

# GESTALTNINGSPRINCIPER FÖR UTEMILJÖER VID DEMENSBOENDEN

ETT GESTALTNINGSFÖRSLAG FÖR ÄNGSKLOCKANS ÄLDREBOENDE

**MARTINA PIND** Avdelningen för landskapsarkitektur  
Examensarbete vid landskapsarkitektprogrammet, Uppsala 2016

Sveriges lantbruksuniversitet  
Fakulteten för naturresurser och jordbruksvetenskap  
Institutionen för stad och land, avdelningen för landskapsarkitektur, Uppsala  
Examensarbete för yrkesexamen på landskapsarkitekturprogrammet  
EX0504 Självständigt arbete i landskapsarkitektur, 30 hp  
Nivå: Avancerad A2E  
© 2016 Martina Pind, e-post: martinapind@hotmail.se  
Titel på svenska: Gestaltungsprinciper för utemiljöer vid demensboenden; ett gestaltungsförslag  
för Ängsklockans äldreboende  
Title in English: Design principles for outdoor environments of nursing homes for people with dementia;  
a design proposal of Ängsklockans nursing home  
Handledare: Kerstin Nordin, institutionen för stad och land  
Examinator: Madeleine Granvik, institutionen för stad och land  
Biträdande examinator: Petter Åkerblom, institutionen för stad och land  
Omslagsbild: Blommande körsbärsträd av Martina Pind  
Upphovsrätt: Samtliga bilder/foton/illustrationer/kartor i examensarbetet publiceras med tillstånd  
från upphovsman  
Originalformat: A3  
Nyckelord: demensboende, gestaltning, gestaltungsprinciper, utemiljö  
Online publication of this work: <http://stud.epsilon.slu.se>

## SUMMARY

The purpose of this thesis is to examine how outdoor environments of nursing homes for people with dementia can be designed according to the user's needs and abilities. Through background studies several design principles have been developed which give guidelines to the designer on how to design the outdoor environments for people with dementia. The design principles are exemplified in the thesis with a design proposal for a nursing home in Gideonsberg, Västerås. With this thesis I want to highlight the importance that everyone, regardless of illness, should have the opportunity to stay in an adapted outdoor environment.

The study is based on the following main question:

- *How could outdoor environments of nursing homes for people with dementia be designed with respect for the user's needs and abilities?*

To be able to answer the main question, two underlying questions had to be answered:

- *Which theories exist in the literature on how an outdoor environment of a nursing home for people with dementia should be designed with respect to impaired memory and cognitive ability?*
- *How are the outdoor environments to nursing homes for people with dementia being used in practice?*

## METHODS

The thesis is based on a method divided in three parts; an initial literature-study, interviews and a design proposal.

The literature-study includes three major topics; *what is dementia?*, *the outdoor environments effects on human health* and *outdoor environments to nursing homes for people with dementia*. The first chapter discusses the meaning of dementia, what it is and the symptoms that come with the disease. The second chapter deals with the positive effects that nature and outdoor environments have on human health. The literature-study ends by discussing how the outdoor environment can be designed with respect for the user's needs and abilities.

Interviews was performed to gain knowledge about how the existing outdoor environments of nursing homes for people with dementia are used.

The literature-study and the interviews resulted in several design principles. To give the reader an understanding of how to use the design principles in practice, a design proposal is presented in the thesis.

## RESULTS

The results are divided between a theoretical part, where the results of the literature-study and the interviews are presented, and a part where the design proposal of Ångsklockan is visualized. The theory part highlights the outdoor environments effects on human health. Two well-known theories are presented, Kaplans theory and Ulrich theory. Even though there are two different theories which treat the subject in two different ways, both theories indicate that the outdoor environments have positive effects on human health. They highlight that it is in natural environments the human can relax and recover from an information and stress based society.

To relax and take a break from all information that influence humans are of importance for people with dementia. When a person gets a dementia disease some symptoms often occur which sometimes affect the person's cognitive capacity. A distinct cognitive capacity can affect the person's ability to remember, to speak, to orientate and to understand time. With this in mind, the landscape architect who will design the outdoor environment of a nursing home for people with dementia will have to design with respect to the user's needs and abilities.

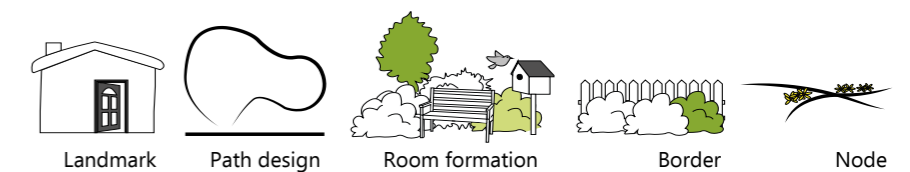
### A welcoming environment

The first step is to create an environment that welcomes the user. The outdoor environment should welcome the user in the sense that the user should feel a connection for the environment and a belonging to it. Homeliness is an important word to consider when designing the outdoor environment of nursing home for people with dementia. To get the user to feel at home and welcome in a new environment knowledge has to be gained about the user's background. A homelike environment is linked to the experiences that the person had in the earlier stages of their life.

After creating an outdoor environment that welcomes the users, the difference between the inside of the building and the outside environment has to be reduced. There should be something in the outdoor environment that attracts the user to go outside and barriers between inside and outside have to be reduced. The basic principle is about making the step between inside and out easy to break.

### A readable environment

People suffering from dementia often have an impaired senses of direction and time. The environment should therefore give clear signals about how it can be used. A readable and recognizable environmental provides a sense of security and a feeling of being in control of the situation, which is important for people suffering from a dementia diagnosis. Different characters and elements in the environment support orientation. An outdoor environment that is easy to navigate supports the user's ability to use it and helps avoid unnecessary confusion. This thesis discusses five different design principles that help the user to navigate and to read the outdoor environment; landmarks, path design, room formations, borders and nodes.



### An adapted environment

Besides the outdoor environment being welcome and readable to the user, it should also be adapted to the user's abilities. Three major aspects that have an impact on how the outdoor environment of a nursing home will be perceived by people with dementia are; the ground material (which should have a light color without any barrier), climate adaption (as older people can be sensitive to direct sunlight) and specially designed benches (which should be adapted to the user's abilities).

The environment of a nursing home for people with dementia also requires adaptation according to the activities that take place in the outdoor environment. The activities should match what the users are interested in, which is another example of the importance of attaining knowledge about the user's background. According to the literature-study and the interviews some common interests and activities that were appreciated among the users where; gardening, taking a walk or physical activities like playing boule or cricket. The activities can probably differ due to the user's interest and they will likely change over time.

### An environment that stimulates senses and memories by plants

The last design principle raised in the thesis is how to evoke memories by stimulating the senses with plants. The different characteristics in plants have the ability to stimulate the users' senses by form, color, smell and touch. A person with a dementia disease can have a reduced

capacity for remembering what just happened, but can often recall what happened to them earlier in life. In an outdoor environment for a nursing home for people with dementia plants that are well-known to the users should be chosen to help stimulate the users' memories.

### DESIGN PROPOSAL FOR ÄNGSKLOCKAN

In the thesis the design principles have been visualized at Ängsklockan's outdoor environment. Ängsklockan is a nursing home for elderly people and people with dementia in Västerås, Sweden. The inventory showed that the outdoor environment wasn't designed with respect to the user's needs and abilities. There were a lot of barriers in the environment and the few sitting opportunities could not be used by the users. In the analyses, which compared how well the outdoor environment was designed with regards to the design principles showed that only one principle was fulfilled. The design principles that have been raised in the thesis worked as a program for the new design. The goal was to create an outdoor environment that was fully adapted to the user's needs, capacity, abilities and interest. This proposal can work as a guideline for other landscape architects who will design outdoor environments for a nursing home for people with dementia.

### DISCUSSION

This thesis has tried to investigate how the outdoor environment of a nursing home for people with dementia can be designed with regard to the users' needs and abilities. The design principles which have been produced by this work can be used as a guideline on how the outdoor environment of a nursing home for people with dementia should be designed. The design proposal of Ängsklockan shows that it can be difficult to completely fulfill all design principles related to the place's conditions. This indicates that this thesis does not solve the entire problem of creating an adapted outdoor environment of a nursing home for people with dementia. It is however important to point out that the design principles can be used as a tool in the design of outdoor environments for people with dementia.

This thesis highlights the importance the outdoor environment actually has for people with a dementia diagnosis. It also highlights the role and responsibility the landscape architects have when it comes to creating an outdoor environment that has to be adapted to the users' needs and abilities. All people, regardless of illness, age or background should have the right to an adapted outdoor environment. When the persons themselves can't tell what they want and need, the architect has to be aware of it. It doesn't have to be expensive or take a lot of time to shape an outdoor environment tailored to the user's capacities. We just have to get knowledge about what the user need and wants.



Illustration Ängsklockan, scale 1:800/A3

### TACKORD

Detta examensarbete avslutar mina studier på landskapsarkitektutbildningen vid Institutionen för stad och land på Sveriges lantbruksuniversitet i Uppsala. Jag vill rikta ett stort tack till alla som har hjälpt mig under arbetets gång. Först och främst så vill jag tacka de demensboenden och arbetsterapeuter som välkomnat mig i deras miljö. Jag vill även tacka min handledare Kerstin Nordin för vägledning under arbetets gång. Ett stort tack riktas även till Erika Barreby på Västerås Kommun som har försett mig med material och Eva Bäckman, avdelningschef på Ängsklockan. Ett extra stort tack riktas till medarbetarna på Archus som ställt upp med allt från lokal och en trevlig arbetsmiljö till rådgivning.

*Martina Pind*  
2016

# INNEHÅLLSFÖRTECKNING

<b>INLEDNING .....</b>	<b>6</b>		
1.1 INLEDNING.....	7		
1.2 SYFTE OCH FRÅGESTÄLLNING .....	7		
1.3 AVGRÄNSNING .....	7		
1.4 MÅLGRUPP.....	7		
1.5 METOD OCH GENOMFÖRANDE .....	7		
1.5.1 Litteraturstudie.....	7		
1.5.2 Intervju med personal och arbetsterapeut.....	8		
1.5.2.1 Bearbetning och analys av intervjudata .....	8		
1.5.3 Tillämpning ängsklockans utegård.....	8		
1.5.3.1 Inventering och analys.....	8		
1.5.3.2 Program.....	8		
1.5.3.3 Förslag.....	8		
1.6 BEGREPPSPRECISERING.....	8		
<b>LITTERATURSTUDIE OCH INTERVJUER .....</b>	<b>9</b>		
2 LITTERATURSTUDIE OCH INTERVJUER .....	10		
2.1. VAD ÄR DEMENS? .....	10		
2.2 UTEMILJÖNS BETYDELSE FÖR HÄLSAN.....	10		
2.2.1 Kaplans teori .....	10		
2.2.2 Ulrichs teori.....	10		
2.2.2.1 Teoriernas betydelse för personer som drabbats av demens .....	10		
2.3 INTERVJU MED PERSONAL PÅ DEMENSBOENDE OCH MED ARBETSTERAPEUTER.....	10		
2.3.1 Sinnesförmåelse .....	10		
2.3.2 Sinnesro.....	11		
2.3.3 Aktiviteter .....	11		
2.3.4 Utemiljöns uppbyggnad.....	11		
2.4 GESTALTNINGSPRINCIPER FÖR UTEMILJÖER TILL DEMENSBOENDEN.....	11		
2.4.1 Sinnenas trädgård.....	11		
2.4.2 En välkomnande plats .....	12		
2.4.3 Att ta steget ut.....	12		
2.4.4 Utemiljöns strukturella uppbyggnad.....	12		
2.4.4.1 Landmärken.....	13		
2.4.4.2 Stigarnas utformning .....	13		
2.4.4.3 Rumsbildningar.....	13		
2.4.4.4 Gränser .....	13		
2.4.4.5 Noder.....	13		
2.4.5 Anpassningar av utemiljön till demenssjukas förmågor .....	14		
2.4.5.1 Markmaterialval .....	14		
2.4.5.2 Klimatanpassning.....	14		
2.4.5.3 Sittbänkar .....	14		
2.4.6 Aktivitet- att stärka människans självförtroende .....	14		
2.4.7 Sinnen och minnen med växter och vatten .....	15		
2.4.7.1 Exempel på växter som stimulerar sinnen.....	15		
2.4.7.2 Vatten som element.....	15		
<b>TILLÄMPNING PÅ ÄNGSKLOCKANS UTEGÅRD.....</b>	<b>16</b>		
3. TILLÄMPNING PÅ ÄNGSKLOCKANS UTEGÅRD - INVENTERING, ANALYS, PROGRAM.....	17		
3.1 INVENTERING.....	17		
3.2 ANALYS.....	18		
3.2.1 Analysplaner.....	18		
3.2.2 Skuggdiagram.....	18		
3.3 PROGRAM.....	19		
3.3.1 Programplaner.....	19		
3.4 TILLÄMPNING PÅ ÄNGSKLOCKANS UTEGÅRD- DEN NYA GESTALTNINGEN.....	20		
3.4.1 Mötesplatsen.....	21		
3.4.2 Högtidsplatsen .....	21		
3.4.3 Sinnenas Trädgård .....	22		
3.4.4 Syrénbersån .....	22		
3.4.5 Växtval .....	23		
3.4.5.1 Gräsmattan med lökväxter och syrénbersån.....	23		
3.4.5.2 Den låga inramningen.....	23		
3.4.5.3 Den yttre inramningen .....	23		
3.4.5.4 De upphöjda planteringarna .....	23		
3.4.5.5 Odlingen .....	23		
3.4.5.6 Blomsterängen och gruspartiet .....	23		
<b>DISKUSSION.....</b>	<b>24</b>		
4.1 SAMMANFATTANDE DISKUSSION .....	25		
4.2 REFLEKTION KRING METOD .....	25		
4.2.1 Litteraturstudie.....	25		
4.2.2 Intervju med personal och arbetsterapeuter.....	25		
4.2.3 Tillämpning på Ängsklockans utegård.....	25		
4.3 DEN NYA GESTALTNINGEN .....	25		
4.4 ÅTERKOPPLING TILL FRÅGESTÄLLNING .....	25		
4.4.1 Utemiljön vid befintliga demensboenden .....	25		
4.5 FÖRSLAG TILL FORTSATT FORSKNING .....	26		
4.6 SLUTORD.....	26		
<b>REFERENSER.....</b>	<b>27</b>		
5.1 TRYCKTA KÄLLOR.....	28		
5.2 ELEKTRONISKA KÄLLOR.....	28		
5.3 FIGURFÖRTECKNING.....	29		

# INLEDNING

Figur 1: Sinnenas trädgård "Mötesplats"



## 1.1 INLEDNING

Detta examensarbete behandlar gestaltning av utemiljöer vid demensboenden. Av egna erfarenheter, med en nära släkting som har bott på ett demensboende, har jag insett att utemiljöer vid demensboenden oftast inte är anpassade till målgruppens behov och förmågor.

Ämnet är aktuellt då demens är en diagnos som ökar i Sverige. Idag är det cirka 25 000 personer som varje år insjuknar i sjukdomen (Socialstyrelsen 2014). Risken att drabbas av en demenssjukdom ökar med stigande ålder, i och med att vi har en åldrande befolkning i Sverige (SCB, u.å) så kommer troligen demensdrabbade personer att öka i framtiden. Siffror visar att år 2050 kan så många som 240 000 personer i Sverige vara drabbade (Svenskt Demenscentrum 2014), vilket är en stor ökning mot de 160 000 personer som idag lider av en demenssjukdom (Socialstyrelsen 2014). Med en demensdiagnos följer en rad symptom, bland annat sviker ofta de kognitiva förmågorna, vilket innebär en försämring av minne, språk, orienteringsförmåga och tidsuppfattning (Svenskt demenscentrum 2012).

I och med att vi har en åldrande befolkning i Sverige och statistik som visar på att fler människor kommer att drabbas av en demenssjukdom i framtiden, kommer troligen också demensboenden att öka i antal. De nya utemiljöerna som därmed uppkommer i samband med demensboendena blir möjliga miljöer för landskapsarkitekter att gestalta.

Det finns flera studier som styrker att personer som lider av demens blir gladare och mindre oroliga efter att ha varit i en utemiljö (Grahm et al. 2005). I allmänhet så har utevistelse flera positiva effekter på människors hälsa. Utomhus får vi bland annat tillgång till solljus, vilket påverkar både hormonella processer och vitaminstatus, samtidigt som vi får i oss frisk luft. Studier har även påvisat att människor generellt rör på sig mer utomhus än inomhus, vilket på sikt ger en positiv effekt på hälsan (Bengtsson & Grahm 2005).

## 1.2 SYFTE OCH FRÅGESTÄLLNING

Utomhusmiljön vid demensboenden har stor betydelse för de som bor på boendet. Personer som lider av en demenssjukdom är beroende av sin närmiljö på grund av att de kan ha svårt att ta sig till andra miljöer på egen hand. Landskapsarkitekten behöver vara medveten om hur personer som lider av en demenssjukdom uppfattar och tolkar sin omgivning och värdet i att gestalta för att stimulera sinnen och minnen.

Syftet med detta examensarbete är att visa ett exempel på hur en utemiljö till ett demensboende kan gestaltas utifrån de boendes behov och förmågor. Med bakgrund från litteraturstudie, intervjuer med personal på demensboenden samt intervjuer med arbetsterapeuter tas gestaltungsprinciper fram. Dessa tillämpas på utemiljön vid äldreboendet Ängsklockan i Västerås.

Arbetet har utgått från följande huvudfrågeställning:

- *Hur kan en utemiljö till ett demensboende gestaltas utifrån dementa personers behov och förmågor?*

För att kunna svara på huvudfrågeställningen har ytterligare två frågeställningar formulerats:

- *Vilka teorier finns inom litteraturen kring hur en utemiljö till demensboenden bör gestaltas med hänsyn till nedsatt minne och nedsatt kognitiv förmåga?*
- *Hur används och fungerar utemiljöer till demensboenden i praktiken?*

## 1.3 AVGRÄNSNING

Arbetet riktar sig till utemiljöer på demensboenden, samt vård- och äldreboenden där personer med en demensdiagnos är bosatta. Detta gör att litteratur som har studerats avgränsades till hur utemiljöer ska gestaltas för att möta dementa personers behov och förmågor. Andra inriktningar av vård- och äldreboenden har inte behandlats i detta examensarbete.

Fyra intervjuer genomfördes med personal på demensboenden samt två intervjuer med arbetsterapeuter, alla inom Mälardalen. De som bor på respektive boende har inte intervjuats i detta arbete med hänsyn till sjukdomen. Respondenterna har däremot blivit ombedda att svara utefter hur de tror att de boende uppfattar utemiljön.

I gestaltningen av Ängsklockans utemiljö har huvudfokus legat på att gestalta de miljöer som används av de boende i vardagen, vilket gör att tyngd har lagts på att gestalta Ängsklockans utegård. All resterande tomtmark tillhörande Ängsklockan omfattas därför inte av detta arbete.

Tidsmässigt avgränsades arbetet till 20 veckor.

## 1.4 MÅLGRUPP

Arbetet vänder sig i första hand till yrkesverksamma landskapsarkitekter, planerare, kommuner och privata byggherrar som arbetar med utemiljöer för personer som har en demensdiagnos. Även andra yrkesgrupper som arbetar med diagnosen, såsom arbetsterapeuter och personal på demensboenden är potentiella målgrupper.

## 1.5 METOD OCH GENOMFÖRANDE

Arbetet är baserat på en metod med följande tre delar; litteraturstudie, intervjuer med personal på demensboenden och arbetsterapeuter samt gestaltungsförslag.

I litteraturstudien studerades och sammanställdes fakta kring de olika ämneskategorierna: vad är demens, utemiljöns betydelse för hälsan och utemiljöer till demensboenden. För att skapa en djupare förståelse kring utemiljöns användning och betydelse vid demensboenden genomfördes fyra intervjuer med personal på demensboenden samt två intervjuer med arbetsterapeuter. Resultatet från dessa två delar tolkades och tillämpades på Ängsklockans utegård, för att exemplifiera hur en utemiljö till ett demensboende kan gestaltas.

### 1.5.1 Litteraturstudie

Litteraturstudien systematiserades i tre olika ämneskategorier för att skapa en övergripande bild av ämnesområdet. Studien omfattar en undersökning av de olika ämneskategorierna: vad är demens, utemiljöns betydelse för hälsan och utemiljöer till demensboenden. Syftet med litteraturstudien var att fastställa viktiga gestaltungsprinciper att tänka på vid gestaltning av utemiljöer till demensboenden, vilket svarar på frågeställningen: *Vilka teorier finns inom litteraturen kring hur en utemiljö till demensboenden bör gestaltas med hänsyn till nedsatt minne och nedsatt kognitiv förmåga?*

Litteratursökning skedde i databaserna Primo, Libris, Epsilon och Google och innefattade såväl nationell som internationell litteratur. Vidare studerades referenslistor i relevant litteratur som blev känd genom sökning i databaserna.

Den första ämneskategorin vad är demens hämtades främst från den svenska hemsidan Svenskt Demenscentrum (<http://demenscentrum.se>), som på uppdrag av Socialstyrelsen och den svenska regeringen arbetar som en kunskapsbank och en sambandscentral inom demensområdet.

I detta avsnitt tas demens som sjukdom upp; vilka typer av demens som vanligast förekommer och vilka symptom som är vanliga hos personer som lider av en demenssjukdom.

De avsnitt som behandlar ämneskategorierna *utemiljöns betydelse för hälsan* och *utemiljöer till demensboenden* baseras främst på forskning och studier inom miljöpsykologi. Publikationer av Patrik Grahn och Anna Bengtsson har varit mycket värdefulla i litteraturstudien. Även Ellen-Elisabeth Grefsdøds publikation *Eldres liv og hagens visdom, formgivning av terapeutiske hager for personer med demens* har varit till stor hjälp för att svara på hur utemiljöer till demensboenden kan gestaltas.

Målet med litteraturstudien var dels att finna fakta kring vad som bör finnas i en utemiljö till ett demensboende, samt vilka faktorer i utomhusmiljön som påverkar demenssjuka positivt.

### 1.5.2 Intervju med personal och arbetsterapeut

Syftet med intervjuerna med personal på demensboenden var att få en inblick i hur de såg på användningen av utemiljöer i vården, samt hur deras egen utemiljö användes av de boende i vardagen. Personalen som intervjuades var antingen undersköterskor eller sjuksköterskor. Den intervjuguide som låg till grund för intervjuerna framgår av Bilaga 1. Semistrukturerade, kvalitativa intervjuer kom att användas för att få personliga och öppna svar.

För att få en större inblick i hur utemiljön kan användas i vården vid demensboenden genomfördes även intervjuer med två arbetsterapeuter, båda med stor erfarenhet av att arbeta med dementa personer i en utemiljö. Kvalitativa, semi-strukturerade intervjuer kom att användas. Den intervjuguide som låg till grund för intervjuerna framgår av Bilaga 2.

#### 1.5.2.1 Bearbetning och analys av intervjudata

I och med att en kvalitativ intervjumetod genomfördes innebar det att respondenternas svar på en intervjufråga kunde beröra flera intervjufrågor. Första steget i att bearbeta data som framkommit i och med intervjuerna var därför att transkribera intervjun. Transkriberingen innebar att respondenternas svar kunde sorteras in under respektive fråga.

Nästa steg i bearbetning och analys av data var att finna nyckelord under respektive intervjufråga. De olika intervjuerna behandlades var för sig i detta steg. Hedin (1996) menar att genom kodning av nyckelord så reduceras och analyseras intervjutexten och man får fram dess faktiska innebörd (Hedin 1996, rev Martin 2011).

Efter att nyckelorden fastställts för respektive intervju söktes gemensamma teman bland intervjuerna systematiskt. Här kunde de olika nyckelorden användas som redskap - vilka nyckelord passar ihop? Tas nyckelorden upp i samma sammanhang respondenterna emellan? Under varje tema sammanställdes sedan i löptext de gemensamma nyckelordens innebörd.

I och med intervjuerna kunde följande frågeställning besvaras: *Hur används och fungerar utemiljöer till demensboenden i praktiken?*

### 1.5.3 Tillämpning på Ängsklockans utegård

Sista delen av examensarbetet visar på hur man praktiskt kan använda och tolka den information som framkommit via litteraturstudie och intervjuer. Den framtagna informationen tillämpades på en utemiljö till ett äldreboende i Västerås, Ängsklockan. Ängsklockan valdes ut bland två demensboenden som visat sig vara intresserade, efter mailförfrågan, av att gestaltningsprinciperna skulle tillämpas på deras utemiljö, det andra boendet var Rosengården i Enköping. Ängsklockan ansågs vara en lämplig plats för gestaltningsförslaget i och med att utemiljön idag inte är anpassad efter de boendes behov och förmågor, samt att tankar finns kring ombyggnation.

#### 1.5.3.1 Inventering och analys

Inventering av Ängsklockans utemiljö skedde 2016-03-14. I samband med platsbesök och inventering så fördes ett samtal med avdelningschefen på Ängsklockan för att få en förståelse kring hur utemiljön användes. Vid samtal med avdelningschefen så framkom det att endast utegården med tillhörande promenadslänga användes av de boende. Detta medförde att gestaltningsprinciperna som framkommit i och med litteraturstudie och intervjuer tillämpades på Ängsklockans utegård. Övrig tomtmark tillhörande Ängsklockan har därför inte behandlats i detta arbete.

I inventering och analys studerades Ängsklockans utegård utifrån de aspekter som framkommit i och med litteraturstudie och intervjuer. Platsens strukturella uppbyggnad analyserades, liksom inventering av vegetation, material samt visuella kopplingar.

I samband med platsbesöket så studerades även klimat och väderförhållanden och ett skuggdiagram framställdes sedan i programmet Google SketchUp.

#### 1.5.3.2 Program

I och med inventering och analys lades en klar bild över vad som fungerade på utegården med hänsyn till de boendes behov och förmågor, samt vad som behövde justeras. Ett program togs fram gällande omformningen av utegården baserat på vad som framkommit i litteraturstudie och intervjuer samt analys av utegården. Programmet omfattar programpunkter med tillhörande programplaner.

#### 1.5.3.3 Förslag

Gestaltningsförslaget på Ängsklockans utegård utvecklades genom en cirkulär skissprocess. Skissprocessen skedde genom en blandning av handritade skisser, AutoCad och SketchUp, för att skapa en balans mellan snabba skisser, exakta skisser och tredimensionella skisser.

## 1.6 BEGREPPSPRECISERING

Nedan presenteras de begrepp som frekvent används i arbetet. Begreppen är tolkade av författaren om inget annat anges.

- **Demensboende** är ett boende som är anpassat till personer med en demensdiagnos. I detta arbete används termen demensboende även för äldreboenden och vård- och omsorgsboenden i de fall personer med en demensdiagnos är bosatta där.

- **Utegård** betecknas i detta examensarbete som en utemiljö som på något sätt är avgränsad från den omgivande tomtmarken, till exempel genom ett staket eller av en häck.



# LITTERATURSTUDIE OCH INTERVJUER

Figur 2: Sinnenas trädgård



## 2. LITTERATURSTUDIE OCH INTERVJUER

Litteraturstudien, tillsammans med intervjuer, svarar på hur en utemiljö till ett demensboende kan gestaltas för att tillgodose demenspersoners behov och förmågor. Första avsnittet behandlar demens som sjukdom, för att sedan komma in på utemiljöns betydelse för hälsan. Därefter presenteras en sammanställning av de intervjuer som har genomförts med personal på demensboenden samt de intervjuer som har skett med arbetsterapeuter. Det sista kapitlet beskriver flera gestaltungsprinciper som kan användas som verktyg vid gestaltning av utemiljöer till demensboenden.

### 2.1 VAD ÄR DEMENS?

Demens är inte *en* sjukdom utan det är en diagnos och ett samlingsnamn för flera symptom som orsakats av olika sjukdomar och skador. Beroende på vilka delar av hjärnan som drabbats så yttrar sig diagnosen på olika sätt. Det vanligaste symptomen är däremot att minnet och förmågan att genomföra vardagliga sysslor försämras (Svenskt demenscentrum 2014).

Demensrelaterade sjukdomar brukar delas in i tre huvudgrupper; Primärdegenerativa sjukdomar (Alzheimers sjukdom ingår i denna grupp och står för cirka 60 procent av samtliga fall av demens i Sverige), Vaskulära sjukdomar och Sekundära sjukdomar (Svenskt demenscentrum 2016).

Vid demensrelaterade sjukdomar påverkas människans kognitiva förmågor negativt, vilket leder till en försämring av minne, språk, orienteringsförmåga och tidsuppfattning. Förutom att de kognitiva förmågorna försämras kan även andra symptom förekomma såsom psykiska, beteendemässiga och kroppsliga. Exempel på psykiska symptom är ångest, aggressivitet och förvirring. Beteendemässiga symptom kan uttryckas i att en person vandrar, att den går och går utan att ha ett specifikt mål. De kroppsliga symptomen, bland annat urininkontinens, blir allt vanligare ju längre som sjukdomen fortskrider (Svenskt demenscentrum 2012).

I och med att demensrelaterade sjukdomar påverkar människans kognitiva förmågor, beteende, psyke och kropp så är det viktigt för landskapsarkitekten att gestalta en utemiljö utefter den demenssjukes behov och förmågor.

### 2.2 UTEMILJÖNS BETYDELSE FÖR HÄLSAN

Två framgångsrika teorier, framtagna av Rachel och Stephen Kaplan och Roger Ulrich, visar att utomhusvistelse ger människan förmågan att återhämta sig från informationsbelastning och stress, vilket är av stort vikt för en person som lider av en demenssjukdom.

#### 2.2.1 Kaplans teori

Rachel och Stephen Kaplans teori behandlar människans förmåga att koncentrera sig (Grahn & Ottosson 1998). Teorin bygger på att det finns två typer av uppmärksamhet; den spontana uppmärksamheten och den riktade koncentrationen. De menar att människan i det moderna samhället använder sig utav den riktade koncentrationen, till exempel genom att sortera och prioritera information. Denna typ av koncentration är mycket energikrävande vilket gör att utrymme måste ges till återhämtning och vila (Bengtsson & Grahn 2005).

För att vila och återhämtning ska kunna ske från den riktade koncentrationen bör människan uppsöka miljöer där hon istället kan använda sig utav den spontana uppmärksamheten (Bengtsson & Grahn 2005). Den spontana uppmärksamheten kräver lite ansträngning och aktiveras som mest i naturliga miljöer. För att den spontana uppmärksamheten ska kunna råda behöver däremot fyra funktioner uppfyllas (Bengtsson 2003);

1. Det måste finnas en möjlighet att komma bort från den riktade koncentrationen (Bengtsson 2003).
2. Personen måste få en känsla av att den kommer in i en annan värld (Bengtsson 2003).
3. Det måste finnas händelser och ting som fångar den spontana uppmärksamheten (Bengtsson 2003).
4. Miljön måste stödja det som personen orkar och har lust att göra (Bengtsson 2003).

#### 2.2.2 Ulrichs teori

Den andra teorin, författad av Roger Ulrich, menar på att människan är biologiskt anpassad till att leva i naturen (Grahn & Ottosson 1998). Till skillnad från paret Kaplans teori, bygger denna teori på att människans respons på olika miljöer är utvecklad genom evolutionen, att hennes kropp reagerar fysiskt på huruvida en miljö är positiv eller negativ (Bengtsson 2003). I naturliga miljöer får människor möjlighet att reagera reflexmässigt medan de i den moderna, onaturliga miljön, måste använda sitt logiska tänkande (Grahn, & Ottosson 1998), vilket gör att reaktionen inte kan ske fullt så snabbt (Bengtsson 2003). Den onaturliga miljön gör människor stressade och otrygga (Grahn & Ottosson 1998), medan den naturliga miljön gör att de kan återhämta sig från stress (Bengtsson & Grahn 2005).

##### 2.2.2.1 Teoriernas betydelse för personer som drabbats av demens

I och med paret Kaplans och Roger Ulrich teorier skapas en förståelse kring varför utevistelse är viktigt för personer som lider av en

demenssjukdom. De drabbade måste få en möjlighet att kunna vila från all den informationsbelastning som sker i inomhusmiljöer, onaturliga miljöer. Gestaltning av utemiljöer till demensboenden bör därmed utformas till naturliga miljöer med hänsyn till de fyra kategorierna enligt paret Kaplan, som gör att spontan uppmärksamhet kan råda. Utemiljön måste även gestaltas för att tillgodose den demenssjukes behov och förmågor.

### 2.3 INTERVJU MED PERSONAL PÅ DEMENSBOENDE OCH MED ARBETSTERAPEUTER

Nedan presenteras en sammanställning av de intervjuer som har genomförts med personal på demensboenden i Mälardalen samt de intervjuer som har skett med arbetsterapeuter. Syftet med intervjuerna är att skapa en förståelse kring hur verksamma inom demensområdet ser på utemiljöer vid demensboenden. Totalt har sex intervjuer genomförts varav två stycken med arbetsterapeuter samt fyra stycken med personal på demensboenden. Redovisningen sker i löptext under fyra skilda teman som arbetats fram under bearbetning av data.

#### 2.3.1 Sinnesförmåga

Sinnesförmåga, att minnas saker från förr, var ett ämne som återkom i flera intervjuer. En av de intervjuade arbetsterapeuterna menade att personer som drabbats av en demenssjukdom ofta har svårt för att minnas det som precis har hänt, men att de ofta minns väldigt bra vad som hände dem tidigare i livet (muntlig kontakt med arbetsterapeut 2). Utemiljön kan i denna mening användas som ett redskap för att återväcka gamla minnen. Det kan handla om allt ifrån att kunna ta av sig skorna och känna gräset under sina fötter, till att få en bekant smak i munnen. Det handlar om att stimulera den boendes sinnen för att väcka gamla minnen.

Fler exempel togs upp under intervjuerna på hur sinnesupplevelser kunde väcka gamla minnen. När välbekanta växter fanns på gården kunde flera av de boende känna igen sig, menade respondenterna. Även personer som ofta satt tysta kunde minnas tillbaka och vakna upp genom att säga "det där känner jag igen, såna där hade ju jag i min trädgård vetu, såna där vet man ju vad det är" (muntlig kontakt med arbetsterapeut 1).

Förutom växtlighet så nämndes även andra element och aktiviteter i utemiljön som kunde inbringa sinnesförmåga. Att hänga tvätt på en lina var något som återkom i flera av respondenternas svar. Även att titta på fåglar vid fågelholken och trädgårdsskötsel av olika typer kunde väcka gamla minnen.

### 2.3.2 Sinnesro

Sinnesro var ett annat tema som togs upp under intervjuerna, vilket innebär att människan ska få känna sinnesfrid, fri från oro och ångest. En av de intervjuade arbetsterapeuterna menade att många demenssjuka personer kan bära på mycket oro, i vissa fall till och med ångest (muntlig kontakt med arbetsterapeut 2). För att minska denna oro och ångest kan utemiljön användas genom att erbjuda platser som uppmuntrar till sinnesro.

Välmående var ett ord som respondenterna använde när de fick frågan kring varför de trodde att utemiljön hade någon betydelse för personer med en demenssjukdom. Flera av respondenterna menade att de kunde se att den boende mådde bra av att vara ute, att personen "sken" upp (muntlig kontakt med personal 1) och att de såg välmående hos dem, vilket kan ge förutsättningar till sinnesro.

Under intervjuerna framkom fler element i utemiljön som kan hjälpa till att framkalla sinnesro. Bland annat så framkom det att fågelsång och porlande vatten har en lugnande inverkan. Flera av respondenterna nämnde också vikten av att utemiljön skulle erbjuda mindre, mer intima rum där den boende själv eller tillsammans med någon anhörig kunde sätta sig i lugn och ro, utan att bli störd.

### 2.3.3 Aktiviteter

Vid sammanställning av respondenternas svar kunde det urskiljas att de olika aktiviteterna som ägde rum på boendena till största del liknade varandra. De allra flesta använde utemiljön till att gå promenader, anordna underhållning/aktiviteter i grupp, ha fikastunder och till trädgårdsarbete.

*"Trädgårdsskötsel är ju fantastiskt om man är i en trädgård, och här finns det ju allt att göra: klippa gräset, klippa buskar, man kan räfsa, kratta grusgång. Och på våren kan man plantera. Många av de här personerna är ju vana att sköta trädgårdar, det sitter ju på nått sätt för dem att göra." (Arbetsterapeut 2).*

En av arbetsterapeuterna betonade vikten av dagliga aktiviteter och att dessa lika gärna kunde ske utomhus, på samma sätt som en frisk människa skulle använda sig av utemiljön till de dagliga aktiviteterna. Exempel på dagliga aktiviteter menade hon är just att anordna fikarep utomhus, sköta tvätten och hänga på lina eller så enkla saker som att läsa morgontidningen i solen (muntlig kontakt med arbetsterapeut 2).

Fysiska aktiviteter är viktiga att få in i vardagen på ett demensboende, oavsett årstid (muntlig kontakt med arbetsterapeut 2). Här kunde det

tydligt utläsas ur intervjuerna att endast ett fåtal boenden dagligen använde sig av utemiljön under vinterhalvåret. De flesta betonade att marken ofta var för hal för att gå på under vintern, vilket kunde leda till att de boende halkade. Den andra orsaken till att utemiljön inte användes i samma utsträckning på vintern som på sommaren var vädret.

På några boenden användes däremot utemiljön dagligen oavsett årstid. Små element fanns i utemiljön som gjorde att den utnyttjades under kortare stunder. Aktiviteter som anordnades på vintern var korvgrillning utomhus, julmarknad och snöskottning.

*"På vintern är ett fågelbord hur bra som helst. Man matar fåglarna varje dag och då klär man på de boende och sitter ute med dem och pratar om vilka fåglar det är, och då har man fått en stunds luft". (Arbetsterapeut 2).*

De flesta av respondenterna önskade att de hade någon form av utegym eller gångbarr på gården, eller till och med några trappsteg för att kunna träna upp muskler och balans.

*"Alla de här aktiviteterna ska ju främja att behålla funktioner, jag vill ju att alla ska kunna klara att gå, så länge det bara går. Eller att de ska kunna klä på sig själva, så länge som det bara går. För man vet att när man tappar de här funktionerna så tappar man en bit av självkänslan. Därför är det så viktigt att låta dem hålla på med aktiviteter." (Arbetsterapeut 2).*

### 2.3.4 Utemiljöns uppbyggnad

När det kommer till utemiljöns uppbyggnad var det flera av respondenterna som nämnde vikten av att miljön skulle vara tillgänglig. Det handlade både om att gården skulle vara lätt att nå, samt att den skulle vara anpassad för de boendes behov med hänseende till markmaterial, nivåskillnader och sittbänkar. Vegetationen skulle följa årstidsväxlingarna, eftersom att det är ett sätt att orientera de boende i tid och rum.

Ytterligare en aspekt som nämndes i nästan samtliga intervjuer var att det skulle finnas rum av olika storlekar, avsedda för olika aktiviteter och ändamål. Det skulle finnas större samlingsytor där alla kunde samlas och det skulle finnas utrymme till att anordna aktiviteter eller att sätta upp långbord vid festsammanhang. På dessa ytor skulle det även vara möjligt att sätta upp midsommarstång eller en julgran då högtider var något som samtliga boenden jobbade aktivt med. En av arbetsterapeuterna nämnde vikten av att anordna aktiviteter vid högtider. Oavsett vad det var för högtid ska den uppmärksammas

eftersom att det orienterar demensdrabbade personer i tid och rum (muntlig kontakt med arbetsterapeut 2).

Förutom större rumsligheter så ska det också finnas mindre rum till den som vill vara lite mer avskild. Några respondenter betonade också att tydlighet var viktigt i gestaltningen av utemiljöer till demensboenden. De menade att miljön skulle vara lättläst så att den boende lätt skulle förstå vad de olika utrymmena var avsedda till samt hur de skulle kunna användas.

## 2.4 GESTALTNINGSPRINCIPER FÖR UTEMILJÖER TILL DEMENSBOENDEN

Utemiljöer till demensboenden skiljer sig något i utformningen från övriga utemiljöer. Utemiljön vid ett demensboende bör gestaltas med hänsyn till de demenssjukas behov för att värna om deras trygghet, ge stimulans och reducera symptom (Bengtsson 2003), den bör också gestaltas så att den ger möjlighet till aktiv och passiv aktivitet samt social samvaro (Grahn et al. 2005). Nedan beskrivs viktiga element som bör finnas i utemiljön till demensboenden samt hur olika gestaltungsprinciper kan användas för att öka orienterbarheten. Parallellt dras på hur gestaltungsprinciperna kan uttrycka sig i realiteten, referenser är tagna från Sinnenas trädgård i Sabbatsberg, Stockholm.

### 2.4.1 Sinnenas trädgård

Sinnenas trädgård, en trädgård till för att möta alla sinnen, ligger i centrala Stockholm inom området Sabbatsberg, mellan Dalagatan och Torsgatan (Stockholms stad 2015). Trädgården är en integrerad del i äldreomsorgs verksamheten på Sabbatsberg (Westerberg 2011) samtidigt som den är öppen för anhöriga, personal och besökare utifrån (Stockholms stad 2015).

Sabbatsbergsbyn är ett vård- och omsorgsboende som till största del riktar sig till personer som har en demensdiagnos. Boendet ligger i direkt anslutning till Sinnenas trädgård och trädgården används i stor utsträckning, speciellt under sommarmånaderna. På Sabbatsbergsbyns hemsida skrivs följande om Sinnenas trädgård: "Sinnenas Trädgård är en specialdesignad terapeutisk trädgård och en utmärkt miljö för vardaglig rehabilitering och behandling, t ex gångträning med en sjukgymnast, men också en fin miljö för stimulans och aktivitet. Den som inte har möjlighet att ta sig ut i naturen kan här finna en plats för rekreation, lugn, vila, tankar men också social gemenskap." (Stockholms äldreboende u.å).

Grundaren av tankarna till Sinnenas trädgård är Yvonne Westerberg, en arbetsterapeut som i och med arbete på en dagvårdverksamhet

för personer med ett demenshandikapp såg värdet i att ha tillgång till en trädgård i vården (Westerberg 2011). "Visionen med att skapa en trädgård var att ge människor som bodde, besökte eller arbetade inom äldreomsorgen ett rum och ett redskap för ökad livskvalitet. Att de åter skulle få ta del av naturen med dess olika kvaliteter. Trädgården skulle ha olika rum för olika behov och vara öppen året runt oavsett väderlek." (Westerberg 2011, sid. 33). Utformningen av Sinnenas trädgård gjordes i samarbete mellan Yvonne Westerberg, som bar på kunskap kring målgruppens behov, och landskapsarkitekten Ulf Nordfjell, som var den som gestaltade och projekterade trädgården (Westerberg 2011).

I Sinnenas trädgård erbjuds olika sinnesupplevelser och aktiviteter. Aktiviteterna sker i form av passiv aktivitet, det vill säga att bara se på och njuta, till aktiv aktivitet där personen aktivt deltar. Plats har även lämnats till kultur- och traditionsbundna aktiviteter, såsom midsommarfirande och adventsfirande. Tanken med trädgården är att den ska fungera som ett redskap i rehabiliteringen för att förebygga, träna och bibehålla sociala, psykiska och fysiska funktioner. Samtidigt ska den vara en plats för återhämtning och rekreation (Westerberg 2011).

Sinnenas trädgård är ett vedertaget exempel på hur en utemiljö kan gestaltas för att möta dementa personers behov och samtidigt gestaltas för att stimulera sinnen. Delar av detta examensarbete kommer därför att referera till Sinnenas trädgårds gestaltungsprinciper.

#### 2.4.2 En välkomnande plats

Hemlighet är ett viktigt ord för att den som bor på ett demensboende ska känna sig hemma och välkomnad i den nya miljön (Bengtsson 2003). För att kunna skapa en hemlik utemiljö måste kännedom finnas kring vilken bakgrund de som kommer att nyttja platsen har (Grefsrød 2002). En hemlik miljö knyter an till upplevelser och erfarenheter som de boende haft i tidigare skeden i livet (Dahlenborg 2003), till exempel så kan lokala växter och kända element från den lokala miljön i närområdet användas. Att använda lokala växtarter och kända element i utemiljön kan göra att den boende känner igen sig och på så sätt fortare kan känna sig hemmastadd och trygg (Grefsrød 2002).

För att känna sig välkommen i en ny miljö bör det även finnas en möjlighet för den boende att känna sig som en naturlig del av området, samtidigt som personen ska kunna känna förväntan och glädje. Upplevelsen av att en miljö är välkomnande kan stärkas genom att den boende känner att den har en uppgift att fylla, att den



Figur 3: Sinnenas trädgård Lusthuset

kan påverka och förändra en plats. Det kan till exempel handla om att hjälpa till med att vattna blommor eller mata fåglar, en uppgift som gör att personen kan sätta sin egen prägel på platsen (Bengtsson & Grahn 2005). Utemiljön vid boendet ska gärna knyta an till en vanlig hemmaträdgård i en mänsklig skala. Den bör inte uppfattas som nyanlagd utan uppvuxna buskar och träd ska gärna bevaras för att utemiljön ska kännas etablerad (Bengtsson 2003).

De sociala kontakterna är en viktig ingrediens för att den som bor på ett demensboende ska känna sig välkommen. Dessa kan främjas i utemiljön genom att gestaltningen erbjuder tilltalande platser för möten. Det är viktigt att både de boende och anhöriga känner sig välkomnade till platsen och att det finns flera olika platser att umgås på, stora som små (Bengtsson 2003).

#### 2.4.3 Att ta steget ut

För att skapa en frekvent användning av utemiljön är det viktigt att vara medveten om att upplevelsen börjar redan inifrån byggnaden, utsikten inifrån måste vara tilltalande. Grundprincipen handlar om att göra steget mellan inne och ute lätt (Dahlenborg 2003).

Ett första steg för att öka användningen av utemiljön är att den ska vara lätt att ta sig till, den ska kännas som en förlängning av inomhusmiljön (Dahlenborg 2003) och helst ligga i direkt anslutning till byggnaden (Grahn et al. 2005). För att minska gränsen mellan inomhus och utomhus kan terrasser som förlänger zonen mellan inne och ute med fördel användas. Det kan till exempel innebära att en veranda placeras i direkt anslutning till byggnaden. En bra gestaltad närmiljö kan uppmuntra till en frekvent användning och locka den boende vidare ut, medan en dåligt gestaltad närmiljö istället kan fungera som ett hinder och ge upphov till att personen istället stannar inomhus. När den boende väl har kommit ut kan åsynen på olika platser och föremål leda personen vidare (Bengtsson 2003).

Skillnader i marknivå kan upplevas som ett hinder för personer med en demenssjukdom, både fysiskt och psykiskt, vilket gör att nivåskillnader bör undvikas i så stor utsträckning som möjligt (Stoneham & Thoday 1994). Golvnivån bör därför vara densamma inne som ute och trösklar bör undvikas (Dahlenborg 2003). Vid nyproduktion kan det vara av god vikt att den som gestaltar utomhusmiljön har ett nära samarbete med arkitekten som gestaltar byggnaden.

#### 2.4.4 Utemiljöns strukturella uppbyggnad

Personer som lider av en demenssjukdom har ofta en nedsatt orienteringsförmåga och tidsuppfattning, vilket gör att omgivningen

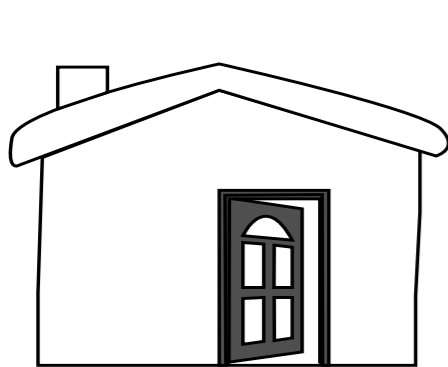
bör ge tydliga signaler om hur den kan användas (Dahlenborg 2003). En lättolkad och igenkännbar miljö bringar en trygghetskänsla och en känsla av att ha kontroll över situationen, vilket av vikt för personer som lider av en demensdiagnos. Olika karaktärer och inslag i miljön ger stöd till orienteringen. En utemiljö som är enkel att orientera sig i stödjer den boendes förmåga att använda den och onödigt förvirring kan undvikas (Bengtsson 2003).

#### 2.4.4.1 Landmärken

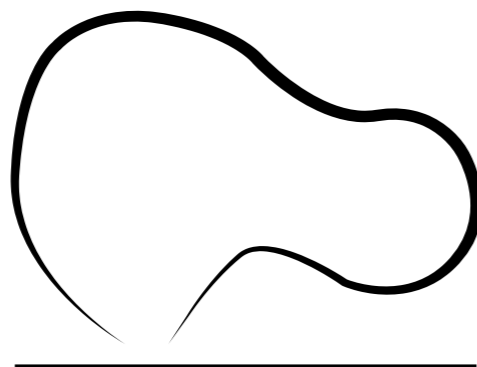
Landmärken fungerar som orienteringspunkter, de hjälper de som bor på demensboendet att hitta och känna igen sig. Landmärken kan vara av olika storlekar, det kan vara flera små orienteringspunkter längs med stigen som lockar personen vidare samtidigt som de kan vara större punkter som är synliga i hela miljön. Dörren tillbaka till byggnaden är ett exempel på ett större viktigt landmärke som inbringar en trygghetskänsla (Bengtsson 2003). Även en hel miljö kan fungera som ett landmärke (Dahlenborg 2003).

#### 2.4.4.2 Stigarnas utformning

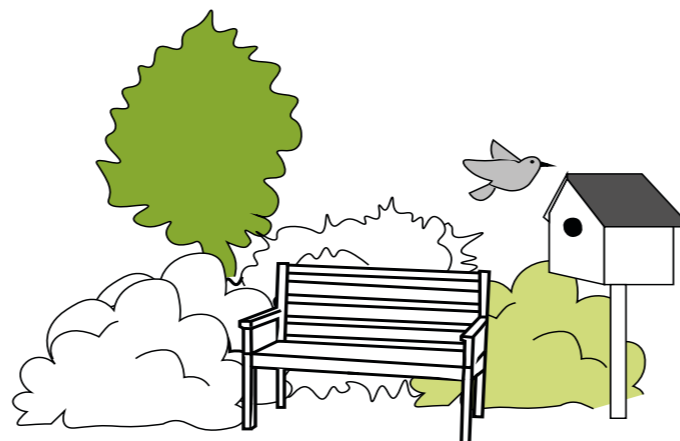
Stigens utformning är ytterligare ett element som hjälper till med orienteringen (Cooper Marcus & Barnes 1999). Stigen bör leda den boende in i utemiljöns olika rum samtidigt som den ska föra personen tillbaka till utgångsläget, den ska ha en tydlig början och ett tydligt slut. Stigen får gärna gestaltas med mjuka kurvor för att ett naturligt rörelsemönster ska uppnås (Dahlenborg 2003). Stigsslingan bör löpa runt i miljön utan återvändsgränder för att minimera risken att en person med en demensdiagnos blir förvirrad (Bengtsson 2003). Enkla medel kan påverka orienteringen och leda den boende i rätt riktning, räcken som placeras längs med stigen kan sända en signal att det är rätt väg att gå, de kan fungera som en ledtråd och föra personen framåt (Grefsrød 2002).



Landmärken



Stigarnas utformning



Rumsbildningar



Gränser



Noder

Längs med stigsslingan bör det finnas intressanta delmål och upplevelser. För att möta flera sinnen bör stigen leda så nära de olika inslagen i miljön som möjligt så att de kan nås och beröras. Upplevelserna längs med stigen kan minska det vandringsbeteende som många demenssjuka har och i stället göra om det rastlösa vandrandet till en meningsfull och stimulerande promenad (Bengtsson 2003).

#### 2.4.4.3 Rumsbildningar

För att öka orienterbarheten bör rumsbildningar markeras tydligt vart de börjar och slutar. Genom att ge utemiljöns olika rum skilda karaktärer ökar orienterbarheten (Dahlenborg 2003). Platserna bör ge klara ledtrådar om hur personen kan bete sig och vad de är avsedda för. Det får gärna finnas omgärdade, skyddade rumsbildningar längs med promenaden där den boende kan stanna till och vila (Bengtsson 2003). För att stimulera sinnen och minnen hos en person som drabbats av en demensdiagnos bör det finnas ting att betrakta samt saker som stimulerar till aktivitet vid rumsbildningarna (Bengtsson 2003), till exempel fågelbord, vattenspel eller ett fågelbad (Stoneham & Thoday 1994).

Alla människor är olika och har skilda intressen vilket gör att det bör finnas olika typer av rumsbildningar. Större och öppna platser kan till exempel återfinnas i anslutning till byggnaden där sociala aktiviteter kan äga rum. Mindre och mer privata rumsbildningar kan placeras ut längs med stigen (Cooper Marcus & Barnes 1999).

I Sinnenas trädgård i Stockholm finns det olika rum för möten och avskildhet. Det finns större rumsligheter där flera människor tillsammans kan nyttja platsen, och det finns mindre rum som är avsedda för mindre, mer intima möten. Ett av de mindre rummen

kallas för "Mötesplats" och är utformad som en berså som omges av schersminbuskar. Inne i bersån finns soffor och bord och platsen nyttjas ofta när de boende, till det intilliggande vård- och omsorgsboendet, får besök (Westerberg 2011).

#### 2.4.4.4 Gränser

För att utemiljön till ett demensboende ska kännas trygg och säker för den boende är gränsen mellan gården och området utanför viktig. Ju säkrare gården upplevs, desto tryggare kan personen känna sig (Bengtsson 2003). Staket runt om gården kan bidra till en trygghetskänsla samtidigt som det finns en risk för att den boende känner sig instängd. Det är därför viktigt att fundera kring hur gränsen mellan gården och offentligheten ska utformas samt vad som ska avskämmas (Dahlenborg 2003). Stängsel och plank kan kamoufleras med vegetation (Bengtsson 2003) för att ge effekt av en naturlig barriär, vilket kan minska intrycket av att personen är instängd (Grefsrød 2002).

I Sinnenas trädgård har gränsen mellan trädgården och området utanför markerats med ett gammalt järnstaket i norr, trästaket i öst och väst och i söder avgränsas trädgården med en avenbokshäck. Både det staket, häcken och de grindar som finns är av en höjd som möjliggör överblick över trädgården (Westerberg 2011).

#### 2.4.4.5 Noder

Noder är mötespunkter där till exempel två stigar korsas eller platser som har extra hög aktivitet. Noder kan både bli delmål under promenaden och i utemiljön, samtidigt som de kan förvirra personer med en demenssjukdom. Om noder i form av korsande stigar förekommer förenklas orienteringen om dessa är tydliga, till exempel med en sittbänk, en blomsterkruka med färgstarka blommor eller med två skilda markmaterial (Bengtsson 2003). Korsande stigar eller stigar som löper från huvudstigen bör vara rätvinkliga, ha en vinkel på 90 grader, för att tydliggöra att det är en annan väg (Rodiek & Schwarz 2007).

Fig.4. Utemiljöns strukturella uppbyggnad

## 2.4.5 Anpassningar av utemiljön till demenssjukas förmågor

Utemiljöer till demensboenden måste anpassas till de förmågor som en person som lider av en demenssjukdom har. Förutom att utemiljön ska vara lättorienterad så finns det ytterligare aspekter att ta hänsyn till. Markmaterialval, klimatanpassning och sittbänkarnas utformning är några viktiga aspekter som kan avgöra hur frekvent användningen av utemiljön kommer att bli.

### 2.4.5.1 Markmaterialval

Markmaterialvalet har stor betydelse för hur tillgängligheten kommer att upplevas (Stoneham & Thoday 1994). För personer som lider av en demensdiagnos är det extra viktigt att markmaterialet upplevs gångvänligt då små hinder kan upplevas som barriärer. Markmaterialet bör varken se halt ut eller upplevas som halt, nivåskillnader ska undvikas och marken bör vara ljus och se varm ut. Skiftande färger i markbeläggningen kan upplevas som ett stort hinder för personer som drabbats av en demensdiagnos (Dahlenborg 2003). Studier har påvisat att asfalt ofta får högst betyg bland tillgängligt markmaterial, men väl lagda markplattor och packat stenmjöl skapar också en god framkomlighet (Bengtsson & Grahn 2005).

I och med att människans känsel reagerar på olika typer av underlag genom huden, bör inslag av olika markmaterial finnas i utemiljön+ till ett demensboende för att stimulera människans sinnen (Dahlenborg 2003). Även de boendes balans, koordinations- och rörelseförmåga tränas upp genom att olika underlag används. Den som fortfarande har förmågan att förflytta sig riskerar att förlora en del av sin fysik och balans på sikt om inte olika markmaterial används i utemiljön (Westerberg 2011). Det handlar alltså om att skapa en balans mellan markmaterial som är trygga och säkra, och markmaterial som stimulerar sinnen och fysik.

I Sinnenas trädgård har varierande markmaterial lagts i trädgården för att låta människan träna sin fysiska förmåga och möta nya upplevelser (Grahn et al. 2005). Markmaterialet består av plattlagda ytor med tumlad betong, packade grusgångar, gräsytor och barkbeklädda stigar, vilket kan väcka gamla minnen och träna upp balans, koordinations- och rörelseförmågan (Westerberg 2011).

*"Jag ser henne komma ut genom dörren från äldreboendet en tidig sommarmorgon. Kvinnan har en långt framskriden demenssjukdom men hennes sätt att gå och röra sig avslöjar inget av det. Med lätta steg tar hon sig mot trädgården, för hon har målet klart – hon är på väg till*

*gräsmattan. Väl framme där stannar hon upp och lirkar sakta av sin ena sandal, tyst och försiktigt doppar hon ned foten i det daggvåta gräset. Trots att inte ett ord kommit över hennes läppar kan jag direkt se vilken njutning stunden innebär för henne. Hon blundar och uttrycker något som inga ord kan ersätta." (Westerberg 2011. Sid 42).*

### 2.4.5.2 Klimatanpassning

Utemiljön bör kunna användas oavsett väder och vind (Dahlenborg 2003). Äldre människor är ofta känsliga för skillnader i väder och temperatur, vilket gör att ett gott närlimat bör erbjudas i gestaltningen. Utemiljön bör innehålla platser som är skyddade mot både vind och direkt solljus (Stoneham & Thoday 1994). Rumsbildningar och sittplatser bör återfinnas i både sol och skugga för att möta alla boendes önsningar (Bengtsson & Grahn 2005).

### 2.4.5.3 Sittbänkar

Möjligheten till att kunna sätta sig ner och vila kan många gånger vara avgörande för om en person som bor på demensboendet vistas ute eller inte. Bänkar eller soffor bör finnas utspridda med jämna mellanrum i utemiljön för att möjliggöra platser att slå sig ner på (Bengtsson & Grahn 2005). För att sittmöblerna ska bli attraktiva bör de dels inte vara svåra att nå och de bör heller inte stå i någon nivåskillnad eller på svårframkomligt markmaterial. De bör även erbjuda en intressant utblick, till exempel över ett fågelbad eller en plantering (Stoneham & Thoday 1994).

För att sittplatserna ska attrahera de boende till att använda dem bör bekväma sittbänkar eller soffor erbjudas. Sittmöblerna ska gärna vara anpassade till målgruppen och vara bekväma att sitta i under en längre period. Tre viktiga faktorer som möblerna bör innehålla är; armstöd, ryggstöd och att bänken är öppen under sittytan så att personen kan ta stöd med benen (Bengtsson & Grahn 2005).

## 2.4.6 Aktivitet- att stärka människans självtillit

Personer som lider av en demenssjukdom kan känna en trygghet i att vara med och se andra människor, vilket gör att de ibland söker sig till platser med aktivitet. En utemiljö som är anpassad för olika aktiviteter och till skilda intressen, kan hjälpa den boende att stärka sin självtillit om den erbjuder aktiviteter som personen känner igen sig i (Grefsrød 2002). När en utemiljö till ett demensboende ska gestaltas så kommer återigen vikten av att ha kännedom kring de boendes bakgrund in. Har gestaltaren kunskap om de boendes bakgrund kan anpassade aktiviteter lämnas plats till i gestaltningen (Rodiek & Schwarz 2007).

Aktiviteter bör vara olika för att möta alla boendes intressen och behov. Generella aktiviteter kan vara skötsel av utegården, till exempel att kratta löv eller att rensa ogräs. Det kan också handla om att få möjlighet att vara med och plantera växter, plocka en blombukett att ta in till matbordet eller att spela boule eller cricket (Grefsrød 2002).

*"Det hände en gång att en demenssjuk man blev själglad när han hittade ogräs. Självmant satte han sig vid kullen i trädgården och började rensa. Han kunde känna igen sig i aktiviteten." (Grahn et al. 2005. Sid 14).*

För personer som lider av en demenssjukdom så handlar aktivitet inte bara om aktiv aktivitet, utan även om ett passivt deltagande som byggs på känslor och upplevelser. Förutom att utemiljön till ett demensboende ska fungera stimulerande och vara hemlik (Dahlenborg 2003), så bör den samtidigt vara en källa till nya upplevelser för att nyfikenheten och utforskarlusten ska väckas (Bengtsson 2003).

I Sinnenas trädgård finns det fler installationer i utemiljön som stimulerar sinnen och minnen genom aktiv- och passiv aktivitet. Mellan träd har klädstretch satts upp, gångbarr har placerats ut och en kompost har målats med tjärdoft och har ett handtag av rep för att påminna om bryggan, havet och skärgården (Westerberg 2011).

*"När vi har gått ut här och jag har kört min make runt, så kommer vi där borta vid komposten och känner lukten, tjärdoften. Det kanske är lukter som också är lite lika de från landet som också kommer fram". (Westerberg 2011. Sid 52).*



Figur 5: Sinnenas trädgård Klädstretch



Figur 6: Sinnenas trädgård "Tid för tanke"



Figur 7: Sinnenas trädgård Planteringslådor

#### 2.4.7 Sinnen och minnen med växter och vatten

Växter är ett viktigt inslag för att bygga upp en utemiljö. Förutom att växter skapar en grundstomme i gestaltningen så har de även förmågan att stimulera människans sinnen och minnen.

Framförallt så stimulerar en miljö med riklig växtlighet människans syn genom den färg och form som växtriket erbjuder (Bengtsson 2003). Färger med gula och röda nyanser är färger som personer med en demensdiagnos har lättast att urskilja. De är kontrasterande färger som kan hjälpa den demenssjuke att orientera sig i miljön. Om mörka färger används i större partier kan dessa upplevas som håll samtidigt

som många färger tillsammans kan oroa en person med demens (Dahlenborg 2003).

Hörseln stimuleras i utemiljön genom att vinden susar i trädens kronor och perenner, buskar och träd lockar till sig djurriket med fågelkvitter och surr. Förutom syn och hörsel så påverkas också människans luktsinne, välbekanta doftande växter kan stimulera de boendes minne (Bengtsson 2003).

Känseln är ytterligare ett sinne som stimuleras i utemiljön i och med att växtriket har ett brett utbud av skilda karaktärer i blad och blom. Med hjälp av fruktträd och bärbuskar, kryddor eller rotfrukter kan även den boendes smaksinne stimuleras. Det är viktigt att växterna är giftfria då personer som lider av en demensdiagnos kan återgå till sin barndom och smaka på frukt och bär (Bengtsson 2003). För att hjälpa personen på traven att stimulera sina sinnen och minnen kan skyltar med fördel användas, till exempel "Smaka gärna!", "Vattna gärna!" (Hjälpmiddelsinstitutet & Micasa Fastigheter i Stockholm AB 2008).

Upphöjda planteringslådor bidrar till att de boende med dålig balans och rullstolsburna personer ges möjlighet att delta i skötsel och aktivitet (Grefsrød 2001), samtidigt som de kan bli attraktiva fokuspunkter i utemiljön (Grefsrød 2002). Upphöjda planteringslådor ger även en ökad sinnesstimulans i och med att personen kommer närmare växten och kan därmed lukta, smaka och känna på den (Westerberg 2011).

I Sinnesträdgård används både vilda, inhemska växter, mormorsväxter som brukar finnas vid gamla torpmiljöer samt nya, främmande växter som kan ge en ökad upplevelse av platsen. I trädgården används, förutom vanliga rabatter, även upphöjda planteringslådor där man kan finna flera växter som påverkar människans sinnen, bland annat jordgubbar, smultron, vinbär och kryddor (Westerberg 2011).

En viktig egenskap i utemiljön är att låta växterna spegla naturens årsrytm. Årstidsväxlingar kan frambringa gamla minnen och hjälpa den boende med orientering i tid och rum (Grahn et al. 2005). För att utemiljön ska kunna erbjuda skiftningar i dagsrytm och årstider bör användningen av städsegröna växter begränsas. Städsegröna växter kan bidra till desorientering i årsrytmen eftersom att de är gröna året om (Dahlenborg 2003). Senhöst, vinter och tidig vår kan vara årstider då utemiljön inte nyttjas i samma utsträckning som den gör under varmare perioder. Växter som visar på årstidsvariation kan därför med fördel planteras i anslutning till fönster eller terrasser så att de kan skådas inifrån (Stoneham & Thoday 1994).

#### 2.4.7.1 Exempel på växter som stimulerar sinnen

Tabellen presenterar ett urval av växter som på olika sätt stimulerar sinnen. Växtzon avgör vilka arter hos lignoserna som kan användas beroende på geografiskt läge. Urvalet av växter är baserat på Sinnenas trädgårds växtlista från 2013, artikeln Doftande trädgård från Odlar.nu och Movium Plantarum. Inga av arterna är giftiga.

Lignoser						
• Magnolia - Magnolia						
• Syrén - Syringa						
• Pion - Paeonia						
• Plommonträd - Prunus						
• Prydnadskörsbär - Prunus						
• Schersmin - Philadelphus						
• Svarta vinbär - Ribes nigrum						
• Rosor - Rosa						
• Röda vinbär - Ribes rubrum						
• Trädgårdshallon - Rubus idaeus						
• Äppelträd						
Örtartade växter						
• Daglilija - Acidanthera bicolor syn. Gladiolus callianthus						
• Gräslök - Allium schoenoprasum						
• Höstaster - Symphyotrichum novi-belgii						
• Höstflox - Phlox paniculata 'Pax'						
• Jättevallmo - Papaver Orientale 'Helen Elisabeth'						
• Kantnepeta - Nepeta x faassenii 'Six Hills Giant'						
• Kungsmymta (oregano) - Origanum vulgare						
• Körleksört - Hylotelephium						
• Lammöra - Stachys byzantina						
• Lavendel - Lavandula angustifolia						
• Luktviol - Viola odorata						
• Nävor - Geranium						
• Praktrollika - Achillea filipendulina						
• Rabarber - Rheum rhabarbarum						
• Regnbågslupin - Lupinus Regalis 'Nobel Maiden'						
• Rosenflockel - Eupatorium purpureum						
• Röd rudbeckia - Echinacea purpurea 'Magnus'						
• Stockros - Alcea rosea						
• Timjan - Thymus vulgaris						

Doftar   
 Blomfärg   
 Speciell känsel   
 Ätbar   
 Drar till sig fauna

#### 2.4.7.2 Vatten som element

Även vatten är ett element som kan stimulera människans sinnen. Det kan ge en svalkande effekt varma sommardagar och skapa ett lugn genom ett porlande, brusande ljud (Bengtsson & Grahn 2005). I de fall som vatten används som element i en utemiljö till ett demensboende finns det dock några aspekter att ta hänsyn till; vattnelementen bör vara av mindre karaktär samt ha en tydlig kant för att undvika att personen ramlar ner i vattnet. Ett litet vattenbad, en fontän eller en vattenränna kan med fördel användas (Grefsrød 2002).

# TILLÄMPNING PÅ ÄNGSKLOCKANS UTEGÅRD

Figur 8: Sinnenas trädgård Upphöjd plantering





### 3. TILLÄMPNING PÅ ÄNGSKLOCKANS

#### UTEGÅRD - INVENTERING, ANALYS, PROGRAM

I detta avsnitt presenteras ett exempel på hur en utemiljö till ett demensboende kan gestaltas utifrån de gestaltungsprinciper som tagits fram genom litteraturstudie och intervjuer. Exemplet sker på Ängsklockan, ett äldreboende på Gideonsberg i Västerås. Huvudfokus i tillämpningen har varit att gestalta utegården till Ängsklockan.

Ängsklockan är ett kommunalägt boende och drivs av Västerås stad Vård och omsorg (Västerås stad u.å). På Ängsklockan är det cirka en tredjedel av de boende som har en demensdiagnos eller uppvisar demensrelaterade symptom. Boendet stod klart 1993 och är integrerat mellan bostads- och grönområden i stadsdelen Gideonsberg. Alla boende har tidigare bott i Västerås (muntlig kontakt med avdelningschef).

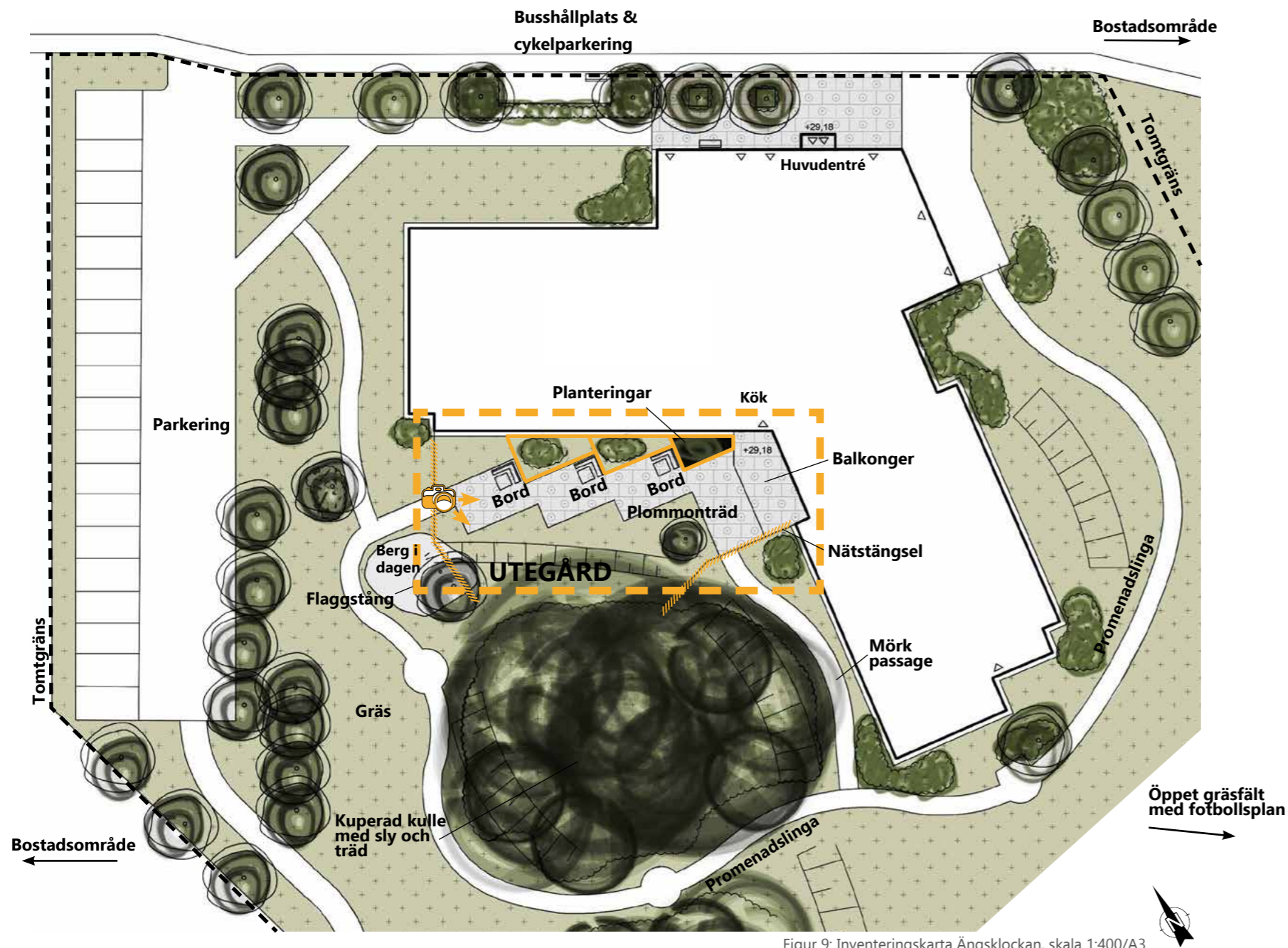
#### 3.1. INVENTERING

Ängsklockan ligger i anslutning till bostadsområden samt ett stort öppet gräsfält. Det öppna gräsfältet används vid större aktiviteter, till exempel vid picknickutflykter. Bilparkering, cykelparkering och busshållplats finns i direkt anslutning till boendet vilket gör att det är lätt att ta sig dit.

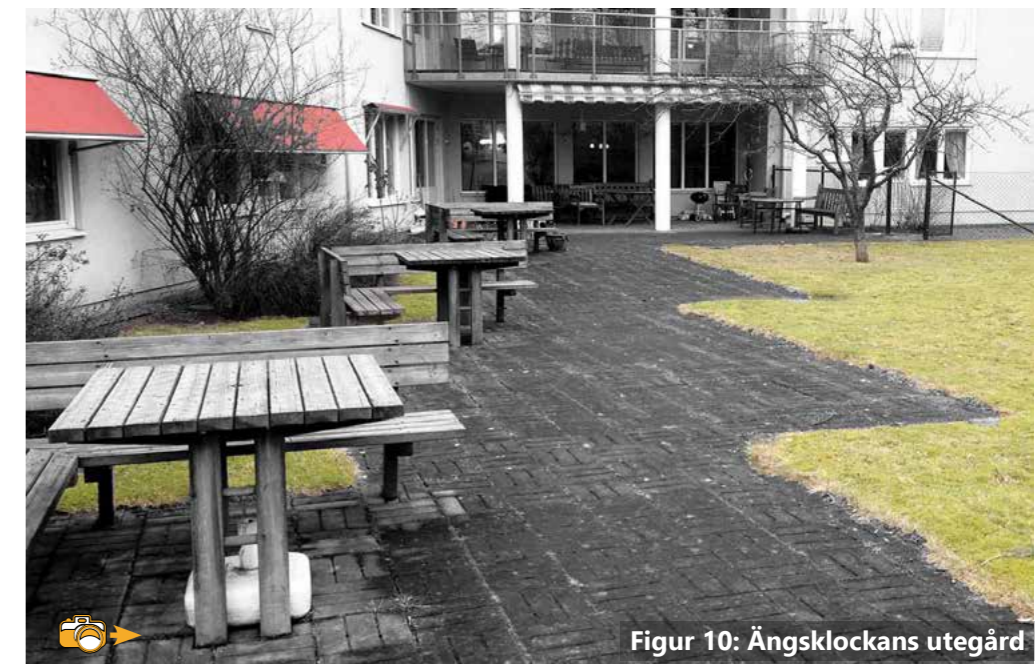
Utegården och promenadslingan runt huset är den yta som nyttjas utav de boende. På utegården finns tre stycken stationära bänkbord, ett plommonträd, gräsmatta, tre mindre planteringar och en hårdlagd yta. Vid samtal med avdelningschefen på Ängsklockan nämndes att utegården inte nyttjades i så stor grad och att bänkborden inte gick

att använda då de boende inte hade möjlighet att "åla" sig in. Ett nätstängsel avgränsar utegården mot den övriga tomten.

Marken sydväst om byggnaden är kuperad och berg i dagen sticker upp. Detta medverkar till att promenadslingan, som följer höjderna, är relativt brant på vissa ställen. På den kuperade kullen växer en stor mängd sly och större träd, vilket gör att solinsläppet på utegården begränsas.



Figur 9: Inventeringskarta Ängsklockan, skala 1:400/A3



Figur 10: Ängsklockans utegård



Figur 11: Ängsklockans utegård med kulle



Figur 12: Berg i dagen



Figur 13: Passagen i söder



Figur 14: Gräsmattan i nordväst

### 3.2 ANALYS

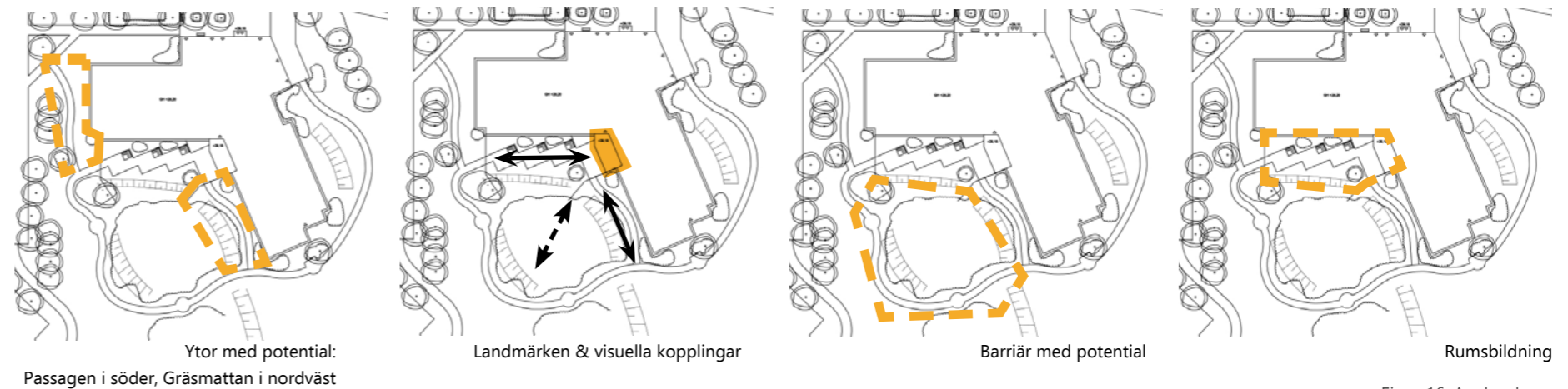
Generellt så saknar Ängsklockan flera utav de aspekter och gestaltungsprinciper som har belysts tidigare i arbetet. Det finns få skillnader i rumsstorlekar, få anpassade platser avsedda för möten och aktivitet och det finns få inslag i gestalningen som stimulerar sinnen och minnen.

Det finns idag endast en tydlig rumsbildning, vilket är utegården. Utegården är däremot svår att använda på grund av att markmaterialet till största del består av gräsmatta, vilket fungerar som en mindre barriär för de boende. Som nämndes i inventeringen så går sittbänkarna på utegården heller inte att använda i och med att de är stationära och ej anpassade till målgruppen.

Ängsklockan har möjlighet till att skapa en större och mer flexibel utegård genom att nyttja större yta av tomten och anpassa innehållet efter de boendes behov och förmågor. Det är framförallt de plana partierna; gräsmattan i nordväst (bild 14) och passagen i söder (bild 13) som har potential att utvecklas till att bli en del av utegården. Om större yta tas i anspråk kan olika rum av varierade storlekar skapas, dessa kan innehålla funktioner anpassade för målgruppen.

De stora höjdskillnaderna på gården och backen med sly och träd upplevs som stora barriärer. Trots att backen idag ses som en stor barriär bidrar den med variationsrikedom både vad gäller höjd och rumsbildning. I och med att promenadslinjan följer höjdskillnaderna kan denna vara svår för vissa boende att ta sig fram på.

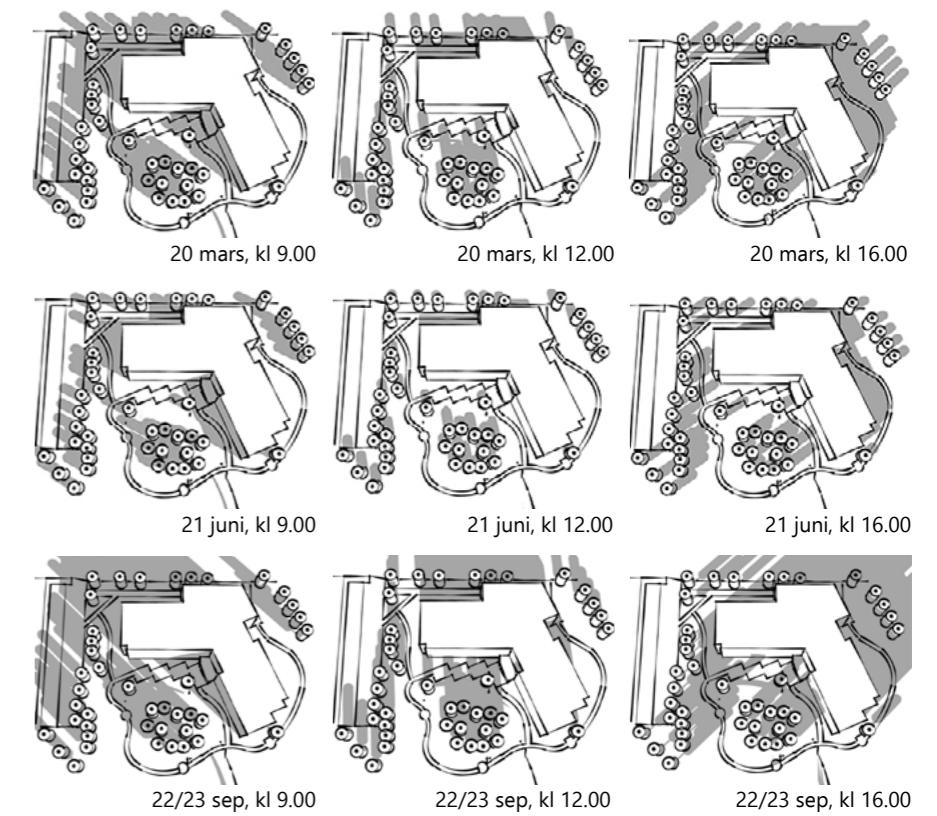
### 3.2.1 Analysplaner



Figur 16: Analysplaner

### 3.2.2 Skuggdiagram

Skuggdiagrammet redovisar tre representativa datum för kalenderåret; vårdagjämning 20 mars, sommarsolstånd på norra halvklotet 21 juni och höstdagjämning 22 eller 23 september. Ur skuggdiagrammet kan utläsas att stora delar av utegården beskuggas på grund av den täta vegetationen, framförallt på grund av kullen med sly och träd. Utegården har däremot god potential till att få ett gott närlimnat i och med det sydliga läget, däremot behöver vegetation gallras ur för att detta ska uppnås.



Figur 15: Skuggdiagram

### 3.3 PROGRAM

Nedan presenteras en sammanfattning av de gestaltungsprinciper som framkommit i och med litteraturstudie och intervjuer. Samtliga gestaltungsprinciper används som programpunkter och ska därmed uppfyllas i den nya gestaltningen. Idag uppfyller Ängsklockans befintliga utegård endast programpunkt 4.

1. **En välkomnande plats:** Utegården ska gestaltas utefter den boendes bakgrund. Miljön ska vara välkomnande och hemlik.

2. **Att ta steget ut:** Utegården ska vara tillgänglig, övergången mellan inomhus och utomhus ska reduceras.

3. **Utemiljöns strukturella uppbyggnad:** Utegården ska vara lättorienterad och ge tydliga signaler om hur de olika elementen kan användas.

4. **Landmärken:** Landmärken fungerar som orienteringspunkter, dörren tillbaka till byggnaden ska i möjligaste mån vara synlig från hela gården.

5. **Stigarnas utformning:** Stigen ska gestaltas utan återvändsgränder. Den ska leda längs med utegårdens olika rumsbildningar.

6. **Rumsbildningar:** Rumsbildningar av olika storlekar ska användas för att möta skilda intressen, sinnesro ska kunna uppnås. Rummen ska tydligt markeras med vart de slutar och börjar.

7. **Gränser:** Om möjligt ska utegården omgärdas av ett staket och vegetation för att inbringa trygghet.

8. **Noder:** Mötesplatser ska skapas i gestaltningen. Om korsande stigar förekommer ska dessa förtydligas.

9. **Markmaterialval:** Tillgängligt markmaterial ska användas. För att väcka sinnen och fysik kan markmaterial såsom grus och gräs användas på mindre områden.

10. **Klimatanpassning:** Utegården ska gestaltas för att skapa ett bra närmiljö.

11. **Sittbänkar:** Sittplatser ska finnas utspridda över hela gården. Möblemang ska vara anpassat efter målgruppen.

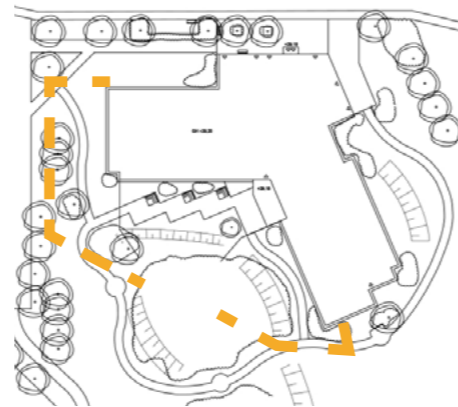
12. **Aktivitet:** Aktiv och passiv aktivitet ska gynnas av gestaltningen.

13. **Växter och vatten:** Vegetationen ska väcka minnen och sinnen. Växterna ska belysa årstidsvariationer. Vattenelement ska finnas i gestaltningen.

#### 3.3.1 Programplaner



Programplanen belyser gårdens flaggstång och utrymmet under och intill balkongen, där även ingången till byggnaden återfinns. Både flaggstång och ingång ska i gestaltningen betonas för att fungera som landmärken.



Programplanen visar utegårdens potentiella storlek där plan mark har tagits i anspråk. I och med att utegården ges större yta skapas möjlighet till att stimulera flera sinnen med varierade markmaterial och plats ges till olika element.



Programplanen visar på tre möjliga stigutformningar. Två av dem är befintliga och följer den kuperade marken. Den tredje stigslingen, väst om byggnaden, möjliggör en tillgänglig promenad med avseende på höjdskillnader och slingans längd.



Programplanen visar olika rumsbildningar med varierade storlekar som kan innehålla olika typer av aktiv och passiv aktivitet. Rumsbildningarnas placeringar erbjuder även uppehållsytor och sittplatser i både sol och skugga.

Figur 17: Programplaner

### 3.4 TILLÄMPNING PÅ ÄNGSKLOCKANS UTEGÅRD - DEN NYA GESTALTNINGEN

Den nya gestaltningen erbjuder en större utegård med varierade rumsbildningar som innehåller olika element. Rumsbildningarna har olika karaktärer för att möta de boendes skilda intressen. På utegården finns det nu plats för att uppnå sinnesro samtidigt som ytor bjuder till aktivitet.

Enkortarestigsslinga, lagd på planmark, erbjuder promenadmöjligheter även för de personer som har svårt med balans och fysik. Stigsslingan följer gårdens olika rumsbildningar, från öppna platser till lugnare miljöer. Längs med slingan finns ett flertal sittbänkar där den boende kan slå sig ner och vila.

Markmaterialet består dels av betongmarkplattor anpassade för miljöer som kräver hög tillgänglighet, samt grus och en gräsmatta för

att stimulera sinnen och de boendes fysiska förmåga. Ett enhetligt markmaterial läggs på största delen av gården, medan en annan typ av platta läggs i anknypning till element och rumsbildningar som ska belysas, däribland Mötesplatsen.

På grund av utegårdens begränsade yta och form har inte alla delar av gården kunnat erbjuda en stigsslinga utan återvändsgränder. Två stenmurar med trägrindar finns därför i anslutning till Mötesplatsen och Högtidsplatsen. Stenmurarna fungerar som en markering och ett fysiskt hinder mellan "den helt anpassade gården" och området utanför.

Kullen med sly och träd har gallrats ur för att ett bättre närlimat ska uppnås på utegården. En barkstig har anlagts på det svackare partiet, vilket möjliggör att kullen nu kan utnyttjas för de boende som har kapacitet och förmåga. På kullen finns sittbänkar utplacerade tillsammans med lekelement för de barn som besöker den anhörige. Körbärsträd har placerats in som accenter, vilka belyser årstidsvariationen.

Utegården ramas in av ett trästaket med buskar eller perenner i anslutning för att en naturlig barriär ska skapas.



**Teckenförklaring**

	Markmaterial, betongplattor. Typ S:T Eriks SCALA naturgrå.		Gräsmatta.
	Markmaterial, betongplattor. Typ S:T Eriks CIRKUS naturgrå.		Plantering perenner, buskar.
	Grus.		Sittbänk.
	Berg i dagen. Flaggstång.		Flyttbara bord och stolar.
	Körbärsträd.		Torkställning.
	Pergola.		Stenmur med trägrind.
	Gångbarr.		
	Vattenfontäner.		
	Barkstig.		
	Upphöjda planteringslådor, två höjder. Kryddväxter och bärbuskar.		
	Sommaräng. Plats för midsommarstång och julgran.		
	Kulle med träd behålls. Sly gallras ur. Körbärsträd planteras in.		
	Gruspartiet med stenpartiväxter, stenblock, damm och fågelbad.		

Figur 18: Illustrationsplan Ängsklockan, skala 1:400/A3  
1 m 5 m 10 m



Figur 19: Mötesplatsen

### 3.4.1 MÖTESPLATSEN

Mötesplatsen ligger i direkt anslutning till dörren in till byggnaden, vilket fungerar som ett landmärke. Här finns en välkomnande öppen rumsbildning med flyttbara bord och stolar placerade i både sol och skugga. Den öppna ytan blir en förlängning av det befintliga utrymmet under balkongerna och fungerar som ett vardagsrum utomhus. Hit kan de boende gå för att utföra vardagliga aktiviteter såsom att ta sin eftermiddagskaffe eller läsa sin morgontidning.

Längs med fasaden ramas Mötesplatsen in av upphöjda planteringslådor, där olika kryddväxter och andra ätbara växter kan odlas, vilket kan påverka de boendes sinnen. I och med att planteringslådorna står i direkt anslutning till dörren in till byggnaden kan de boende lockas att ta steget ut för att klippa kryddor till maten eller för att smaka på smultronen.

Vid fikaborden har den boende utsikt över en plantering med växter som går i en harmonisk färgskala, intill det befintliga plommonträdet som har sparats för att skapa en hemlik miljö. I planteringen finns även tre stycken vattenstrålar som bidrar till sinnesro i och med det porlande vattenljudet. Även en fågelholk finns i anslutning till denna komposition.

Intill Mötesplatsen, till höger om utrymmet under balkongen (bakom plommonträdet i bild), finns en torkställning. Torkställningen kan bli en naturlig del av de vardagliga aktiva aktiviteterna på boendet. Den boende själv, eller tillsammans med personal, kan gå dit för att hänga sin tvätt på tork.

### 3.4.2 HÖGTIDSPLATSEN

Högtidsplatsen är gestaltad som en cirkel med en sommaräng centralt placerad. I mitten av ängen finns det utrymme till att sätta upp en midsommarstång eller en julgran för att uppmärksamma och visualisera högtiderna. I och med att den hårdgjorda ytan har en cirkulär form finns även möjlighet till dans runt stängen/granen.

Oavsett årstid eller högtid så kan Högtidsplatsen användas när större samlingar ska samlas tillsammans. De boende får gärna komma hit och plocka sommarblommor från ängen och ta med en bukett till matbordet!

Mellan Högtidsplatsen och Mötesplatsen finns flera sittbänkar anpassade till målgruppen placerade, intill en upphöjd perennplantering. I och med att sittbänkarna är infällda i planteringen skapas större kontakt med växterna, det blir lättare att känna, se och lukta på blommorna vilket kan stimulera sinnen och väcka minnen.



Figur 20: Högtidsplatsen

### 3.4.3 SINNENAS TRÄDGÅRD

Sinnenas trädgård är en plats för avkoppling, här ska sinnesro kunna uppnås. Den nytillkomna stigslingen på utegården är utformad så att den löper längs med de olika rumsbildningarna av Sinnenas trädgård, vilket gör att alla olika inslag kan upplevas.

Växterna i Sinnenas trädgård är valda för att stimulera människans sinnen och även för att väcka minnet. Välbekanta mormorsväxter, doftande buskar och perenner samt nya spännande arter täcker de olika planteringarna.

Flera sittmöjligheter finns i Sinnenas trädgård, både i en större rumsbildning och längs med stigslingen. Pergolan (som syns i bild) är den största rumsbildningen, här finns möjlighet till vila för den som vill slå sig ner i skuggan och blicka ut över vattenspelet och planteringarna. Ett fågelbad är placerat i anslutning till vattenspelet, vilket gör att den boende kan studera de fåglar som kommer på besök, passiv aktivitet.

En gångbarr har placerats ut mellan promenadvägarna, genom mittenplanteringen, vilket möjliggör fysisk aktivitet. Denna gör det möjligt för de boende att öva upp fysik och balans genom gångträning.

### 3.4.4 SYRÉNBERÅN

Syrénbersån är en plats avsedd för mer intima möten. Här kan den boende eller den anhörige sätta sig ner och få vila från omgivningen i lugn och ro för att uppnå sinnesro. Syrénbuskarna ger ett insynsskydd samtidigt som syrénblossarna stimulerar sinnen med både färg och doft.



Figur 21: Syrénbåsen

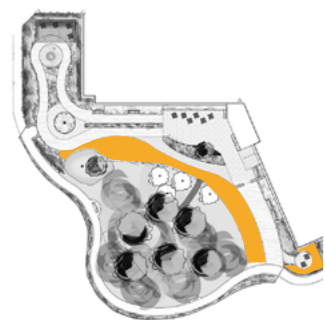


Figur 22: Sinnenas trädgård

### 3.4.5 VÄXTVAL

Nedan presenteras de övergripande växtarter som återfinns i Ängsklockans nya gestaltning. Ängsklockans geografiska placering har växtzon 3.

#### 3.4.5.1 Gräsmattan med lökväxter och syrénbersån

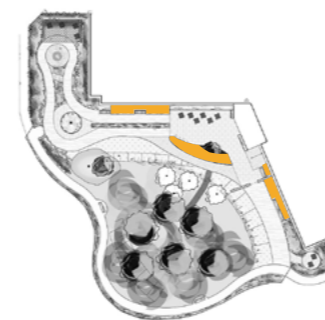


Figur 23.

När våren kommer och solen börjar titta fram fylls gräsmattan längs med den kuperade backen med vårlökar, bland annat blåstjärna och vårkrokus.

Syrénbersån börjar blomma under försommaren.

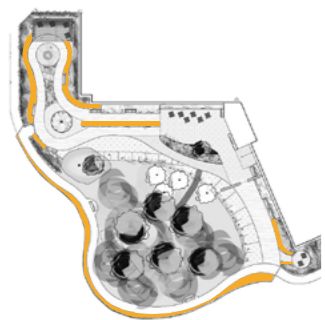
#### 3.4.5.4 De upphöjda planteringarna



Figur 26.

De upphöjda planteringarna innehåller både bärbuskar, rabarberplantor samt blommande perenner såsom jättevallmo. De upphöjda planteringarna bidrar till att den boende lättare når växterna.

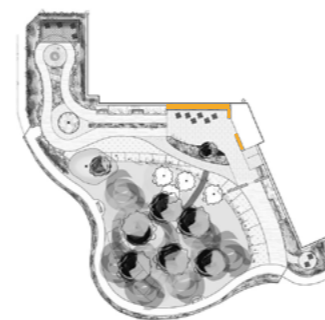
#### 3.4.5.2 Den låga inramningen



Figur 24.

Den låga inramningen innehåller flera arter av växter, bland annat en marktäckande ros, kungsnäva, röd rudbeckia, luktviol och lavendel. Arterna som återfinns i planteringen varierar i blomperiod och blomning finns under hela vegetationsperioden. Planteringen ramar in gångstråken och de olika rumsbildningarna.

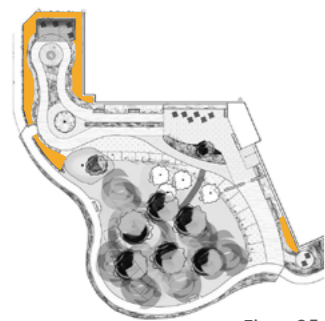
#### 3.4.5.5 Odlingen



Figur 27.

I planteringslådorna varierar arter och sorter beroende på vad de boende önskar odla. Exempel på växter som skulle kunna odlas är gräslök, smultron, jordgubbar och kryddväxter.

#### 3.4.5.3 Den yttre inramningen



Figur 25.

I den yttre inramningen återfinns högre växter som ramar in den låga planteringen. Arterna varierar i både höjd, form och färg. Flera av arterna blommar med doftande blommor, bland annat doftschersminen. Andra växter som återfinns i planteringen är rosor, buskpion, stjärnmagnolia, praktröllika och höstaster.

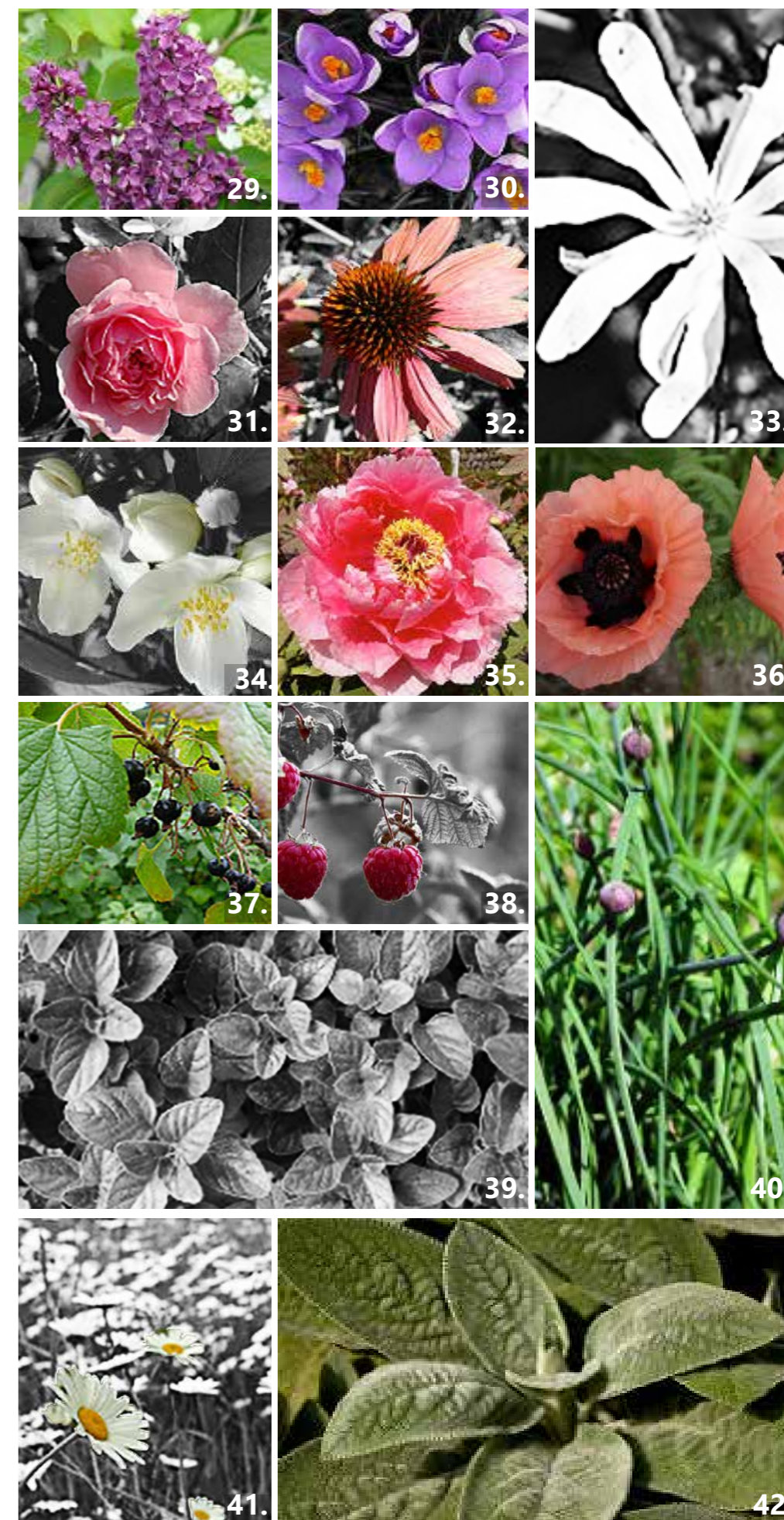
#### 3.4.5.6 Blomsterängen och gruspartiet



Figur 28.

På blomsterängen finns arter som får den boende att minnas hur det är att vara på en svensk äng under sommaren. Bland annat så finns både prästkrage och blåklocka i denna komposition.

I gruspartiet växer solälskande arter, bland annat kärleksört och lammöra.



# DISKUSSION

Figur 43: Sinnenas trädgård Fågelholk





## 4.1 SAMMANFATTANDE DISKUSSION

I detta examensarbete utreds hur utemiljöer till demensboenden kan gestaltas med hänsyn till de boendes behov och förmågor. Med hjälp av litteraturstudier och intervjuer har olika gestaltungsprinciper tagits fram kring vad som är av vikt att tänka på vid gestaltning av utemiljöer till demensboenden. Den framtagna informationen har även tillämpats på en utegård till äldreboendet Ängsklockan i Västerås, för att visa på hur gestaltungsprinciperna kan användas i praktiken.

Syftet med examensarbetet har varit att belysa hur viktig närmiljön är för personer som lider av en demenssjukdom och samtidigt bor på ett demensboende.

## 4.2 REFLEKTION KRING METOD

Arbetsprocessen inleddes med litteraturgenomgång inom ämnesområdet samt intervjuer för att få en förståelse kring demens som sjukdom samt problematiken med att gestalta anpassade utemiljöer till dementa personers behov och förmågor. Därefter har arbetsprocessen varit dynamiskt växlande mellan kunskapsinhämtning från litteratur, skissarbete, analys och reflektion. I och med detta arbete har jag fått en större förståelse kring hur viktigt det faktiskt är att utemiljön anpassas efter de boendes förmågor, för att de ska kunna ta sig ut i miljön utanför byggnaden.

### 4.2.1 Litteraturstudie

Att utemiljön har en viktig påverkan på hälsan är både känt och väldokumenterat, detta gjorde det lätt att finna information inom denna ämneskategori. Utmaningen blev att sälla ut och välja de mest relevanta och trovärdiga källorna att referera till. I detta fall valdes välkänd och beprövad forskning.

Litteratur som behandlade utemiljöer till demensboenden var däremot svårare att finna. Det finns mycket forskning som behandlar utemiljöer vid äldreboenden, men i jämförelse fanns lite information om gestaltning av utemiljöer anpassade till personer som lider av en demenssjukdom. Detta kan ha berott på ett för snävt sök område, eller att forskning saknas inom denna ämneskategori. Den information som togs fram refererade ofta till samma litteratur, vilket gjorde att samma information ofta återkom.

### 4.2.2 Intervju med personal och arbetsterapeuter

De intervjuer som genomfördes med personal på demensboenden samt intervjuerna med de två arbetsterapeuterna lyfte liknade aspekter som påfanns genom litteraturgenomgången.

De personer som bodde på demensboendena var inte delaktiga i intervjuerna med hänsyn till sjukdomen. Det hade däremot varit intressant att se vad de tyckte om sin utemiljö, samt vad de önskade inneha. Det är ju trots allt de som bor på boendet som i detta fall varit målgruppen.

### 4.2.3 Tillämpning på ängsklockans utegård

Tillämpningen av de gestaltungsprinciper som formulerats utifrån litteraturstudie och intervjuer skedde på Ängsklockans utegård. Ett gestaltungsförslag bör alltid ta hänsyn till platsen förutsättningar vilket gjorde att gestaltungsprinciperna tolkades och analyserades utefter hur de kunde passa in på Ängsklockans utegård. Om en annan plats valts till gestaltungsförslaget skulle troligtvis gestaltungsprinciperna fått en annan tolkning. Det viktiga är däremot att försöka uppfylla alla gestaltungsprinciper på bästa möjliga sätt och i den mån det går.

## 4.3 DEN NYA GESTALTNINGEN

Gestaltungsförslaget visar på hur gestaltungsprinciperna kan användas i praktiken. Den nya gestaltningen har tagit hänsyn till alla de gestaltungsprinciper som formulerats utifrån litteraturstudie och intervjuer. Punkt fyra var däremot inte möjlig att helt uppfylla; "Landmärken fungerar som orienteringspunkter, dörren tillbaka till byggnaden ska i möjligaste mån vara synlig från hela gården". I och med att den kuperade kullen tar upp stora delar av gården behövde plan yta runt husknuten istället tas i anspråk, vilket gjorde att dörren tillbaka till byggnaden inte är synlig från denna del av gården.

Detta visar på att alla gestaltungsprinciper inte alltid är möjliga att uppfylla på grund av platsens förutsättningar. Viktigt är däremot att poängtera att gestaltungsprinciperna kan användas som ett verktyg vid gestaltning av utemiljöer till demensboenden. De kan ge riktlinjer mot vad en utemiljö till ett demensboende bör innehålla, framförallt när det handlar om gårdens strukturella uppbyggnad.

## 4.4 ÅTERKOPPLING TILL FRÅGESTÄLLNING

- *Hur kan en utemiljö till ett demensboende gestaltas utifrån dementa personers behov och förmågor?*

Det är flera faktorer som spelar in på hur en utemiljö bör gestaltas till ett demensboende. I och med att de som bor på boendet är i behov av en stödjande miljö så kräver det att gestaltaren använder sig av element som hjälper till med orienterbarhet, trygghet och igenkännande.

I detta examensarbete har fem gestaltungsprinciper tagits fram som behandlar utemiljöns strukturella uppbyggnad; landmärken, stigarnas utformning, rumsbildningar, gränser och noder. Dessa gestaltungsprinciper hjälper den demenssjuke att orientera sig i miljön, och kommer troligtvis även att fungera som strukturella gestaltungsprinciper i framtiden, så länge inte symptomen som kommer med demensdiagnoser förändras.

I arbetet har det även belysts att både aktiv och passiv aktivitet ska gynnas av gestaltningen, element såsom att hänga tvätt och trädgårdsarbete har tagits upp som exempel på aktiva aktiviteter. De aktiva och passiva aktiviteterna kommer, tillskillnad från de strukturella gestaltungsprinciperna, med sannolikhet att ändras i framtiden, i takt med att de boendes intressen förändras. Detta belyser värdet av att gestaltaren bör ha kännedom om den boendes bakgrund. I framtidens utemiljöer till demensboenden, när dagens teknikberoende generation åldras samt att Sverige börjar bli ett mångkulturellt land där personer har olika bakgrund och kulturer, är det sannolikt andra aktiviteter som får de boende att minnas saker från förr.

Det finns säkerligen fler gestaltungsprinciper att ta hänsyn till vid utformning av en utemiljö till ett demensboende än vad som har tagits upp i detta examensarbete. I och med att arbetet var tidsbegränsat till 20 veckor så har inte all information inom ämnet kunnat granskas. Detta arbete ger däremot en grund till viktiga gestaltungsprinciper att ta i beaktande vid gestaltning av utemiljöer till demensboenden.

### 4.4.1 Utemiljön vid befintliga demensboenden

Utemiljöer till befintliga demensboenden saknar ofta flera av de gestaltungsprinciper som har belysts i detta arbete. Platsbrist och skötselbrist kan vara två viktiga anledningar till varför utemiljön inte uppfyller alla gestaltungsprinciper. Som tidigare nämnts upptäcktes det vid gestaltungsförslaget på Ängsklockans utegård hur svårt det kan vara att skapa plats till alla gestaltungsprinciper.

Troligtvis handlar det om en fråga om ekonomi. Det finns en risk att utemiljöer till boenden i allmänhet inte ges den yta som behövs för att alla gestaltungsprinciper ska kunna uppfyllas. Däremot måste vi fråga oss själva: hur vill vi bo när vi blir äldre och drabbas av en sjukdom? Vill vi ha möjlighet att kunna komma ut i en utemiljö anpassad till våra behov och förmågor, eller vill vi bli lämnade sittandes vid ett bord och titta ut över ett stängsel? En väl planerad och gestaltad utemiljö till demensboenden kan vara en investering för samhället, tack vare hälsofördelarna som utemiljöer för med sig.

## 4.5 FÖRSLAG TILL FORTSATT FORSKNING

Om gestaltningsförslaget som tagits fram på Ångsklockans utegård blev till verklighet skulle det vara intressant att studera och analysera hur väl gestaltningen har fungerat för ändamålet. Om gestaltningsprinciperna som förslaget är baserat på är gestaltade på rätt sätt och ifall det fungerar bra att använda som verktyg vid gestaltning av utemiljöer till demensboenden. Vid analys av gestaltningsprinciperna skulle det framförallt vara intressant att se hur de som bor på boendet uppfattar gården; om de känner sig trygga, om de anser att det är lätt att orientera sig på gården samt hur väl gården är anpassad efter deras behov och förmågor.

I och med att detta examensarbete inte har innefattat observation av när de boende nyttjar utemiljön eller samtal med de boende så skulle en vidare forskning inom området kunna innebära samtal med de som bor på demensboendet. Det skulle vara intressant att se hur de boende uppfattade utemiljön, samt vad de önskar inneha. Den information som kommer fram i dessa samtal skulle sedan kunna komplettera, och kanske förändra, de gestaltningsprinciper som framkommit i detta examensarbete.

Ett intressant ämnesområde som jag har stött på under arbetets gång är demensboenden med teman. En vidare forskningsfråga skulle kunna ta upp hur olika teman kan belysas i utemiljön. Detta kan ses som en motsvarighet till temalekplatser, som idag är mycket populära. För att detta ska vara möjligt måste däremot utbudet av redskap och element finnas tillgängliga i större utsträckning, anpassade till personer med en demensdiagnos. Det finns flera företag i branschen som tar fram lekredskap och utrustning anpassade för temalek, på motsvarande sätt skulle de även kunna ta fram utrustning anpassade för olika teman på demensboenden. Om de olika boenden hade ett eget tema med tillhörande utemiljö skulle boendet kunna bli mer hemlikt, vilket är en viktig gestaltningsprincip. Det skulle därför både vara intressant att studera hur stor efterfrågan temaanpassad utrustning skulle ha, samt vilka olika teman som efterfrågas.

## 4.6 SLUTORD

I det här arbetet har jag fått upp ögonen för hur viktig den närmaste utemiljön är för personer med en demensdiagnos, samt vilken roll och ansvar vi som landskapsarkitekter har för att skapa en utemiljö anpassad efter målgruppens behov och förmågor. Jag tror på att alla människor, oavsett sjukdom, ålder eller bakgrund ska ha rätt till en utemiljö där de både kan stimuleras samtidigt som de kan finna sinnesro. När personen själv inte kan föra sin talan måste medmänniskan hjälpa till. Det behöver inte vara mer kostsamt eller ta mer tid att gestalta en gård anpassad efter målgruppen, så länge som kunskap finns kring vad målgruppen behöver och efterfrågar.

Jag vill avsluta min tid på landskapsarkitektutbildningen och detta examensarbete med ett avsnitt ur boken "Sinnenas trädgård, ett rum för hälsa och livskvalitet" skriven av Yvonne Westerberg, grundare av Sinnenas trädgård i Stockholm, Sabbatsberg:

*"Att leva tills man dör är ett uttryck som blev min devis i mitt arbete med människor. En devis som innebär att alla människor har rätt till att få en mening med livet ända fram till den dagen vi lämnar detta jordeliv. Att varje dag, timme och ögonblick är viktig. Där vi behöver ha något att längta till, se fram emot som är värt att leva för, men också där vi känner oss levande och synliga för oss själva och andra. Det handlar inte bara om att vi ska ge god omvårdnad, så att en människa lever längre och kan lägga fler år till livet. Det är minst lika viktigt att ge god kvalitet åt både kropp och själ".*

*(Westerberg 2011. Sid 71)*

# REFERENSER

Figur 44: Sinnenas trädgård Vårblommor



## 5.1 TRYCKTA KÄLLOR

- Cooper Marcus, C. & Barnes, M. (1999). *Healing gardens: therapeutic benefits and design recommendations*. New York ; Chichester : John Wiley & Sons
- Dahlenborg, I. (2003). *Trädgård- en möjlighet i all vård*. Stockholm: Demensförbundet
- Grahn, P., Lieberg, M. & Schmidtbauer, P. (2005). *Tänkvärda trädgårdar: när utemiljön blir en del av vården*. Stockholm: Formas
- Grahn, P. & Ottosson, J. (1998). *Utemiljöns betydelse för äldre med stort vårdbehov: fallstudien "Med ögon känsliga för grönt"* Alnarp: MOVIMUM
- Grefsød, E-E. (2002). *Eldres liv og hagens visdom : formgivning av terapeutiske hager for personer med demens*. Nasjonalt kompetansesenter for aldersdemens
- Grefsød, E-E. (2001). *Hage for personer med demens* Nasjonalt kompetansesenter for aldersdemens
- Rodiek, S. & Schwartz, B. (2007). *Outdoor Environments for People with Dementia*. Binghamton, NY : The Haworth Press
- Stoneham, J. & Thoday, P. (1994). *Landscape design for elderly and disabled people*. Woodbridge: Garden Art Press
- Westerberg, Y. (2011). *Sinnenas trädgård: ett rum för hälsa och livs kvalitet*. Västerås: Ica Bokförlag

## 5.2 ELEKTRONISKA KÄLLOR

- Bengtsson, A. (2003). *Utemiljöns betydelse för äldre och funktionshindrade* (Rapport 2003:60) Statens folkhälsoinstitut <http://www.folkhalsomyndigheten.se/pagefiles/12210/r2003-60-utemiljons-betydelse.pdf> [2016-02-10]
- Bengtsson, A. & Grahn, P. (2005). *Den omvända ålderspyramiden: Lagstifta om utevistelse för alla!*. Blücher, G. & Graninger, G. (red.) ss.69-154 <http://liu.diva-portal.org/smash/get/diva2:354839/FULLTEXT01.pdf> [2016-02-10]
- Hedin, A. (1996) *En liten lathund om kvalitativ metod med tonvikt på intervju*. Martin, C. (red.) (2011). <https://www.google.se/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&ved=0ahUKEwjZm4O28LXLAhWiFJoKHdclCrgQFgghMAA&url=https%3A%2F%2Fstudentportalen.uu.se%2Fuusp-filearea-tool%2Fdownload.action%3FnodeId%3D459535%26toolAttachmentId%3D108197&usq=AFQjCNG0-fjBQ0e-M5h54Rc80u4CdM2Kew&cad=rja> [2016-03-10]
- Hjälpmedelsinstitutet- teknik för äldre & Micasa Fastigheter i Stockholm AB (2008). *Gestaltningssprogram för utemiljön vid vård- och omsorgsboende*. [http://www.micasa.se/Documents/Intern%20service/Kommunikation/Infomaterial/Broschyrer/Tradgard\\_3.pdf](http://www.micasa.se/Documents/Intern%20service/Kommunikation/Infomaterial/Broschyrer/Tradgard_3.pdf) [2016-02-22]
- Nationalencyklopedin (u.å.) *Lignos*. <https://www.ne.se/uppslagsverk/encyklopedi/l%C3%A5ng/lignos> [2016-04-14]
- Odlanu (u.å). *Doftande trädgård*. <http://www.odlanu.com/inspiration/doftande-tradgard> [2016-02-25]
- Socialstyrelsen (2014). *Nationell utvärdering – Vård och omsorg vid demenssjukdom 2014*. <http://www.socialstyrelsen.se/Lists/Artikelkatalog/Attachments/19331/2014-2-4.pdf> [2016-02-10]
- Statistiska centralbyrån, SCB, (u. år.). *Åldrande befolkning*. [http://www.scb.se/sv\\_/Hitta-statistik/Regional-statistik-och-kartor/Statistikatlasen/VisletBehallare/Aldrande-befolkning/](http://www.scb.se/sv_/Hitta-statistik/Regional-statistik-och-kartor/Statistikatlasen/VisletBehallare/Aldrande-befolkning/) [2016-02-10]
- Stockholms Stad (2013). *Växtlista Sinnenas trädgård*. <http://www.stockholm.se/PageFiles/105077/V%C3%A4xtlista%20Sinnenas%20Tr%C3%A4dg%C3%A5rd%202013.pdf> [2016-02-25]
- Stockholms Stad (2015). *Sinnenas trädgård en ro för själen*. <http://www.stockholm.se/Fristaende-webbplatser/Stadsdelssajter/Norrmalm/Sinnenas-tradgard/> [2016-05-16]
- Stockholms äldreboende (u.å.) *Välkommen till Sabbatsbergsbyn!*. <http://www.stockholmsaldreboende.se/sabbatsbergsbyn.html> [2016-05-16]
- Svenskt demenscentrum (2012). *Symtom*. <http://www.demenscentrum.se/Fakta-om-demens/Symtom/> [2016-02-10]
- Svenskt demenscentrum (2014). *Vad är demens?*. <http://www.demenscentrum.se/Fakta-om-demens/Vad-ar-demens/> [2016-02-10]
- Svenskt demenscentrum (2016). *Demenssjukdomarna*. <http://www.demenscentrum.se/Fakta-om-demens/Demenssjukdomarna/> [2016-02-10]
- Västerås stad (u.å.) *Ängsklockans ålderdomshem*. <http://www.vasteras.se/omsorg-stod-och-hjalp/boenden/alldreboende/alderdomshem/angsklockans-alderdomshem.html> [2016-03-07]

## 5.3 FIGURFÖRTECKNING

1. Foto: Martina Pind (2016). *Sinnenas trädgård "Mötesplats"*
2. Foto: Martina Pind (2016). *Sinnenas trädgård*
3. Foto: Martina Pind (2016). *Sinnenas trädgård Lusthuset*
4. Illustration: Martina Pind (2016). *Utemiljöns strukturella uppbyggnad*
5. Foto: Martina Pind (2016). *Sinnenas trädgård Klädstreck*
6. Foto: Martina Pind (2016). *Sinnenas trädgård "Tid för tanke"*
7. Foto: Martina Pind (2016). *Sinnenas trädgård Planteringslådor*
8. Foto: Martina Pind (2016). *Sinnenas trädgård Upphöjd plantering*
9. Illustration: Martina Pind (2016). *Inventeringskarta Ängsklockan*
10. Foto: Martina Pind (2016). *Ängsklockans utegård*
11. Foto: Martina Pind (2016). *Ängsklockans utegård med kulle*
12. Foto: Martina Pind (2016). *Berg i dagen*
13. Foto: Martina Pind (2016). *Passagen i söder*
14. Foto: Martina Pind (2016). *Gräsmattan i nordväst*
15. Illustration: Martina Pind (2016). *Skuggdiagram*
16. Illustration: Martina Pind (2016). *Analysplaner*
17. Illustration: Martina Pind (2016). *Programplaner*
18. Illustration: Martina Pind (2016). *Illustrationsplan Ängsklockan*
19. Illustration: Martina Pind (2016). *Mötesplatsen*
20. Illustration: Martina Pind (2016). *Högtidsplatsen*
21. Illustration: Martina Pind (2016). *Syrénbersån*
22. Illustration: Martina Pind (2016). *Sinnenas trädgård*
23. Illustration: Martina Pind (2016). *Växtval- Gräsmattan med lökväxter och syrérbarsån*
24. Illustration: Martina Pind (2016). *Växtval- Den låga inramningen*
25. Illustration: Martina Pind (2016). *Växtval- Den yttre inramningen*
26. Illustration: Martina Pind (2016). *Växtval- De upphöjda planteringarna*
27. Illustration: Martina Pind (2016). *Växtval- Odlingen*
28. Illustration: Martina Pind (2016). *Växtval- Blomsterängen och gruspartiet*
29. Foto: Stefano (2012). *Syringa vulgaris* [fotografi]. <https://www.flickr.com/photos/81918877@N00/6933164538/in/photolist-byEhgC-q78rWB-nsWWTb-nwXio1-nyf5jX-8a2n63-bqLBoe-8ys7bc-pAo8H3-n6qidX-f1Uq7g-4MC7o2-9fyetY-L3ToN-9EA-3Jz-fx7y3-9fv6Cz-6kqSiq-NZaiv-uXj2F-dviAE-9fv7xT-3DxvwC-nkj68F-9KPrid-6rWe8i-jYv54-5m9yGV-uXiYb-9RYQr5-6Z7Ybv-7ZpaJC-M9Pm6-5mdS3Y-9uRque-NYC67-7Xhw8h-9fv7st-YgG2K-bSorTM-9ArfCn-p4m9Cx-uXiNm-9ojf-s4-9fv78X-uXiRo-6t6vKh-bsFTRb-uXj1P-uXj5F> (CC BY-NC-SA 2.0) [2014-04-22]
30. Foto: Polkadotsoph (2011). *Crocus* [fotografi]. <https://www.flickr.com/photos/polkadotsoph/5431334794/in/photolist-9gX1Bm-6dRUbn-6wHkXt-e7B4Yw-qa8gTg-dZ-1rkF-mH91ZB-63hq4m-F3WDq-e1ocEM-7Wr6oF-4zGakW-4DpsfK-9nZKr9-6hZs7B-bzaKtM-9od1L6-8kmTkk-6e27ew-rqTUcf-9qR14J-e1ocGe-e2qn2e-9ktcXa-ciQoD-67rii4-e8zNiu-69rVeb-4AnPGy-4Dpspa-CDUSc-kZgK8o-9kwfc9-6encVy-63EaPF-CWRLm-r6LxMF-bwVb8-68nWhH-yLZh-9vJWoc-6aUypY-6aoGpn-bKju6r-e1tRMq-4DtHZ3-7L5bUf-mijFyA-CTe8T-68Em2x> (CC BY-NC-SA 2.0) [2014-04-22]
31. Foto: Enbodenummer (2012). *Fairy Rose* [fotografi]. <https://www.flickr.com/photos/enbodenummer/7438037752/in/photolist-ckgTud-ftncGQ-bESxTA-tTaUN-ckgTDA-85M5EM-4whAxn-ckgTy9-ftodNE-4yLSaU-54KMrK-ftofP1-ftof9d-ckgTqh-ftndFy-ftoe2d-rts38a-rvcXcC-rMFzce-rME2wJ-qQYNax-rMFz8B-rMLFpi-rvbPbN-cURdn-thnPSH-ueoDAB-uedYuT-uPKkGW-3iUHXV-qQYMkv-rvbPEd-rKtPzd-qQLM3G-rMFz3B-rvcX6q-rvjiH4-qQYMRv-rvbPvW-rts3wX-rvbPnE-rvcXtu-rMFyMX-rME2TL-rvbPdS-qQYN1D-qQLLP5-qQYMuD-rMFzff-qQYMZ6> (CC BY-NC-SA 2.0) [2014-04-22]
32. Foto: Micah MacAllen (2007). *11 - Purple Coneflower.jpg* [fotografi]. <https://www.flickr.com/photos/micahmacallen/1973828237/in/photolist-osT9sH-41qonk-kSuD4X-kSvnrR> av Micah MacAllen (CC BY-NC-SA 2.0) [2014-04-22]
33. Foto: Stefano (2015). *Magnolia Stellata* [fotografi]. <https://www.flickr.com/photos/81918877@N00/16435948253/in/photolist-r3owNa-rWTFfd-mf6tYz-4yTDGY-69X9Uc-7L43q8-cGSnj-btRsnw-4DGTHQ-EFqSn-7L42Ax-4FPcfj-btRsqQ-EFqsU-6a2k4f-4CR8AJ-gKaAzD-mWoTG4-bEkKbc-4CR9i1-7PUeaH-EFqJUF-7G9kyw-mJ7y8C-eN3rmW-cV6AmA-bD6VAt-d8wtf1-ecfcGY-7VDBcu-7TvqqQ-bCmgKT-btPMUA-eiwsFz-9whsJk-eM5s1U-4FPbk9-eLT4Ui-4CR9YL-2Rn4bD-oEy69H-qBUUoL-plFucs-po1Y3G-omixij-7QTyn4-mui9tV-7QWQrj-6g6C6N-eh5QE> (CC BY-NC-SA 2.0) [2014-04-22]
34. Foto: Getrud K. (2006) *Pfelfenstrauch* [fotografi]. <https://www.flickr.com/photos/gertrudk/162942746/in/photolist-c1evXY-uNy86i-fp8cG-4K4saT-nHf49R-bWxPgb-bWQNMG-bWxRJ9-bWxRiW-bW7SmW-nJQWB5-sDVKdT-snktyA-ng5PKL-9UQEfw-8dbDek-BevZW-bYsGBL-bWxQ47-cmSaAQ-87ZsnZ-bVz6Pb-a3HjZY-9zENBF-AfXKMv-bWQN7W-bWxPid-bW7WsE-bWxQTy-bWQQcU-bWxQuy-xnk5BZ-tYbi1A-rAcqFm-tQPtAz-bW7uEf-LdkCz-nejH6b-bky5VK-bW7tPQ-6rKyoP-5DN3GJ-bW7ugd-5DHLdv-5AQzis-6zU2DC-6zPTS4-ncgype-D8tjtB-ng5PuV> (CC BY-NC-SA 2.0) [2014-04-22]

35. Foto: triol28 (2013). *Paeonia Suffruticosa* [fotografi].  
<https://www.flickr.com/photos/tirol28/8707030220/in/photolist-egpNjG-HSKG2-HSG3N-mNUzja-7AKECM-c8CukE-mNWex1-jBtoFs-bqY8k9-8ucLLG-c8yuRs-disaH7-mNUN-pr-bNeg4a-G97onm-4VgLzb-c1xoym-kNMY63-4YV5ta-bNM6jK-Pf4eW-4VgyN7-QJUZj-jBqQMT-mNWhM7-disxKL-jBsNHh-mNUEbn-9yceuP-bBoi67-npSzxW-c2Qwms-bTjpmp-jBtQBA-rYiJ1H-disbbA-c8ytw7-8u9EGP-mNWwRQ-diszkE-c8yvs9-diszhR-mNWgUf-disaum-bskqU9-bEpFjY-4fUTP4-jBtJzh-PLvhx-PKWxW> (CC BY-NC-SA 2.0) [2014-04-22]
36. Foto: Bethany Weeks (2009). *DSC06202* [fotografi].  
<https://www.flickr.com/photos/washuugenius/3674901571/in/photolist-6AJQcV-51sbxP-9hmvuj-at3TMK-N9Fr7-6hWxQN-azoTfU-at3Tqt-9hjnKa-9hjnTg-9hmv7U-NYdmW-9TBbTK-51shvZ-NYdim-9hjoic-9hjnEv-NYKHM-NYKRX-N7Y-jd-awtcvh-c5D75d-at3Tm6-9hmvCb-ckAWvS-NYKPR-5bHg-pk-NYdoo-NYKwx-N9K7M-51s2PP-NYdeJ-5bH4kR-4P8mKu-9dWw52-6kDtG-4R6ax1-NYKAr-52s3fB-4R21JX-56gzn8-4ZjTgH-uK3AxR-51rUcM-4R2cmD-NYdDo-JcHce-NYKkx-56FNjw-NYdqQ> av Bethany Weeks (CC BY-NC 2.0) [2014-04-22]
37. Foto: Kingsbrae Garden (2007). *Ribes nigrum 'Consort' Black Current* [fotografi].  
<https://www.flickr.com/photos/kingsbraegar-den/1055740770/in/photolist-2BhWX5-6DpqGC-6Dpo6q-k3xjtR-6Dkgak-a7eh56-8drzGq-k25Rmd-F4pL6-6icUE5-28PrJ1-28KgNz-McbQh-eMXGwz-bxyCcU-6i8Kct-81bRmv-8sgLuz-a7ejvZ-6icUg1-6icUyE-JzbhX-Jz8iU-81f5W9-54pg1k-7XFP6m-6i8KB8-6DpoTQ-6icU61-6ivEvc-8sgKHe-81bTEp-JzbdA-8peySn-8phJ53-6ivEHH-Jzba6-8bdRPz-7LCsn6-81bSUx-6icTKU-6gDF5t-6icTto-7WZPv8-a7hbto-4F6ALo-axEiae-85gwVm-6jszV8-81N3b4> (CC BY-NC-SA 2.0) [2014-04-22]
38. Foto: Mark Robinson (2011). *Raspberries* [fotografi].  
<https://www.flickr.com/photos/66176388@N00/5821598821/in/photolist-bTN6Y6-9X5tHv-7qsgz5-aPtcyR-qMtX4n-9Srdvt-emPsPu-dKafKZ-bKADcx-5xF4EL-85GSzm-cvNwBj-2eBx2E-eq4ut7-a24gNU-6Mwi93-6xqgPX-fezdgk-9KuFCy-eq4s2J-eBTb4Q-4DEGUj-7LGq6K-4DEMDx-csu4Zq-fdbT1c-8cstbt-ffWpwa-6PCN8H-4DENaB-bZrz5E-fgbvtb-bU72hX-hMWB2H-v6MQEp-2ZycVh-2wPkNA-vYCU5c-r6i7He-6DLf36-bD9hzT-bTBVZ6-cnCxAg-4cgV58-o9yFBy-55hARp-f58GqG-fCii7d-bFcpab-4jVAQ9> (CC BY-NC 2.0) [2014-04-22]
39. Foto: Rae Allen (2004). *DSC01402 - Oregano* [fotografi].  
<https://www.flickr.com/photos/raeallen/6069241/in/photolist-cmCEiU-6VMbSg-bZH6TJ-6yHXKr-53tgxh-hWGYML-a7zLYJ-dXjTqt-a5h7DC-fPauFv-a5qJcV-aLbfhT-x7b6-53p3hX-kD3QCr-a7zLB9-jBpkai-55ypa2-aqyTXg-hWGw9v-hWGFkf-a7wTLK-kD3hPD-55CyV1-hWG84n-hWGWZr-hWGeoX-hWGaZo-hWGDGA-hWHtmn-aqByZC-hWHeZx-52n2A3-a7wUTc-hWGKVN-aqyVt8-52mWtq-hWGqpK-55yrXr-aqyYu6-a5jXwN-hWGEVQ-hWHnyF-aqy-WYr-a5jXzY-8yV1kV-hWGXmm-22Vi8P-CkAGFP-jBsjnm> (CC BY-NC-SA 2.0) [2014-04-22]
40. Foto: MS.HC (2010). *Chives!* [fotografi].  
<https://www.flickr.com/photos/swimmingdeer/4599179563/in/photolist-cCKMw-56MP9V-85XWc9-842cM2-74SZWF-9GDYP8-9yHz5a-cJTPxC-eKdyrn-37PbL-6qBQ4J-4MFKYu-esfKa5-84LsTp-4WSxmC-6wpQQh-fkTzVS-6c67br-9E4q2i-DqnSC-nKjr84-26yuWg-nNNvuN-c35qLw-ixB3Fc-4RNzsg-6qB4Wq-7gm9xF-7Q6yBj-yLyrm-81pZRn-8b7zeY-agruwe-86n3SM-7Ypo8p-Mic1K-6hQWBy-4QcyQo-Bpt8d-6ENeZT-9vgYtg-9Qi1gj-nrVT1E-6udsAG-3HiZcg-26x8X-4MGovB-7cEDw4-9JEiKB-eDsUZZ> (CC BY-NC-SA 2.0) [2014-04-22]
41. Foto: Madeleine (2007). *Among friends* [fotografi].  
[https://www.flickr.com/photos/madeleine\\_/1372736135/in/photolist-3dFuUD-36iCCp-cowFhm-9QyoH3-e4stzb-6GsXZh-cowGgQ](https://www.flickr.com/photos/madeleine_/1372736135/in/photolist-3dFuUD-36iCCp-cowFhm-9QyoH3-e4stzb-6GsXZh-cowGgQ) (CC BY-NC 2.0) [2014-04-22]
42. Foto: Tom (2013). *Lamb's Ear - Stachys Byzantina* [fotografi].  
<https://www.flickr.com/photos/amazing/9471994262/in/photolist-fr1rTU-53USu3-o9vTQ6-daf5Gc-5VzkDu-f3dx8B-ohw97k-55C133-ipCZv9-bxPJcL-55xPzX-hmECpq-Bf3ZS-9MWQ6Q-f1QpC1-kiKMy9-hmFBCv-eNZX4T-2mEwbG-5Ea-vFz-pwUMZ-pZDdSq-f3dvsM-eNZZVZ-DuAJft-2a5W4K-eh-ptS7-fDb4H9-9ta5JA-6YjFZz-2tw1B8-8JxUg6-nvw7L-f3dxL6-oB5nNj-rbNjpi-7uREXz-hUyzba-hUyLGB-jBv7Vh-7uRBWF-6-wpSTg-pH7Tfm-9ShS9r-rbGQof-jBt6Yt-5bGUUj-4GnsHY-5eZvwX-5nEYBc> (CC BY-NC-SA 2.0) [2014-04-22]
43. Foto: Martina Pind (2016). *Sinnenas trädgård Fågelholk*
44. Foto: Martina Pind (2016). *Sinnenas trädgård Vårblommor*

# BILAGA 1

## INTERVJU, PERSONAL DEMENSBOENDE

Namn på boende:

Boendeform:

Kommunalt/privat:

Datum:

Ort:

Syftet med intervjun är att vi som landskapsarkitekter ska få en förståelse kring hur utemiljön till ett demensboende används i vardagen. Intervjun är uppdelad i fyra delar med totalt 14 frågor. Första delen innehåller två frågor om din bakgrund kring att arbeta med personer som har en demensdiagnos. Bakgrundsinformationen kommer endast att användas vid sammanställning och analys av informationen från intervjun.

De andra tre delarna i intervjun kommer att behandla utemiljön vid ett demensboende. I första delen vill jag få en förståelse kring hur ni på boendet upplever relationen mellan de boendes hälsa och vistelse i utemiljö. Andra delen kommer att beröra generella frågor kring hur du anser att en utemiljö till ett demensboende bör utformas för att möta de boendes behov. Sista delen i intervjun kommer att behandla frågor kring hur du tror att de som bor på boendet upplever utemiljön.

### Bakgrunds frågor:

- Hur länge har du jobbat med personer som har en demensdiagnos?
- Har du någon speciell grundutbildning? Vad?

### Del 1, Hälsa och utemiljö:

1. Kan ni se några positiva effekter i hälsan hos era boende efter att de har varit utomhus? Berätta.

2. Berätta vad du anser att utemiljön har för betydelse och funktion för personer med demens?

### Del 2, Gestaltning av utemiljön:

3. Beskriv hur ni använder utemiljön i ert dagliga arbete?

4. Vad anser du bör finnas på en utegård till ett demensboende för att den ska möta de boendes behov?

5. Berätta kring vilka hinder du anser finns för att använda utemiljön?

### Del 3, Utemiljön från de boendes perspektiv:

6. Hur ofta används utemiljön av de som bor på boendet?

- Får den boende vara ute själv på gården eller är det alltid någon från personalen med?

7. Tror du att de boende anser att de får komma ut i den utsträckning som de önskar?

OM nej: vad är det som gör att de inte får komma ut lika ofta som de önskar?

8. Ser du någon skillnad i hur ofta utemiljön används beroende på vilken årstid det är?

- Tror du att det skulle kunna finnas något inslag i utemiljön som gör att den används även under de dagar som den idag inte nyttjas? I så fall vad?

9. Vad gör de boende när de är utomhus? Vilka aktiviteter, både passiva och aktiva, uppskattas?

10. Vilka element i utemiljön tror du uppskattas av de boende? exemempel:

- Fågelholk/bad
- Vatteninslag
- Rabatter
- Odling

11. Finns det någon speciell plats på utegården som är extra uppskattad av de boende?

- Vilken?
- Varför tror du att den platsen uppskattas?

12. Har du varit med om att något i utemiljön har väckt gamla minnen hos en boende? Vad var det som stimulerade att minnen väcktes?

13. När anhöriga kommer på besök, finns det något intresse från deras sida att besöka utegården?

OM ja: vilka områden på gården används?

OM nej: finns det något i utemiljöns gestaltning som du tror skulle kunna bidra till att anhöriga och de boende går ut tillsammans?

### Övrigt:

14. Finns det något som du skulle vilja tillägga som vi inte har tagit upp ännu?

## BILAGA 2

### INTERVJU, ARBETSTERAPEUT

Namn på arbetsterapeut:

Typ av anställning:

Datum:

Ort:

Syftet med intervjun är att vi som landskapsarkitekter ska få en förståelse kring hur utemiljön till ett demensboende används i vardagen. Intervjun har totalt 12 frågor plus en bakgrundsdel. Bakgrundsdelen innehåller tre frågor om din bakgrund kring att arbeta med personer som har en demensdiagnos. Bakgrundsinformationen kommer endast att användas vid sammanställning och analys av informationen från intervjun.

De andra frågorna i intervjun kommer att behandla utemiljön vid ett demensboende. Syftet är dels att jag vill få en förståelse kring hur du använder dig av utemiljön när du arbetar med personer som har en demensdiagnos, samt hur du anser att en utemiljö till ett demensboende bör utformas för att möta de boendes behov.

### Bakgrunds frågor:

- Har du någon speciell grundutbildning? Vad?
- Har du någon specifik utbildning om demenssjukdomar?
- Hur länge har du jobbat med personer som har en demensdiagnos?

1. Berätta vad du anser att utemiljön har för betydelse och funktion för personer med demens?

2. Har du sett några positiva effekter i hälsan hos dementa personer efter att de har varit utomhus? Berätta.

3. På vilket sätt brukar du använda dig av utemiljön när du arbetar med personer som har en demensdiagnos?

4. Vilka element i utomhusmiljön anser du behöver finnas för att den ska fungera för personer med en demensdiagnos?

- sittplatser
- rumsbildningar av olika storlekar
- vegetation
- vatteninslag etc.

5. Vilka aktiviteter i utomhusmiljön, både passiva och aktiva, tror du uppskattas av personer med en demensdiagnos?

6. Hur anser du att utemiljön bör vara utformad för att passa personer med en demensdiagnos?

med hänseende till:

- orienteringsförmåga – stigarnas utformning, landmärken etc.
- balans – markmaterial, avstånd mellan sittplatser
- trygghetsaspekt – omsluten trädgård

7. Vad anser du är viktiga element i en utemiljö för att stimulera sinnen hos personer som har en demensdiagnos?

8. Berätta kring vilka hinder du anser finns för att använda utemiljön?

9. Använder du utemiljön i ditt arbete med dementa personer oavsett årstid och på vilket sätt skiljer sig användningen?

- Tror du att det skulle kunna finnas något inslag i utemiljön som gör att den kan användas även under de dagar som den idag inte nyttjas? I så fall vad?

10. Har du varit med om att något i utemiljön har väckt gamla minnen hos en boende? Vad var det som stimulerade att minnen väcktes?

11. När du har arbetat med dementa personer i en utomhusmiljö, finns det några speciella platser som du har märkt uppskattas extra mycket?

- Vilka?

- Varför tror du att de platserna uppskattas?

Övrigt:

12. Finns det något som du skulle vilja tillägga som vi inte har tagit upp ännu?