen täcker deras behov. För att tillgodose möjligheten till odling av sommarblommor och grönsaker, är odlingslådor på hjul lämpliga att använda. Dessa går att skjuva på och på detta sätt förflyttas vid behov. Det finns lådor både för stående odling och lådor anpassade för rullatorer och rullstolar, för sittande odling. Lådorna går lätt att tömma på jord och fylla på inför varje ny odlingssäsong. Träställningen med klätterros som gränsar till dagvården har i mitt förslag en öppning för att skapa tillgänglighet avdelningarna emellan. Tillsammans med den mötande träställningen vid redskapsboden på andra sidan rummet, bildar de två känslan av ett ”osynligt rum i rummet”. Här liksom i de andra trädgårdsrummen är det bra att utnyttja utrymmet genom att spaljera upp fruktträd samt bärbuskar mot den höga väggen. Bärbuskar samt rabarber finns på denna avdelning.

## **Dagvården**

Så som trädgårdsrummet ligger i förhållande till hur solen går över himlen är platsen utsatt för mycket solljus. En del av trädgårdsrummet är försett med ett skugggivande tak snickrat av träribbor. Taket kan kläs i vin. Liksom i de andra trädgårdsrummen finns det odlingslådor i två olika höjder att tillgå för rullstolsburna och stående. För att brukarna ska kunna röra sig fritt, har den vägg i pergolan som vetter mot Österbo långtid en öppning. På grund utav att utrymmet här är mindre än vad det är i de andra trädgårdsrummen, har det inte funnits utrymme att få plats med viktiga växter såsom vinbär, krusbär, rabarber och hallon. Tanken är istället att brukarna här ska få samsas med de boende på Österbo korttid om detta.

## **Dagvård och korttid gemensamt**

Detta utrymme är tänkt att användas gemensamt av Österbo korttid samt dagvården. Det ligger mitt emellan de båda utrymmena och känns därför som ett naturligt rum att mötas i. Ytan består till största delen av gräs och här växer tre fruktträd. Den upphöjda bädden som angränsar till det stora plommonträdet gör att även de som är rullstolsburna kan ta del av blomsterprakten, då växterna i bädden ligger i lämplig höjd för att kunna ses på nära håll och beröras. Bädden kan lätt fyllas med vad som efterfrågas av de boende. För att de boende på korttidsavdelningen som har svårt för att förflytta sig på gräsmattan lätt ska kunna ta sig till Hjärtat trädgårdens mittpunkt, löper en plattsatt stig mellan de båda trädgårdsrummen. Närmast Österbo korttid finns två räcken som kan inspirera och locka besökaren till promenad ut på stigen. Komposterna och redskapsboden – planteringsbänken, är viktiga delar som har praktisk betydelse, samt stimulerar våra sinnen och ger fysisk stimulans. Då de boende på Österbo korttid är piggare än de boende på Österbo långtid är vedhögen bredvid redskapsboden en viktig detalj som betyder mycket för sinnet och minnet. Att kunna stapla upp veden ger fysisk stimulans, den luktar gott, och leder säkert hos många äldre till minnen av egen vedhantering en gång i tiden.

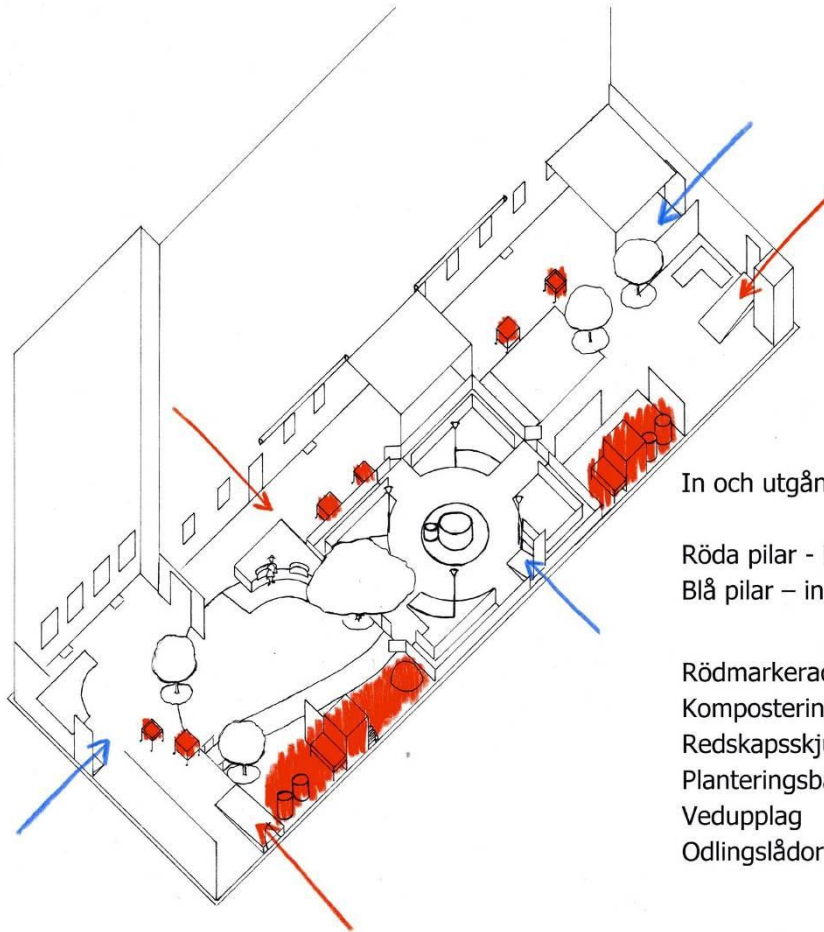
## Österbo långtid

Trädgårdsrummet är uppbyggt så att både sol och skugga ska kunna nås oavsett tidpunkt på dagen. Taket som är beläget i rummets nordostliga hörn, är även här tillverkat av träribbor vilket ger en behaglig filtrerad skugga. Taket kan med fördel kläs i vin. En markis är föreslagen längs med den höga husfasaden. Två svagväxande fruktträd är föreslagna. Även här har gett plats åt viktiga växter såsom vinbär, krusbär och rabarber. I detta trädgårdsrum finns det hallonplantor i två rader som lätt går att nås sittandes i rullator. Rabatten närmast entrén med blandade perenner är viktig för att skapa förbindelse mellan inne och ute. Även här finns gräs att tillgå även om ytan är liten. Komposterna och redskapsboden är omslutna av hallon och slingerväxter, vilket ger en känsla av ”ett rum i rummet”. Även träramen med klätterrosor som förbinder det ena fruktträdet med väggen gör att känslan av att en del av ett rum finns där. Även här finns det odlingslådor att tillgå.

## Hjärtat, trädgårdens mittpunkt

Detta rum skiljer sig ifrån de andra hem-trädgårdsrummen på så sätt att det i än större utsträckning stimulerar våra sinnen med element specifika för detta rum så som vatten, ett mer varierat växtmaterial, som ger fler sinnesintryck samt ett mer varierat markmaterial. Rummet tillgodoser både möjligheten till kontemplation samt rekreation och sinnesstimulering. Detta är platsen där möten kan ske, där alla kan närvara på ”neutral mark”, ett rum som har parkkaraktär och där vattnet är den centrala mittpunkten. I trädgårdsrummet Ekedal finns en stor brunn, ca 90 cm hög. Ifrån denna brunn rinner det vatten ner till en mindre brunn ca 70 cm hög, vilket skapar ett mindre vattenfall med ett porlande lockande ljud. För att även beröra känslensinnet på bästa sätt ska den mindre brunnen vara i lagom höjd för rullstolsburna människor, så att vattnet ska kunna gå att känna på. Runtom de två brunnarna löper det en perennrabatt där de dominerande färgerna ska vara rött och gult. I varje hörn av rummet finns det en växtbädd med olika blandade buskar som både ger färg i blomningen och har olika färg och textur på bladverket. Runtom bäddarna som inramning och sinnesträning löper det fyra olika gångar med olika material i varje gång. Exempelvis kan de innehålla bark, sand, grus och tegelkross. I lagom höjd löper armstöd längs med gången. Dessa olika markmaterial är viktigt innehåll, då de på olika sätt påverkar våra sinnen. Som en grund till väl fungerande belysning och för att skapa känslan av parkkaraktär är fyra ”gatlyktor” föreslagna. Rummet ska ha parkkaraktär och känslan ska vara att befinna sig i en sådan. Naturligtvis i betydligt mindre omfattning, men en förnimmelse av att sitta i parken ska ändå finnas där.

## Utgångar från avdelningarna, figur nr 7



In och utgångar samt funktionsytor

Röda pilar - ingångar som används ofta

Blå pilar - ingångar som används mer sällan

Rödmarkerade ytor innehåller:

Komposteringsytor

Redskapsskjul

Planteringsbänkar

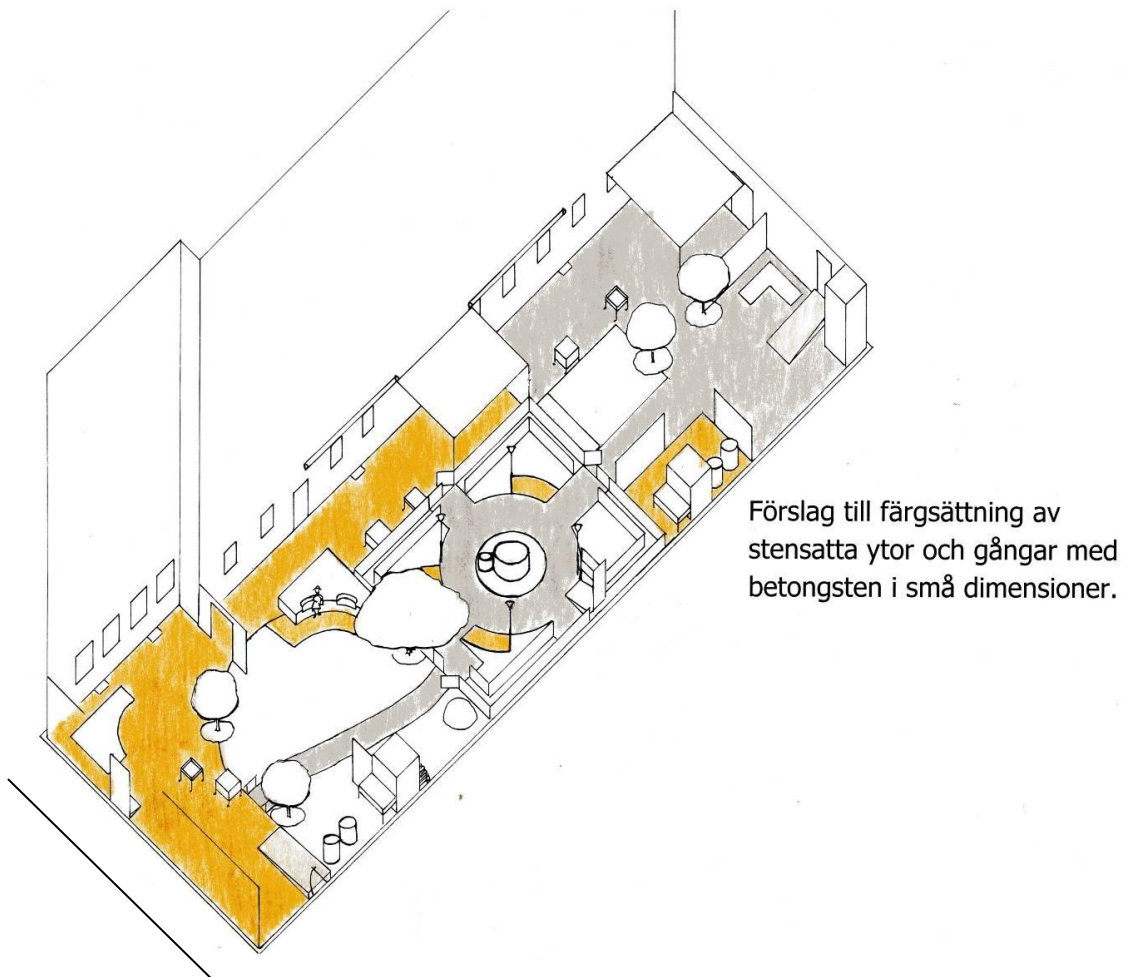
Vedupplag

Odlingslådor

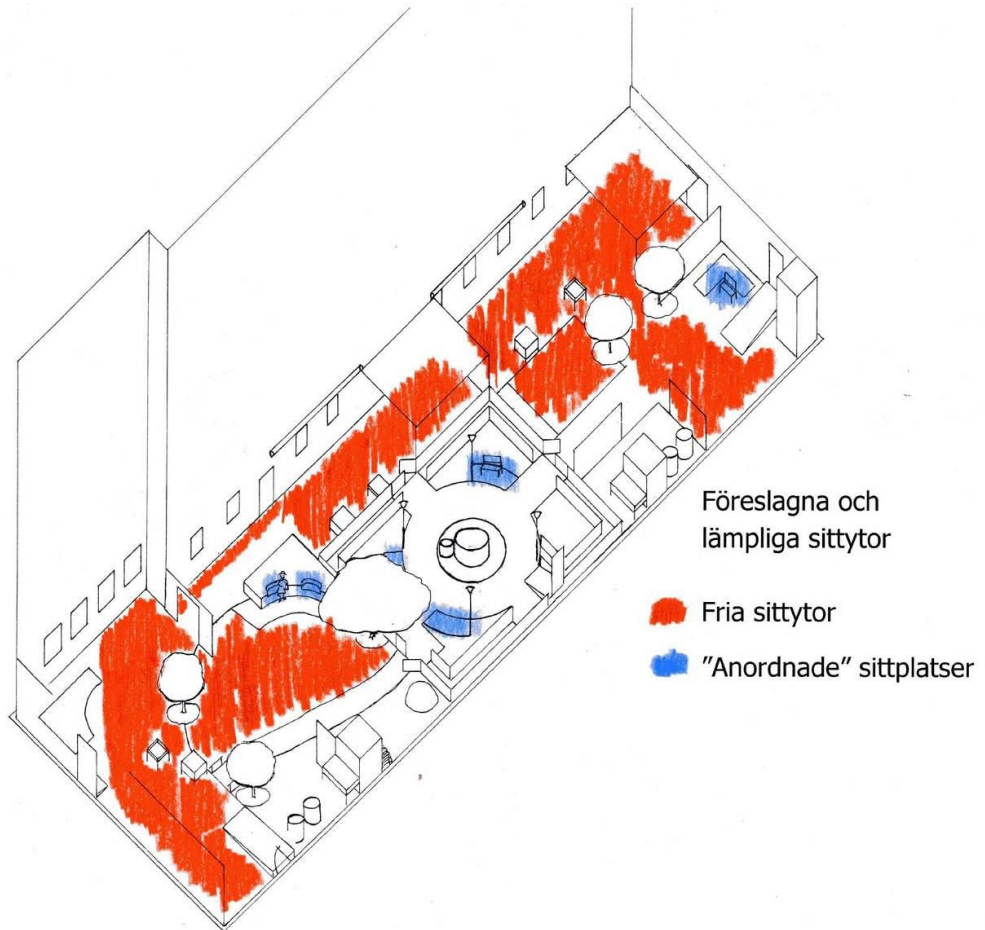


Modellen jag ritat i axonometriskt perspektiv av innergården, är ett sätt att illustrera hur jag har tänkt att trädgården ska se ut. Skalan jag ritat i, 1:200, är för liten för att måtten ska framhävas på ett rättvist sätt. Det jag ritat är förslag och idéer om hur trädgården kan se ut, varför jag inte har med exakta måttangivelser på olika delar. Pga. att jag vill visa ett uttryck objekt i trädgården, och att de föreslagna delarna är just idéer om uttryckta ting, föreslår jag heller inte något fabrikat på de produkter där det skulle kunna tänkas vara realistiskt, t.ex. fabrikat på komposterna. Jag har istället valt att lägga fokus på karaktären och känslan av det valda innehållet. Beslut om stenmodell/fabrikat fattas vid eventuellt anläggande. När det kommer till markbeläggning anger jag inte storleken på stenar, plattor utan illustrerar istället färg på underlaget för att visa vilken karaktär och just färg jag avser, vilket kan ses i figur nr 6.

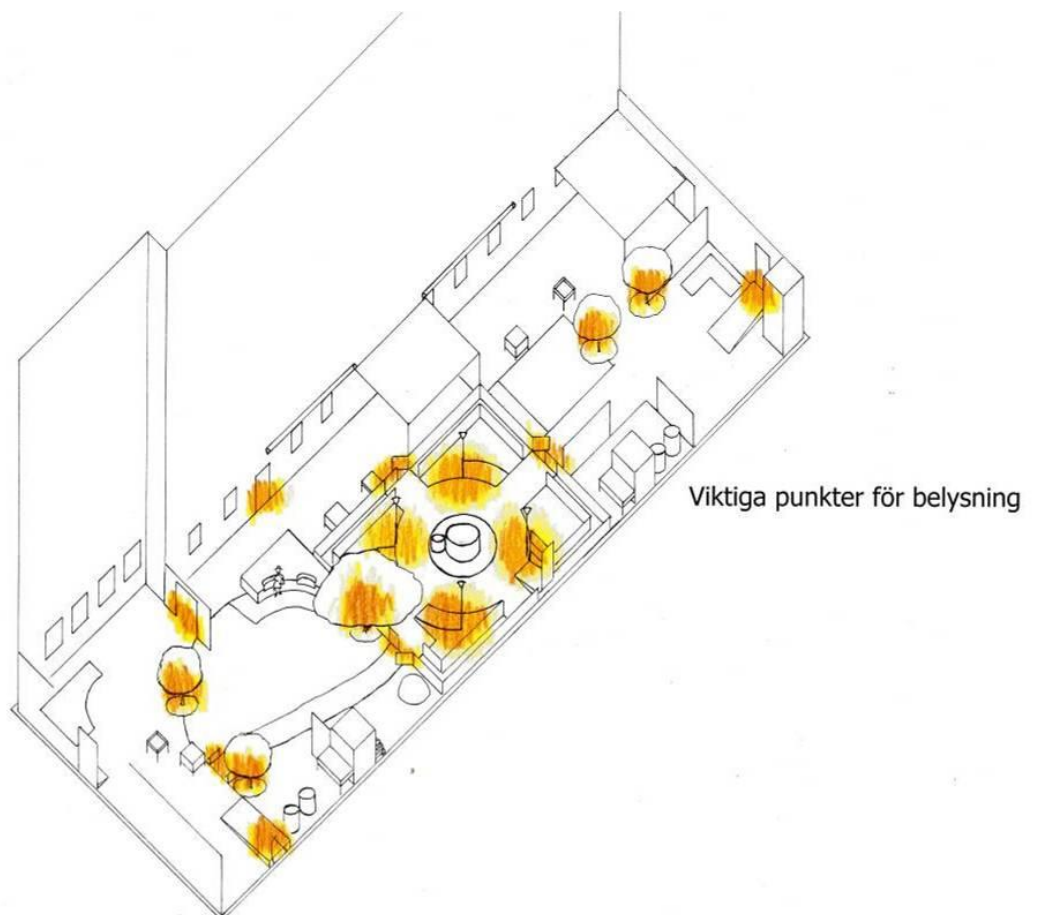
Figur nr 8, visar karaktär på markbeläggningen.



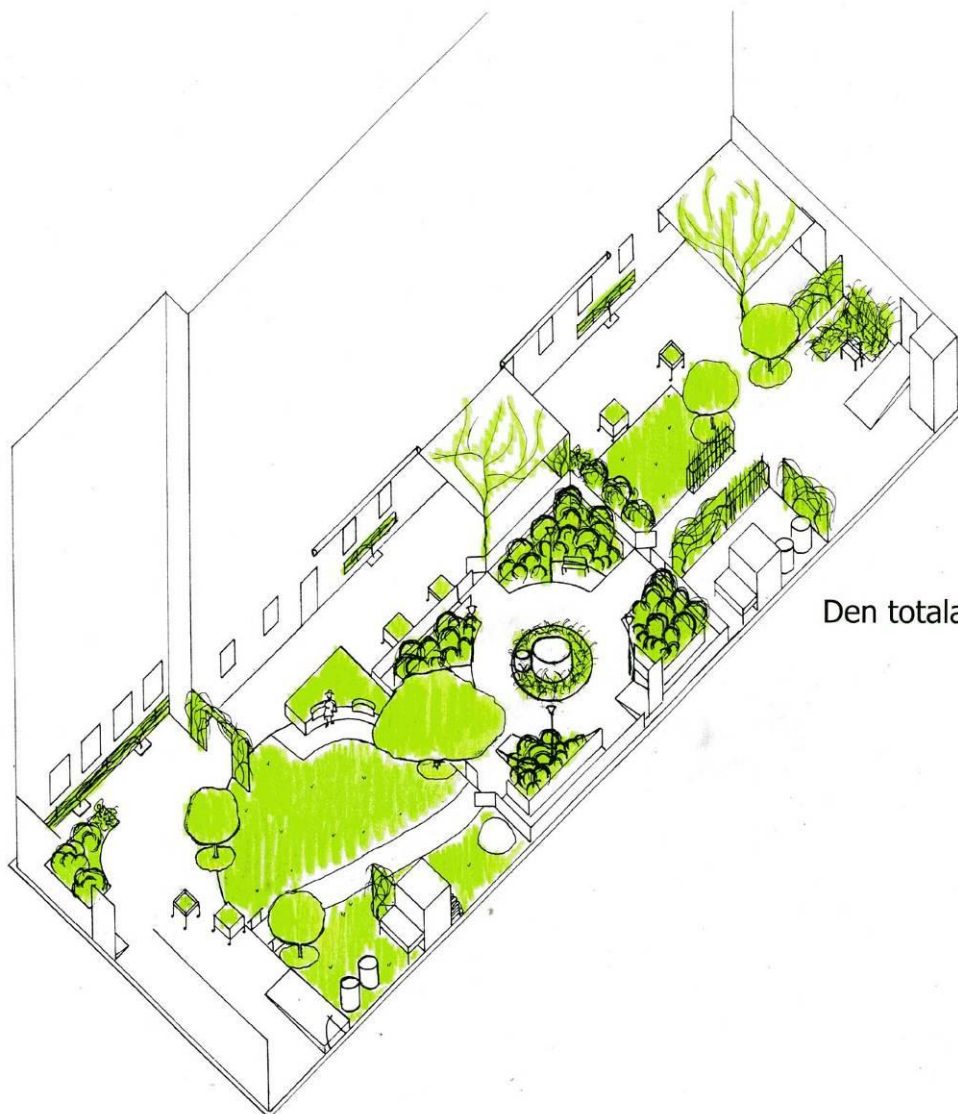
Sittytor,  
figur nr 9



Punkter för  
belysning,  
figur nr 10

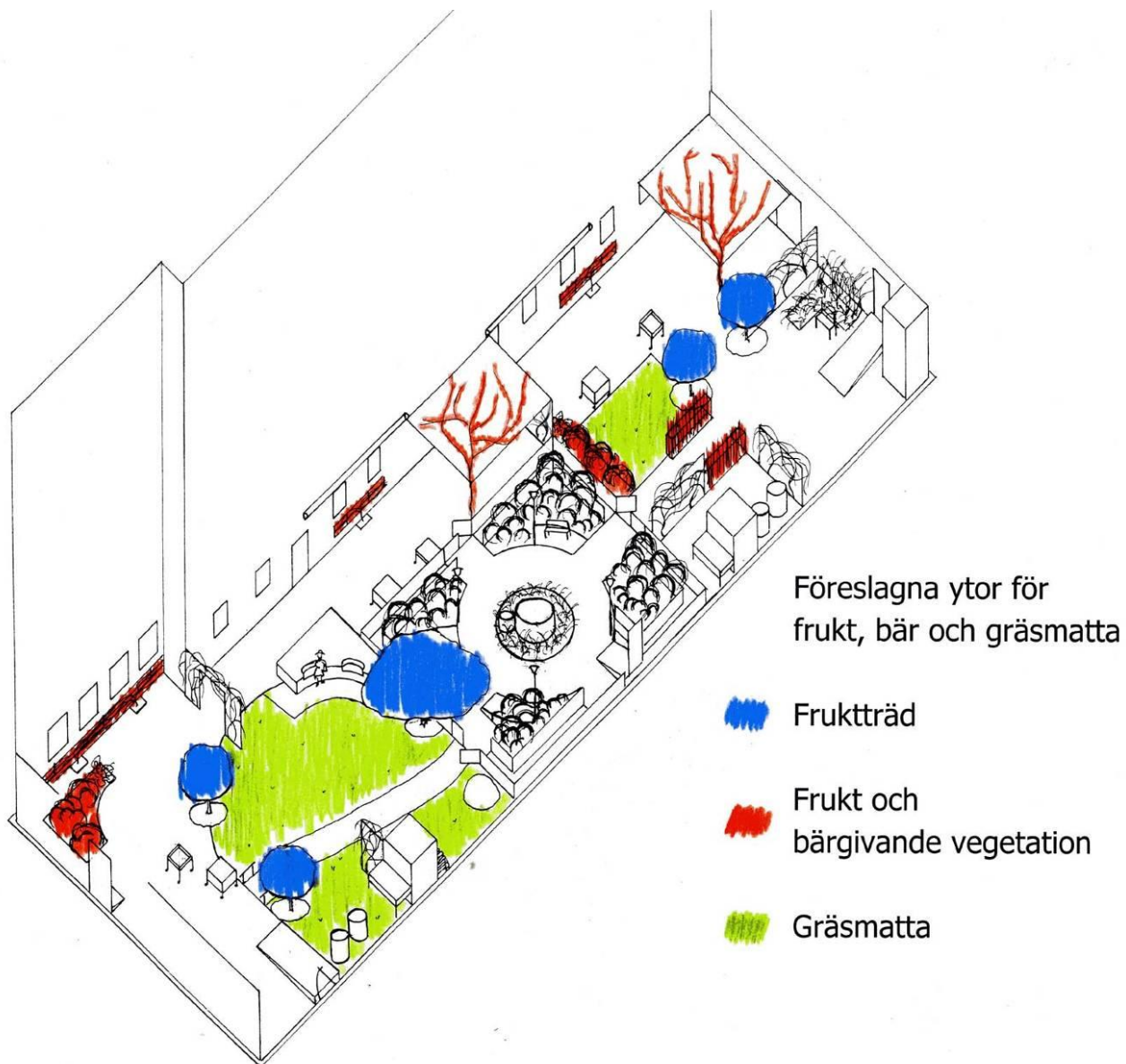


Total växtlighet, figur nr 11

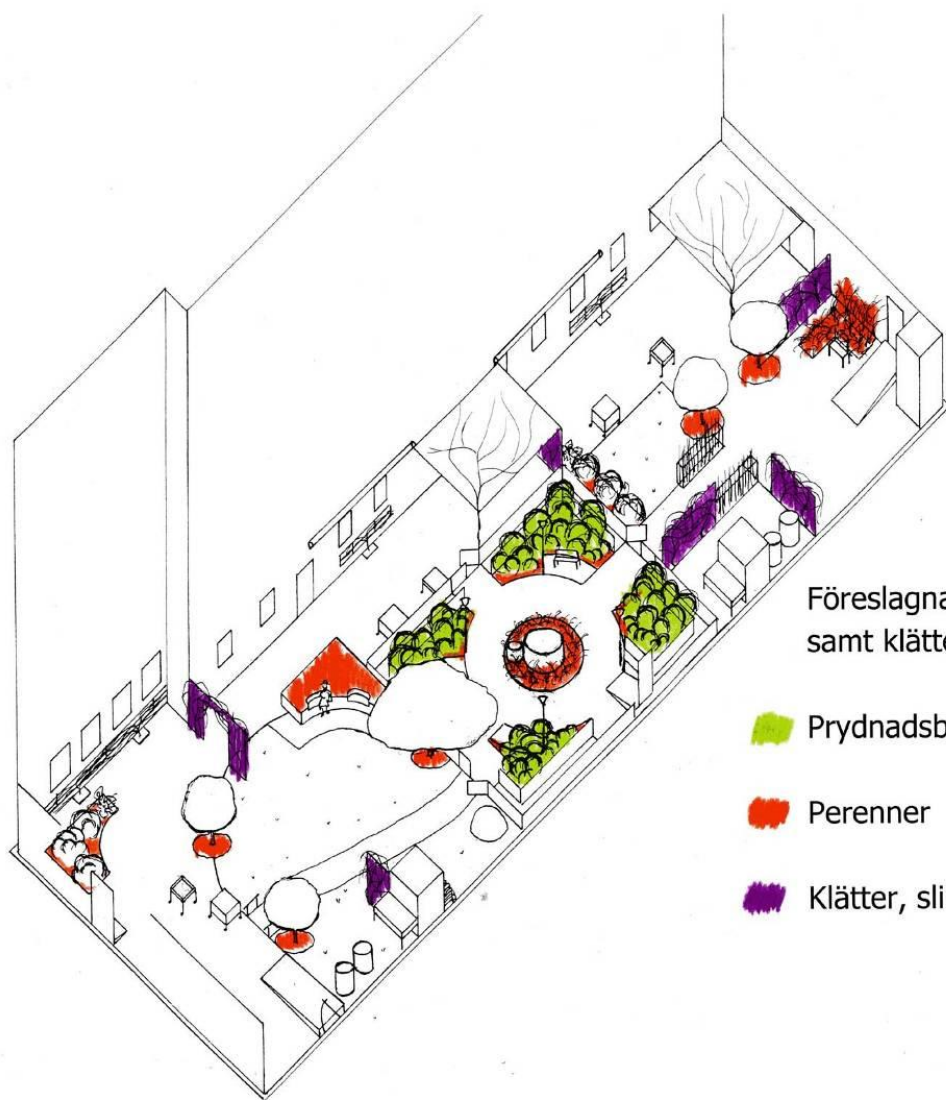


Den totala ytan av all växtlighet

frukt & bär, figur nr 12



# Perenner och buskar, figur nr 13



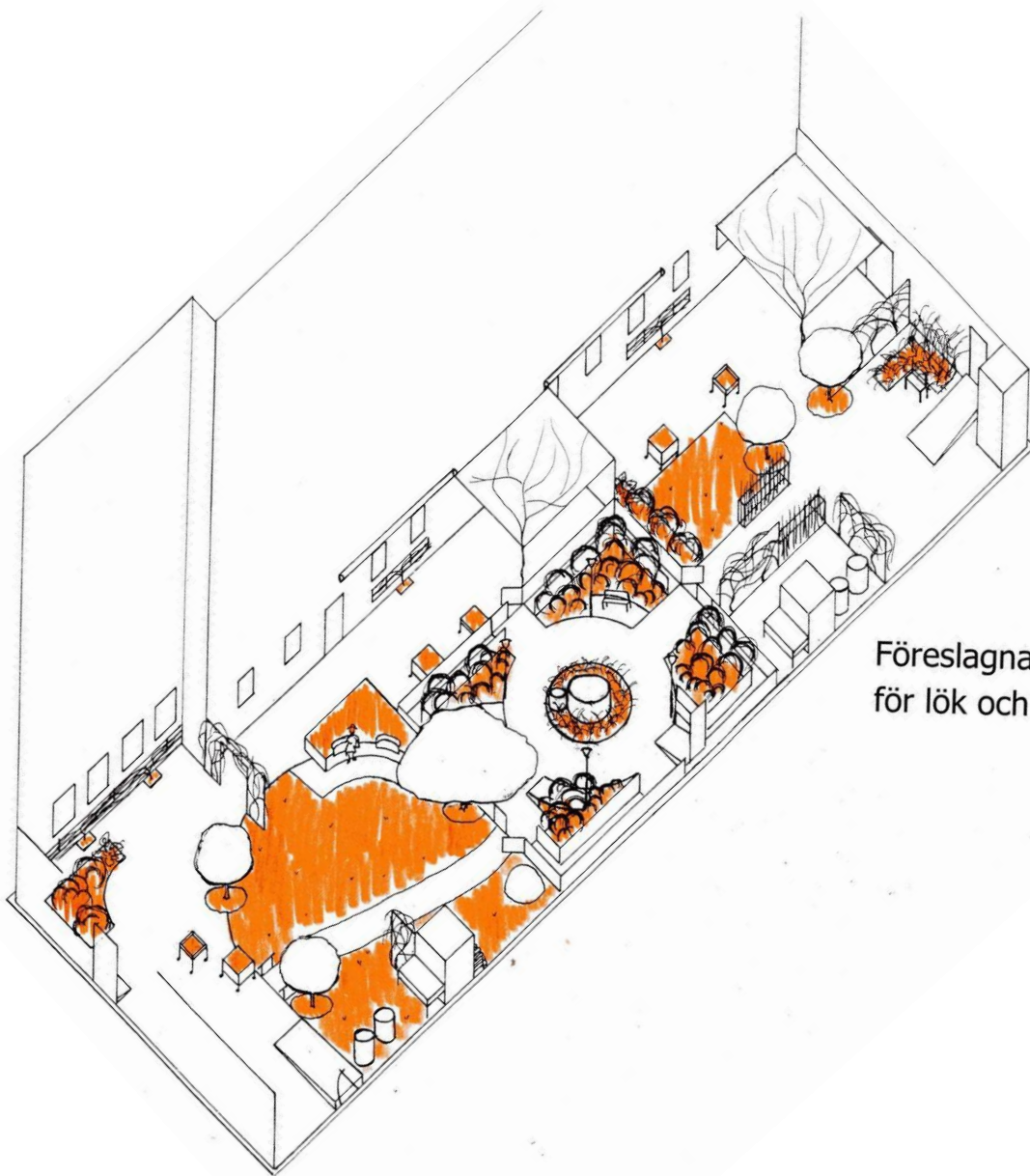
Föreslagna ytor för prydnadsbuskar, perenner samt klätter, slinger och klängväxter

 Prydnadsbuskar

 Perenner

 Klätter, slinger och klängväxter

lök & knöl, figur nr 14



Föreslagna ytor lämpliga  
för lök och knölväxter

## DISKUSSION

Den fråga jag upplever som lite klurig är frågan: *Hur ska mötet ute och inne lösas?* Vad innebär mötet ute och inne? Jag tror att det innebär att man inifrån ska lockas ut i trädgården på ett bra sätt och sedan när man kommer ut verkligen ska mötas av en tilltalande miljö. Enligt Wijk skall trädgården redan inifrån boendet vara tilltalande, den ska sedan väcka ett intresse av att vilja gå ut (Wijk 2004, s. 153). Detta anser jag mig ha lyckats någorlunda med. Med tanke på att innergården innehåller så många fönster är kontakten mellan ute och inne påtaglig. Att dörren sedan slussar besökaren rakt ut i trädgården direkt underlättar också mötet till skillnad ifrån om man först hade behövt gå igenom en lång korridor för att komma ut.

Kombination av estetik och praktisk nytta är ett signum för gestaltungsförslaget. Som utgångspunkt har jag haft våra olika sinnen såsom smak, lukt, syn, känsel och hörsel liksom minnet att arbeta mot. Ingen utav dessa faktorer har medvetet fått större utrymme än något annat, utan urvalet har blivit en *sammanvägning* av de delar som var efterfrågade ifrån personal och boende, samt vad jag tyckt har varit viktigast att få med i förslaget. Med detta som grundstomme har jag sedan använt enkätsvaren för att utforma trädgården. Det mesta av det växtmaterial jag har föreslagit har inte någon avgörande betydelse för platsen, utan skulle i ett anläggningsskede lätt kunna bytas ut mot andra växter som har de viktiga kvaliteter och fyller de viktiga funktioner som krävs för en trädgård anpassad efter äldre och människor med demens.

Då jag ritat på trädgården har det varit känslan och uttrycket jag har velat åt och är det som jag velat framhäva. T.ex. har jag efter att ha läst enkäterna fått känslan av att de boende och personalen efterfrågade det innehåll vi finner i en hemträdgård såsom fruktträd, bärbuskar, uteplatser. Vidare vill jag genom att uttrycka mig med färg på t.ex. markbeläggningen visa vilket uttryckssätt och karaktär jag eftersträvar. Trädgården har ett tydligt formspråk som rymmer odling och kontemplation. Hade ytan varit, säg tre gånger så stor hade jag kunnat dela av trädgården på ett annat sätt och skapat olika teman för att än mer återknyta de boendes minnen med den tid som flytt. T.ex. en äng, en skogsbacke med jaktorn, en köksträdgård. Detta skulle på nuvarande plats ha blivit alldeles för plottrigt och rörigt. Utrymmet är inte tillräckligt stort för att rymma alla dessa delar. Att ha fått möjligheten att arbeta med en verklig plats som utgångspunkt har varit givande och bidragit till att ge mitt arbete förankring.

Den litteratur jag har använt mig av i mitt arbete pekar på samma sak, nämligen att trädgård/natur har en stor betydelse för vår hälsa. Litteraturen har känts trovärdig då mycket av det jag läst kommer ifrån kända personer inom ämnesområdet som har haft och har stor betydelse för att sprida kunskap om ämnet. Dessutom känns de resultat som redovisas trovärdiga. Litteraturen har dock ofta känts bristfällig. Det har funnits mycket information att hämta om ämnet demens. Vad gäller ämnet trädgård och demens i samband har det inte funnits så mycket att hämta. Än mindre har det funnits utförlig information om vilka sorts växter som är lämpliga/mindre lämpliga för människor med demens. Den information som finns är relativt utspridd. Angående det jag skrivit tidigare om minnet hos äldre personer och av vikten av att ha växter som de boende känner igen och har minnen ifrån, så är ju detta inte någon statisk företeelse, något jag pratat med Christer Fällman om,

trädgårdsmästare vid Sinneas Trädgård i Stockholm (personlig kommunikation, 04.12.2008). I takt med att generationsskiften sker på boendet över tid, påverkas även de nya boendes minnen av olika växter, vilket gör att växtligheten i trädgården kan förändras över tid. Alltså kanske det ena inte behöver utesluta det andra. Växtmaterialet kan blandas upp, så att både gamla och nya växter ryms i trädgården. Då jag ritat på förslaget har jag försökt att se om något utav det som finns på platsen idag kan vara intressant att ha med i mitt gestaltningsförslag. Det jag kom fram till är att endast två utav fruktträden är så pass friska att de är av värde för att bevara till en möjlig framtida trädgård.

## **SLUTSATS**

De slutsatser jag kan dra av mitt arbete och det jag läst, är att naturens påverkan på oss är mycket större än många anar. Resultatet av gestaltningen är att trädgården anpassats till dementa, äldre och funktionshindrade. Huvudresultatet är att anpassningen till de boende sker genom minnesstimulering samt lukt, syn, hörsel och känsel och smak. Detta har jag åstadkommit genom att utforma innergården till en plats med olika element i form av vatten, färgstarka blommor, växter med de rätta kvaliteterna, samt stigar med olika material. Fokus har lagts på rumsuppdelning av trädgården för att alla avdelningar skall kunna utnyttja platsen för sina behov. Att ha fått möjligheten att arbeta med en verklig plats och verkliga människors behov som utgångspunkt för mitt examensarbete har varit angeläget för mig. Det har stimulerat mitt engagemang och min lust att skapa funktionella och vackra trädgårdsrum för ökad livskvalité i vardagen.



## KÄLLFÖRTECKNING

Bengtsson, R. & Berglund, K. (red.) (1999). *Bonniers stora bok om din trädgård*. Stockholm: Bonnier

Björklund, M. & Paulsson, U. (2003). *Seminarieboken: att skriva, presentera och opponera*. Lund: Studentlitteratur

Brandt, Nyquist Å. (2007). *Utemiljöns betydelse för äldre och funktionshindrade vid särskilda boenden*.

Dahlenborg, I. (2003). *Trädgård - en möjlighet i all vård*. Stockholm: Demensförb.

Folkhälsoinstitutet. (2004). Utemiljöns betydelse för äldre och funktionshindrade. Hämtad från <http://www.fhi.se/upload/PDF/2004/rapporter/utemiljo0401.pdf> [2009-02-07]

Förfrågningshandling ALP 2007 Markteknik, markhandling

Grahn, P. (1999). Om helande trädgårdar. *Svensk rehabilitering*

Green, S. & Johansson, U. (red.) (1995). *Nya Vackrare trädgård*. 3. Stockholm: Det bästa (Reader's Digest)

Jernberg, A. (2001). *Natur och trädgård inom vård och omsorg*. Falun: Dalarnas forskningsråd

Johansson, A-K, Kollberg, S och Bergström, K. (2009) Grönområden för fler – en vägledning för bedömning av närhet och attraktivitet för bättre hälsa. Statens folkhälsoinstitut. Hämtad från: [http://www.fhi.se/upload/ar2009/rapporter/Grönområden\\_webb.pdf](http://www.fhi.se/upload/ar2009/rapporter/Grönområden_webb.pdf) [2009-02-05]

Kantor, J. (2006). För sinnen och minnen mitt i stan. *Dagens Nyheter*. Hämtad från: <http://www.dn.se/DNet/jsp/polopoly.jsp?d=531&a=548580> [2009-02-16]

Kvant, C. & Palmgren, H. (1999). *Trädgårdens rum*. Stockholm: Prisma

Månsson, L., & Johanson, B-K. (2002). *Perenner i din trädgård - till nytta och fägring*. 2., omarb. utg. Västerås: Ica

Myhr, U. (2007). *Utemiljö och hälsa*. Stockholm: Arkitekternas forum för forskning och utveckling (Arkus)

Nyberg, R. (2000). *Skriv vetenskapliga uppsatser och avhandlingar med stöd av IT och Internet*. 4. Lund: Studentlitteratur

- Olsson Lieberg, T. (2007). Grattis Patrik Grahn! Movium. Hämtad ifrån: <http://www.movium.slu.se/nyheter/lasmer.cfm?151> [2009-02-09]
- Ottosson, J., & Grahn, P. (1998). *Utemiljöns betydelse för äldre med stort vårdbehov: fallstudien "Med ögon känsliga för grönt"*. Alnarp: MOVIUM
- Phillips, R., & Rix, M. (2002). *Perennials: the definitive reference with over 2,500 photographs*. Willowdale, Ont.: Firefly Books
- Plum, L. & Schul, J. (2004). *Politikens bog om havens traer og buske*. Politikens Forlag
- Schmidtbauer, P. (1999). *Trädgård och park som rehabilitering*. Gröna Fakta
- Schmidtbauer, P., Grahn, P., & Lieberg, M. (2005). *Tänkvärda trädgårdar: när utemiljön blir en del av vården*. Stockholm: Formas
- Schul, J. (2007). *Hvilken plante hvor*. Politikens forlag
- Splendor plantkatalog. (2006).
- Stockholm stad (2009). Länk till Sinnenas Trädgård. [www.stockholm.se/normalm](http://www.stockholm.se/normalm) [2009-02-22]
- Svenskt demenscentrum 2008 (A) Hämtad ifrån <http://www.demenscentrum.se/Fakta-om-demens/Demenssjukdomarna/> [2009-01-18]
- Svenskt demens centrum 2008 (B)) Hämtad från: <http://www.demenscentrum.se/Fakta-om-demens/Symtom/> [2009-01-18]
- Svenskt demenscentrum 2008 (C)) Hämtad från: <http://www.demenscentrum.se/Fakta-om-demens/Symtom/Beteendemassiga/> [2009-01-18]
- Svenskt demens centrum 2008 (D)) Hämtad från: <http://www.demenscentrum.se/Fakta-om-demens/Symtom/Kognitiv-symtom/Orienteringsformaga/> [2009-01-18]
- Svenskt demens centrum 2008 (E)) Hämtad från: <http://www.demenscentrum.se/Fakta-om-demens/Symtom/Kognitiv-symtom/Apraxi/> [2009-01-18]
- Svenskt demens centrum 2008 (F)) Hämtad från: <http://www.demenscentrum.se/Fakta-om-demens/Symtom/Kognitiv-symtom/Agnosi/Exemplet-Carl/> [2009-01-18]
- Svensk Trädgårds Zonkarta över Sverige. Riksförbundet Svensk Trädgård. Hämtad med tillstånd från: [http://www.tradgard.org/svensk\\_tradgard/zonkarta\\_stor.html](http://www.tradgard.org/svensk_tradgard/zonkarta_stor.html) [2009-01-12]
- Wahlgren, E-G. (2006). *En terapeutisk trädgård för palliativ vård*. Göteborgs universitet
- Westlund, P., Mårtensson, L., & Andersson, I. (1991). *Att arbeta med dementa: en erfarenhetsinventering*. Lund: Studentlitteratur

Wijk, H. (red.). (2004). *Goda miljöer och aktiviteter för äldre*. Lund: Studentlitteratur

**Alla fotografier är tagna av rapportskrivaren själv**