



# Ett gestaltungsförslag av utemiljön på Värpinge äldreboende

En utformning för inspiration

---

A design proposal for the outdoor environment at Värpinge nursing home

*A design for inspiration*

Evelina Hellertz & Karoline Klingborg

Självständigt arbete i Landskapsarkitektur • 15 hp

Sveriges lantbruksuniversitet, SLU

Fakulteten för landskapsarkitektur, trädgårds- och växtproduktionsvetenskap

Institutionen för Landskapsarkitektur, planering och förvaltning, LAPF

Landskapsingenjörsprogrammet

Alnarp 2023

# Ett gestaltningsförslag av utemiljön på Värpinge äldreboende

## *En utformning för inspiration*

A design proposal for the outdoor environment at Värpinge nursing home  
*A design for inspiration*

Evelina Hellertz & Karoline Klingborg

<b>Handledare:</b>	Mona Wembling, Sveriges Lantbruksuniversitet, LAPF
<b>Examinator:</b>	Jitka Svensson, Sveriges Lantbruksuniversitet, LAPF
<b>Omfattning:</b>	15 hp
<b>Nivå och fördjupning:</b>	G2E
<b>Kurstitel:</b>	Självständigt arbete i Landskapsarkitektur
<b>Kurskod:</b>	EX0841
<b>Program/utbildning:</b>	Landskapsingenjörsprogrammet
<b>Kursansvarig inst.:</b>	Institutionen för Landskapsarkitektur, planering och förvaltning
<b>Utgivningsort:</b>	Alnarp
<b>Utgivningsår:</b>	2023
<b>Upphovsrätt:</b>	Alla bilder används med upphovspersonens tillstånd.
<b>Nyckelord:</b>	Äldre, äldreboende, välmående, restaurativ miljö, tillgänglighet, sinnen, brukare, livskvalitet, trädgård, innergård, utomhus.

**SLU, Sveriges lantbruksuniversitet**

Fakulteten för landskapsarkitektur, trädgårds- och växtproduktionsvetenskap

Institutionen för Landskapsarkitektur, planering och förvaltning, LAPF

## Sammanfattning

På Värpinge äldreboende i Lund finns det en innergård tillgänglig för de boende att vistas i, men innergården har under de senaste åren åsidosatts och är inte längre en lika besökt, välkött och rofylld plats. Detta självständiga arbete är en fallstudie, och ett gestaltungsförslag tas fram som inspiration till möjliga förändringar av äldreboendets utemiljö. Genom metoder som inventering av platsen och en enkät som de boendena får svara på, utformas boendets utemiljö med avsikt att bli tillgänglig, restaurativ och estetiskt tilltalande för brukarna utefter deras behov och önskemål. Vid enkätutdelningen studeras problematiken med den befintliga utemiljön som gör platsen oattraktiv, och vilka förändringar gällande utrustning-, material- och växtval, samt färg och form som hade kunnat tas fram i en omgestaltning undersöks.

Det illustrerade underlaget stöds av en litteraturstudie, där även delar ur välkända teorier inom utemiljöer kopplat till människan och psyket används, som litteraturstöd till designvalen. Ett platsbesök genomförs även

som en metod förutom inventering, enkät och litteraturstudie, på ett annat äldreboende för jämförelse och inspiration till den egna gestaltningen.

Gestaltungsförslaget illustreras genom plan-, sektions- och detaljskisser. Vårt fokus med utformningen är estetiska värden, restoration, sensorisk stimulation och tillgänglighet i utemiljön för en identifierad användargrupp. Avsikten med utformningen är att skapa en attraktivare plats för brukarna, så att de mer frekvent skulle vilja använda sig av sin innergård igen.

Några slutsatser som kunnat urskiljas ur metoderna som använts i arbetet är betydelsen av både vila och kontakt som äldre. Vila i form av att befinna sig i restaurativa miljöer vilka främjar återhämtningen och den allmänna hälsan. Kontakt i form av möten med andra människor, men även kontakten med naturen genom användandet av sinnena.

*Nyckelord:* Äldre, äldreboende, välmående, restaurativ miljö, tillgänglighet, sinnen, brukare, livskvalitet, trädgård, innergård, utomhus.

## Abstract

At Värpinge nursing home in Lund, there is a courtyard available for the residents to stay in, but the courtyard has been neglected in recent years and is no longer an equally visited, well-maintained and peaceful place. This independent work is a case study, and a design proposal is drawn up as inspiration for changes to the outdoor environment at the nursing home. Through methods such as an inventory of the site and a survey that the residents can answer if wanted, the residence's outdoor environment is designed with the intention of being accessible, restorative and aesthetically pleasing to the users according to their needs and wishes. During the distribution of the independent work, the problem with the existing outdoor environment is studied, in what makes the place unattractive, and which changes regarding equipment, material and plant selection, as well as color and shape that could have been produced in a redesign are investigated.

The illustrated basis is supported by a small literature study, where also parts of well-known theories in outdoor environments connected to humans and the psyche are used, as literature support for the design choices. A site visit is also carried out as a method in addition to the inventory, survey and the literature study, at another nursing home for comparison and inspiration for the own redesign.

The design proposal is illustrated through plan, section and detail sketches. Our focus with the design is aesthetic values, restoration, sensory stimulation and accessibility in the outdoor environment for an identified user group. The intention with the design is to create a more attractive place for the users, so that they would want to use their courtyard again more frequently.

Any conclusions that could be discerned from the methods used in the independent work are the importance of both rest and contact as an elderly person. Rest in the form of being in restorative environments which promote recovery and general health. Contact in the form of meetings with other people, but also contact with nature through the use of the senses.

*Keywords:* Elderly, older adults, residents, retirement home, care facility, nursing home, geriatric care home, health benefits, well-being, quality of life, outdoor, garden, green space, greenery, nature, courtyard.



# Innehållsförteckning

<b>1.</b>	<b>Inledning .....</b>	<b>6</b>
1.1	Bakgrund .....	7
1.2	Syfte och mål .....	8
1.3	Frågeställningar .....	8
<b>2.</b>	<b>Metod och avgränsning .....</b>	<b>9</b>
<b>3.</b>	<b>Vägledning för utformning av utemiljö .....</b>	<b>12</b>
3.1	Utemiljö & människan .....	12
3.2	Teorierna kopplat till människors välmående .....	13
3.3	Utemiljöns betydelse för välmående hos äldre .....	16
3.4	Värpinge äldreboende .....	17
3.5	Litteraturstudie av funktioner & aspekter till gestaltungsförslag .....	29
<b>4</b>	<b>Gestaltungsförslaget - tillämpning av funktioner, aspekter &amp; illustrationer..</b>	<b>37</b>
4.1	Tillämpning.....	37
4.2	Tillämpningar av funktioner & aspekter i gestaltungsförslaget.....	40
4.3	Illustrationer .....	47
4.4	Gestaltungsförslagets ”områden” .....	52
<b>5</b>	<b>Diskussion.....</b>	<b>69</b>
<b>6</b>	<b>Referenser .....</b>	<b>72</b>
<b>7.</b>	<b>Bilagor .....</b>	<b>78</b>

# 1. Inledning

I denna studie tas hälsofrämjande effekter upp kopplat till gröna utemiljöer, specifikt för äldre personer baserat på litteraturstudier, och redovisas i ett gestaltungsförslag av en innergård på Värpinge äldreboende. Främjande av välmående kan vara av yttersta vikt då åldrande människors vitala övergripande hälsa ofta sjunker med åldern. Därför är det viktigt att ta reda på hur, som i detta arbete, en innergård kan förbättra psykisk och fysisk hälsa genom rätt gestaltning, i kombination med väl valda material- och växtval. Planeringen av tillgänglighet, material- och växtval baseras på vår litteraturstudie och enkätundersökning. I detta förslag väljs växter ut som gynnar brukarnas sinnen och utformningen av platsen anpassas till den skötselnivå som äldreboendet har enligt kommunen.

Gestaltungsförslaget baseras på den erhållna kunskap och de arbeten som utförts tidigare under utbildningen på Landskapsingenjörsprogrammet.

Det finns flera tidigare studier gjorda på hälsoträdgårdar i ett restorativt syfte vilka kan ha stor betydelse för åldersframkallade demenssjukdomar. Färre studier har fokuserat på hur utemiljön kan främja äldre som har hälsan i behåll men av åldern har eventuella svårigheter med framkomlighet. Genom denna studie fokuserar vi därför på hur vi med små förändringar kan tillgängliggöra utemiljön på äldreboendet och hur vi kan utforma en yta med god användbarhet, så att brukarna kan ta del av alla fördelar som det ger att spendera tid utomhus.

## 1.1 Bakgrund

Att det finns ett samband mellan människors hälsa och kontakt med naturen har forskningen länge fastställt (Freeman et al. 2019). Att ha tillgång till grönska har visat sig vara viktigt i alla åldrar. Regelbunden utevistelse stärker skelettet, förbättrar sömnkvalitén och ökar välmåendet bara för att nämna några fördelar (Bengtsson 2003).

I takt med att vi blir äldre kan möjligheten att spendera tid utomhus försvåras och andra krav ställs på utemiljön. Det kan handla om tillgänglighet på platsen med rullator, tillgång till sittplatser för vila eller möjlighet att vistas i skugga (Arnberger et al. 2017). Många äldreboenden runt om i landet har mindre attraktiva utemiljöer och som av den anledningen används mindre av både boende och personal (Bengtsson 2003).

Med genomtänkt planering av utemiljöer på äldreboenden kan dessa platser tillgodose brukarnas behov både fysisk och mentalt. Denna studie fokuserar på Värpinge Äldreboende och ta fram ett underlag med hjälp av illustrationer på förbättringar angående planering, växtval och materialval för att möjliggöra deras behov. Underlaget ska fungera som inspiration för framtida förändringar på äldreboendet.

## 1.2 Syfte och mål

Syftet med studien är att undersöka vilka behov det finns hos de boende och vilka viktiga funktioner och aspekter det finns att ta hänsyn till i utformningen av en utemiljö på ett äldreboende.

Målet är sedan att utifrån dessa utforma en behovsanpassad utemiljö som stimulerar och intresserar de olika individerna samt ökar möjligheten till självständighet.

## 1.3 Frågeställningar

- Vilka funktioner och aspekter är viktiga i utformningen av en innergård för att kunna brukas av de äldre med begränsad rörlighet?
- Hur kan utemiljön på äldreboendet omgestaltas för att gynna de boendes välmående?

## 2. Metod och avgränsning

Då målet med studien är att den ska utforma ett gestaltungsförslag som visar på förbättringsmöjligheter av en utemiljö för äldre, valdes fallstudie som metod för arbetet (Swaffield, 2017). Vi valde att titta extra noga på hur vi skulle kunna gestalta en utemiljö som tillgodoser de äldres behov både psykiskt och fysiskt.

Arbetet startades med en litteraturstudie där vi fördjupade vår kunskap inom samspelet mellan tillgängliga, behovsanpassade trädgårdar och äldre människors hälsa. Därefter besökte vi den utvalda platsen för detta arbete som är Värpinge äldreboende, i Lunds kommun. Enkäter lämnades ut till de boende där de kunde välja att svara på frågor angående den nuvarande utemiljön, samt vad de skulle önska i en omgestaltning. Som inspiration till vår designprocess valde vi även att besöka ett annat äldreboende som profilerar sig med sin gröna utemiljö, Postiljonen i Höllviken. Äldreboendet innehar en utemiljö som uppfyller kriterierna vi tycker är viktiga i en gestaltning av äldreboende, i form av

tillgänglighet, anpassade utrustningar, viloplatser och material- och växtval. Vi valde därför att besöka deras innergård med syfte att hämta inspiration till vårt eget förslag, och att ha en plats i exempelvis material- och utrustningsval att jämföra med.

Litteraturstudien, platsbesöken och enkäterna utmynnade i ett gestaltungsförslag där design, tillgänglighet och restoration via sinnen står i fokus.

### Platsbesök & analys

Tillsammans med enhetschefen Cecilia, och enhetsadministratören Kerstin besökte vi Värpinge äldreboendes innergård för att undersöka användbarheten av platsen i nuläget. De förmedlade sina visioner och önskemål för platsen utifrån deras erfarenhet att jobba med äldre. Efter inventeringen satte vi oss ned och diskuterade platsens möjligheter och förändringar, och där vi även fick tid till att ställa frågor. De gav oss väldigt fria tyglar i

utformning och förändring av innergården med enda kravet att statyn och flaggstången skall behållas (Se: 3.45 Nulägesplan).

Under platsbesöket analyserades innergårdens jordart och hur sol-, skugg- och vindförhållandena påverkar ytan. Innergårdens allmänna skick och den nuvarande användningen av platsen i befintligt skick analyserades, tillsammans med växter, material och utrustning på platsen (Se: 3.45 Nulägesplan). Fönstrens placering längs byggnaderna var även viktiga att beakta innan omgestaltningprocessen startade, och analyserades för att kunna optimera utemiljöns utformning efter hur brukarna och personalen upplever utemiljön inifrån. Innan gestaltungsförslaget kunde utformas gjordes även en uppmätning av ytan på äldreboendet via Google Maps mätverktyg.

### Enkät

På Värpinge äldreboende gavs de boende möjligheten att svara på en enkät angående vad de finner viktigt i en omgestaltning samt vilken växtlighet de önskar se på sin innergård (Se: 3.46 Enkät). Personalen höll en inspirationsföreläsning i samband med enkätutdelningen för att engagera brukarna, genom att visa olika blommor, färgkombinationer och utemiljöer på en tv-skärm med tanke att skapa inspiration inför att besvara enkäten. Dessa svar har analyserats, och med stöd av litteraturstudiens, tagits med i en stor

del av gestaltungsutformningen. Medverkan på enkäten var lite för låg för att kunna basera en mer omfattande utformning av innergården på boendenas önskan om förändring. Den information som litteraturstudien gav blev därför extra viktig i vårt sökande efter kunskap om gestaltning för äldre.

### Litteraturstudie

Gestaltungsförslaget har förankrats i den litteraturstudie som utförts, tillsammans med kunskap från Landskapsingenjörsutbildningen, där vi genom denna evidensbaserade kunskap skapat en utformning som bidrar till de äldres välmående både vad gäller utrustning-, material- och växtval. Litteraturen som har använts är övervägande vetenskapliga artiklar, och en tryckt källa i form av en bok. Hemsidor har använts för information om vad som gäller angående lagar och regler, och några rapporter har även varit källmaterial. Sökmotorer som använts i arbetet för att hitta lämpliga artiklar är Scopus, Epsilon och Google Scholar. Ord som sökts på är: garden, greenery, green space, health, benefits, effects, elderly, older adults, nursing home, care facility, retirement home, residents, well-being, health benefits, quality of life, outdoor, nature, courtyard.

### Illustrationer

Gestaltningförslaget presenteras i form av en nulägesplan, en utsiktsplan, en illustrationsplan som innehåller förklarande nyckelord, med en tillhörande sektion. Detaljskisser illustreras i form av en belysningsplan, utsiktplan, en plan som redovisar sol- och skuggförhållanden, och som ett antal översikter över våra olika områden. Enkät, växtlistor, material och utrustning med bilder presenteras i slutet av arbetet som bilagor.

### Avgränsningar

Gestaltningförslaget ska inte ses som en färdig bygghandling utan bör endast ses som en inspiration. Uträkningar av materialmängder och kostnad för förslaget har inte genomförts. Illustrationsplanen är inte grundad på exakta mått då den informationen inte gick att tillhandahålla genom en korrekt ritning från äldreboendet. Allt vi har ritat in själva är däremot i rätt mått.

Mycket forskning har gjorts på rehab-trädgårdar till äldre med åldersframkallade demenssjukdomar, detta är inget som denna studie kommer ta upp.

## 3. Vägledning för utformning av utemiljö

### 3.1 Utemiljö & människan

WHO definierar mental hälsa som ett tillstånd av total fysisk, mental och socialt välmående och är inte bara kopplat till att vara fri från sjukdom eller funktionsnedsättning (WHO 2023). En välmående individ kan se sina egna förmågor, hantera stressiga situationer och bidra till sin livssituation. Mental hälsa är grundläggande för människans kollektiva och individuella förmåga att tänka, interagera med andra, ha ett jobb och njuta av livet (ibid).

Sambandet mellan välmående och kontakt med naturen är väl etablerat bland vuxna människor och forskningen ökar gällande effekten på barn (Freeman et al. 2019). Att spendera tid utomhus har hälsofrämjande effekter, det påverkar oss positivt både kroppsligt och själsligt. Fördelarna är bland annat psykiska, känslomässiga och sociala. Likväl har forskning noterat mindre smärta, lägre medicinskt intag, uppmuntran till att träna, möjlighet till personlig utveckling och känsla av mening hos personer som spenderat tid i naturen (Freeman et al. 2019).

Tsunetsugu et al. (2013) studie visar på att enbart efter 15 minuter vistelse utomhus i grönskande miljö ger positiva hälsofördelar.

Restorativ är ett ord taget från engelskans ”restoration” och används för att beskriva olika återhämtningsprocesser för att förnya eller återupprätta resurser och förmågor som på något vis försvagats (Bengtsson et al. 2018). Begreppet restorativa miljöer används för att beskriva miljöer som främjar människans återhämtningsprocesser (ibid). En annan viktig aspekt med dessa miljöer är att de kan vara njutbara för personer som är understimulerade snarare än där akut stressreduktion är aktuellt, vilket ofta är fallet på boenden för just äldre människor (Dahlkvist et al. 2016). En restorativ miljö innehållandes tilltalande aktiviteter kan uppmuntra de som bor i området att gå utomhus och utföra lite fysisk aktivitet och eventuellt även skaffa sociala kontakter (ibid).



Det finns många olika syften och anledningar till att spendera tid i naturen, men enligt Dahlkvist et al. (2016) finns det två genomgående teman. Det första är att ta sig ifrån källan för stress och det andra är för att uppskatta naturens skönhet. Kaplan och Kaplans kända teori bygger på motsvarande koncept 'att vara borta' och 'fascination' (ibid).

### 3.2 Teorierna kopplat till människors välmående

För att utforma en utemiljö som frambringar känslan av att vilja befinna sig på, men även återkomma till platsen, krävs det en förståelse för hur människan evolutionärt reagerar och använder sina sinnen ute i naturen för en positiv inverkan på välmåendet. Två studier som blivit välkända inom psyko-evolutionsteorier behandlar specifikt forskningen av hur utemiljöer och natur kan hjälpa till i återhämningsprocesser efter exempelvis stress eller sjukdom, och utemiljön omnämns då bli en restorativ miljö.

### 3.21 The Attention Restoration Theory Kaplan & Kaplan

1989 startade paret Rachel och Stephen Kaplan med arbetskollegor upp arbetet med teorin som senare skulle bli "The Attention Restoration Theory", vilken tar upp människors förmåga att fokusera uppmärksamheten och hur man kan bibehålla den förmågan (Bengtsson et al. 2018). Människan har två sorters uppmärksamhet vilket teorin baseras på: riktad uppmärksamhet, och fascination (ibid.).

#### ***Riktad uppmärksamhet:***

Används av människan för att fokusera och bekämpa distraktion, vilket hjälper sorteringen av viktiga stimuli från oviktiga (Bengtsson 2015). Riktad uppmärksamhet används vid sortering, granskning, planering och problemlösning, och vid mycket viktiga situationer där det inte finns rum för misstag i ett genomförande används till störst del denna uppmärksamhet (Bengtsson et al. 2018). Vidare förklarar Bengtsson (2018) att uppgifter som oftast känns upprepande och tråkiga kräver mer av denna sorts uppmärksamhet än roliga aktiviteter för att bli genomförda, och fokuseringen stänger ute distraktioner som egna tankar och planering, störande ljud eller andras samtal. Dock är denna form av fokusering väldigt ansträngande och en överanvändning av resursen utmattar människan, vilket kräver andra återhämtande stimuli, exempelvis den delen av uppmärksamhet som utgör fascination.

### ***Fascination:***

Den del av uppmärksamheten vilken människan känner som fascination är mer en automatisk reaktion än avsiktlig, och utmattar inte då den oftast inte kräver någon riktad fokusering (Bengtsson 2015). Fascinationen kan uppstå av ett plötsligt blänk i vatten, en doft som dyker upp eller växter som prasslar till och fångar vår uppmärksamhet, och teorin delar upp denna uppmärksamhet i två fascinationsnivåer: ***hard fascination*** och ***soft fascination*** (Bengtsson et al. 2018). Reaktionen som fångar uppmärksamheten fullt ut och gör att tankarna stannar vid den uppstådda situationen är hard fascination, prasslet som lät kanske var en orm som dök upp och gör dig fullt upptagen med att fokusera var den tar vägen (ibid). Soft fascination är i stället ständigt små nya intryck som dyker upp efter hand, exempelvis om du vandrar längs en snirklig skogsstig där du reagerar på upptäckter längs stigen, samtidigt som fågelsång eller vindens sus i löven hörs (Bengtsson et al. 2018). Naturintrycken är störst och oftast förekommande i soft fascination, och i kombinationen av att riktad uppmärksamhet pausas och att intrycken människan får vid naturvistelsen skapar reflektion, skapas även en möjlighet till återhämtning och bildar då en restorativ miljö (Bengtsson et al. 2018; Sugiyama et al. 2022).

## 3.22 Ulrich Supportive Garden Theory

Denna teori från 1999 är vidareutvecklad från tidigare studier av Roger Ulrich, som tar upp kopplingen mellan stress och hur människors medicinska resultat kan påverkas och ha en positiv inverkan av trädgårdar i både korttids- och långtidsvårdsammanhang (Bengtsson et al. 2018). Via sin tidigare forskning sammanställs Ulrich teori till fyra viktiga komponenter i en utemiljö, dessa delar ska stödja återhämtningen och ha en potentiell förmåga att hjälpa brukaren hantera och förminska stress (ibid.)

Bengtsson et al. (2018) tar vidare upp dessa fyra komponenter:

### ***Känsla av kontroll och möjlighet till privatliv:***

Brukarna ska ha en känsla av och vetskap om att utemiljön är lättillgänglig och med chans till att få vara ifred på platsen. Komponenten främjas när utemiljön innefattar flera olika platser man kan välja mellan att befinna sig vid, och är väl synlig inifrån i form av utsikt. Även känslan av att platsen är lätt att ta sig till samt att använda sig av är viktig.

***Socialt stöd:***

Denna komponent tar upp vikten av känslomässigt stöd och omtanke från andra människor, och att en väl designad utemiljö främjar social kontakt med andra på platsen. Här spelar även de olika platserna i en utemiljö in, som kan bjuda in till olika former av social interaktion och även antal interagerande på samma yta. En viktig aspekt i denna del dock är att platserna som är till för det sociala inte ska krocka med de privata platserna som används till egen tid.

***Fysisk aktivitet och träningsmöjligheter:***

Stimulerande utformning efter relevant nivå på fysisk aktivitet är även en stor del av återhämtningen i vårdsammanhang, och utemiljön bör utformas så att både mild upp till mer krävande fysisk aktivitet kan utföras.

***Positiv distraktion av natur:***

Sista komponenten bygger vidare på en tidigare teori av Ulrich, ”The psycho-evolutionary theory”, där människan genetiskt får en positiv respons av utemiljöer som har naturinslag, då naturen varit evolutionsmässigt viktig. På bara några minuter så startar återhämtningen i en stödjande miljö och sker både psykiskt och fysiskt. En designad utemiljö som stödjer och skapar återhämtning innehåller inslag som exempelvis grönskande och blommande växtlighet, stilla eller lätt porlande vattenelement, rymliga gräsmattor med utspridda träd, inslag av djur som är utan hot för människan, samt känslan av trygghet och att vara säker på platsen. Det är av yttersta vikt att utemiljön är utformad efter brukarens behov, för det är först då som platsen kan bli en restaurativt optimal miljö till det specifika vårdbehovet, och skapas efter vilken sorts återhämtning som krävs. Boenden på ett äldreboende kan exempelvis kräva en mer stimulerande utemiljö för att motverka tristess, då de lever permanent på äldreboendet och inte alltid är akut sjuka utan kräver långtidsvård, medan samma utformning av en miljö i stället kan kännas stressande vid ett sjukhus för någon under en kortare sjukhusvistelse (Bengtsson et al. 2018).

### 3.3 Utemiljöns betydelse för välmående hos äldre

Runt hela världen ökar populationens ålder i takt med reducerad mortalitet på grund av modern sjukvård, och från år 2015 till år 2030 kommer populationen i världen över ha ökat med 56 %, från 901 miljarder till 1.4 miljarder (Artmann et al. 2017). Denna demografiska förändring ger nya utmaningar att se över olika typer av miljöer som kan främja hälsosamt åldrande (Bengtsson & Carlsson 2006).

Ökningen av mängden äldre personer sätter större krav på äldreboendena att skapa en hemmalik känsla, genom att göra den fysiska miljön mer familjär och tilltalande för äldre. Dels har det visat sig enligt Bengtssons (2006) studie att människor som bor i mer familjär miljö upplever färre symptom på demens än de som bor på större institutionella äldreboenden, dels att de som bor i en familjär miljö förstärker känslan av samhörighet och identitet på platsen.

Äldre människor som bor på äldreboenden lider inte sällan av problem såsom multisjuklighet, nedsatt kognitiv förmåga, oförmåga att utföra vardagliga aktiviteter, depression, ångest och smärta (Dahlkvist et al. 2016). På grund av deras försämrade hälsa och bristande rörlighet är det inte ovanligt att de spenderar stor del

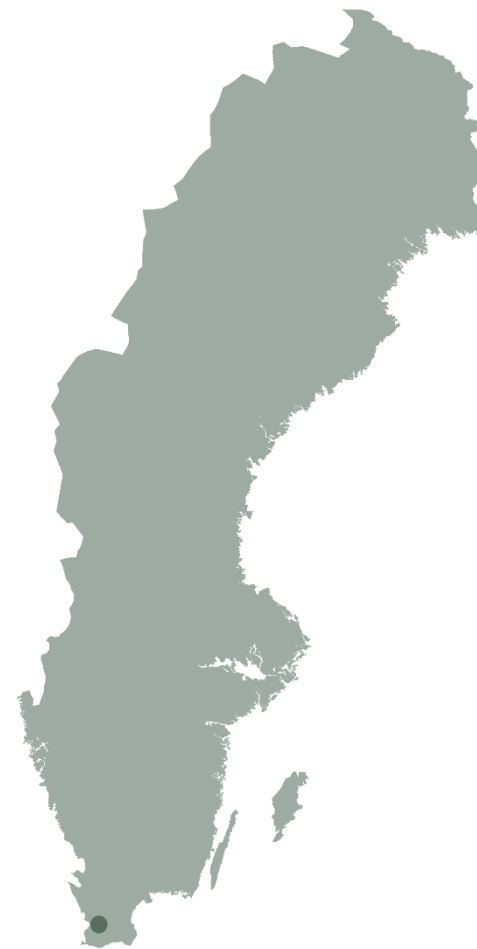
av sin dag på sitt rum eller i sin lägenhet, vilket kan leda till isolation, brist på stimulans och minskad socialisering. Tillgången till en grön utemiljö kan motverka dessa negativa effekter (Dahlkvist et al. 2016). Enligt Bengtsson (2013) är naturen en viktig nyckelkomponent för välmående där exempelvis vattenelement och gröna område kan ge äldre människor en större möjlighet till en förbättrad psykisk och fysisk hälsa.

Att bo i ett område med närhet till grönska påverkar livskvaliteten väsentligt för alla stadsbor, allra helst för de äldre som då ofta är mindre rörliga och har mindre aktivitetsutrymmen än övriga åldersgrupper (Kemperman & Timmermans 2014). Den sociala umgängeskretsen har ofta blivit mindre för människor som kommer upp i ålder på grund av sociala och hälsorelaterade orsaker. Dock har det visat sig att de som bor intill gröna områden känner sig mindre ensamma och upplever mindre brist på socialt stöd (Kemperman & Timmermans 2014; Artmann et al. 2017). Parker och gröna områden fungerar ofta som en mötesplats där människor kan knyta sociala kontakter (Kemperman & Timmermans 2014). För äldre med begränsad rörlighet kan en privat trädgård eller innergård vara att föredra, då även dessa utemiljöer har visat ge fördelaktiga konsekvenser gällande välmående och hälsa (Artmann et al. 2017; Freeman et al. 2019). Många hälsofördelar kopplat till äldre och kontakten med naturen har upptäckts såsom ökad livslängd, minskade diabetesincidens och en allmänt långsammare försämring av hälsan (Freeman et al. 2019).

### 3.4 Värpinge äldreboende

Värpinge äldreboende i Lunds kommun (Se: Fig. 1) är ett särskilt boende med 57 boenden för tillfället, vilka innehar ett åldersspann på 75–100 år. Ett särskilt boende innebär att brukarna ofta kräver ett lite större behov av hjälp i sin omvårdnad, oftast på grund av en viss eller hög orörlighet. Många använder sig av rullator eller rullstol så det är av stor vikt att uteplatsen är tillgänglig för alla oavsett rörelseförmåga.

På platsen finns behovet av en uppdaterad utemiljö vilken känns trivsamt och bekvämt att röra sig i både som mer, eller mindre, rörlig. Med hjälp av en förbättrad tillgänglighetsanpassning kan brukarna lättare klara av att ta sig ut och vistas i utemiljön själva, vilket både boenden samt personal önskat enligt enhetschefen på äldreboendet <sup>1</sup>.



*Fig. 1: Äldreboendets placering i zon 1, Värpinge, Lunds kommun*

---

<sup>1</sup> Cecilia Liljenberg, enhetschef, Värpinge äldreboende, möte platsbesök 2023-01-27

### 3.41 Ståndorts- och platsanalys

#### *Jordart*

För att fastställa om den befintliga jordarten kan användas när innergården skall få en ny utformning så har vi studerat SGU:s jordartskarta över området (Se: Fig. 2). Kartan visar att jordarten är av typen moränfinlera, vilket innebär att moränjordens lerinnehåll ligger på minst 25%. Jord med så hög procent ler håller vatten och näring väl, men är dock packningsbenägen. Vid en jordförbättring där någon typ av struktur blandas in kan packningen motverkas, exempelvis barkmull, kompost eller brunnen gödsel av något slag. Luckring sker även i samband med jordförbättringen. Vi bestämmer oss därför för att utgå från jorden som finns på platsen eftersom den har goda förutsättningar att plantera i, efter inblandning av strukturgivande jordförbättring. Att ersätta denna mängd jord hade dessutom varit både kostsamt och sämre för miljön med bort- och dit-transporter av ny jord.

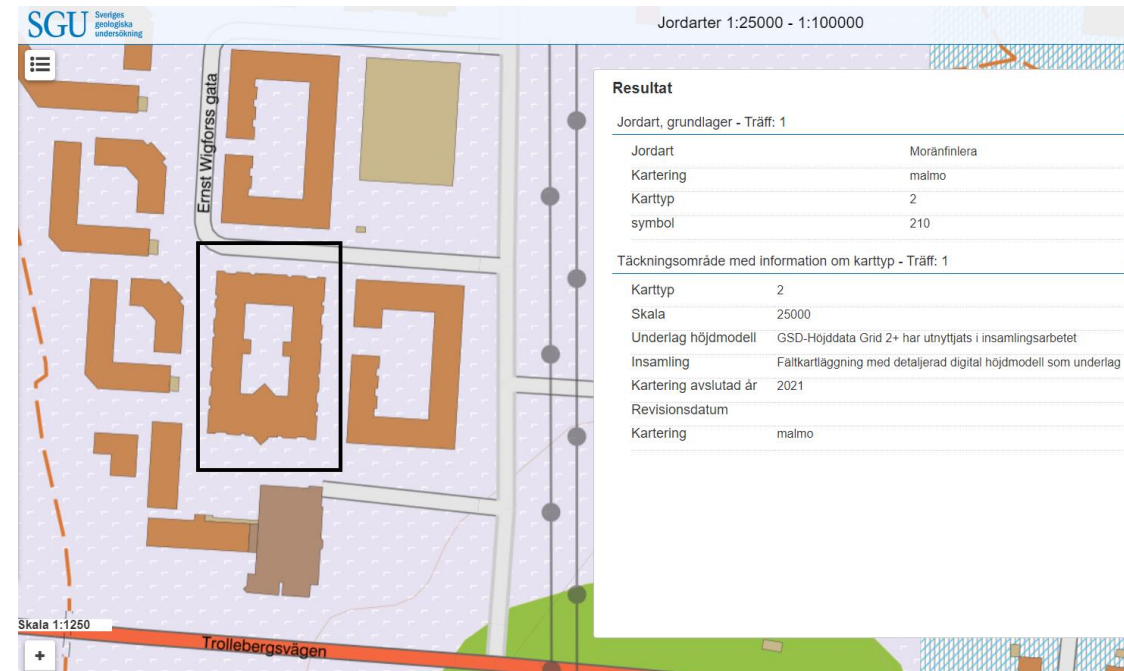


Fig 2: Kartvisaren Jordarter 1:25 000–1:100 000 © SGU

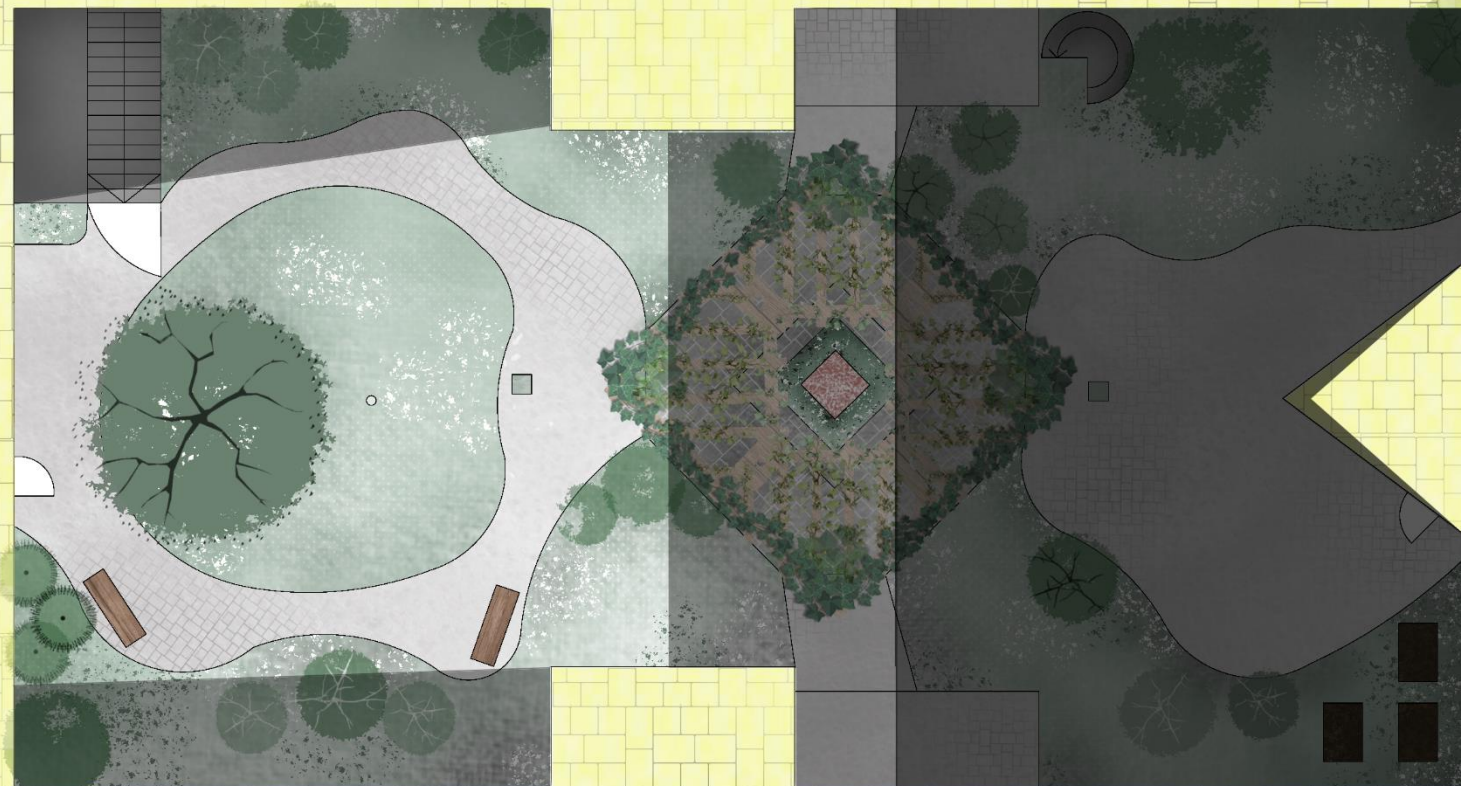
## *Vindförhållanden*

Då äldreboendet är byggt så att byggnaden omsluter innergården helt är vinden för det mesta ganska svag på platsen, möjligtvis kan det bli lite cirkulär rörelse nere i hörnen av innergården då vinden hunnit få upp lite fart över innergården om det är en blåsig dag. På grund av kringbyggnaden krävs ingen extra planering av utrustning som agerar vindskydd eller specifika växtval som tål blåst väl. Växtmaterialet och utrustningen i nya utformningen kommer agera naturligt vindskydd.

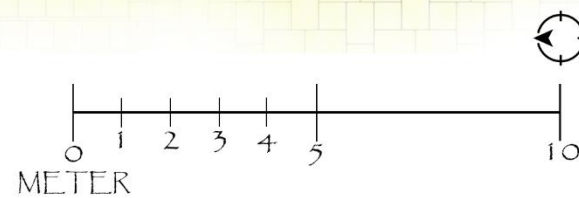
## *Sol- och skuggförhållanden Solkartan och Shadowmap*

Hur solen rör sig på platsen, var innergårdens skugga ligger och antal soltimmar innergården på äldreboendet har, tog vi reda på genom att använda funktionen solkartan på Hitta.se (Hitta.se 2023) och appen Shadowmap som visar skuggan på en vald adress (Shadowmap 2023). Under antal soltimmar i solkartan väljer vi januari och juli för att se hur solen når innergården på vintern vid lägre antal timmar, och på sommaren under den tiden antal soltimmar är högre (Hitta.se 2023). Centralt på innergården och områdena mot norr nås av sol under hela året, beräknat på när solen står som högst under dagen i söder, klockan 12.00-13.00 (ibid.). När vi valde äldreboendets adress samt klockslaget 13.00 på Shadowmap i januari fick vi upp en karta av innergården, liksom solkartan, där skuggan visas över innergården. En likadan sökning gjordes sedan i maj, där vi kunde analysera förändringen i var skuggan ligger när solen står högre på himlen än i januari. Genom analysen av innergårdens sol- och skuggförhållanden, kunde en illustration göras och redovisa för hur skuggan påverkar platsen, främst under sommaren när solen står som högst och dagen har flest soltimmar (Se: Skuggkarta sid. 20). Efter analysen kunde vi påbörja planeringen av den nya innergården där växtval och sittplatser placeras utefter ståndortsförhållandena.

# Sol- och skuggkarta



Halvskugga - skugga kort stund under dagen  
Helskugga - hela dagen





### 3.42 Inventering & nulägesanalys

Under inventeringen samtalade vi med Kerstin, enhetschef, och Cecilia, administrativ chef, om deras idéer och förslag för innergården. Tidigt i samtalet kom odlingslådor och boulebana upp som något de önskade se för att de boende ska kunna hålla sig sociala och aktiva. Deras huvudsakliga tanke var att få innergården tillgänglig för alla oavsett rörlighetsförmåga och med många sittplatser för att locka ut de äldre som kan ta sig dit på egen hand. Utsikt var en annan viktig aspekt, brukarna som är så pass orörliga att de inte kan ta sig ut utan assistans ska ha möjligheten till en utsikt över innergården mellan utebesöken, och på så sätt ändå känna en gemenskap.

#### ***Skötsel och återanvändning av material/utrustning***

Vid platsbesöket på äldreboendet den 27/01/2023 var nästan all vegetation nedklippt till marken förutom några träd och buskar. Cecilia förklarade att några skötselarbetare hade varit där under hösten och röjt på innergården, innan dess hade det varit väldigt igenvuxet och svårt att ta sig fram. De berättade även att skötseln är sporadisk, därav att innergården hade hunnit växa igen tidigare. Med detta i åtanke bad de oss planera växtvalen noga och hitta vegetation som är skötselintensiva. Det är viktigt att innergården ger ett prydligt och välkomnande intryck trots den lägre skötselnivån.

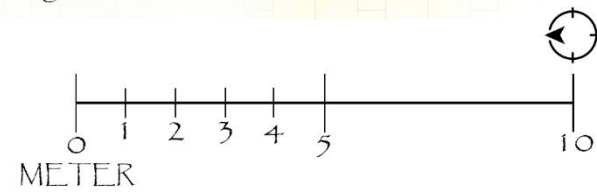
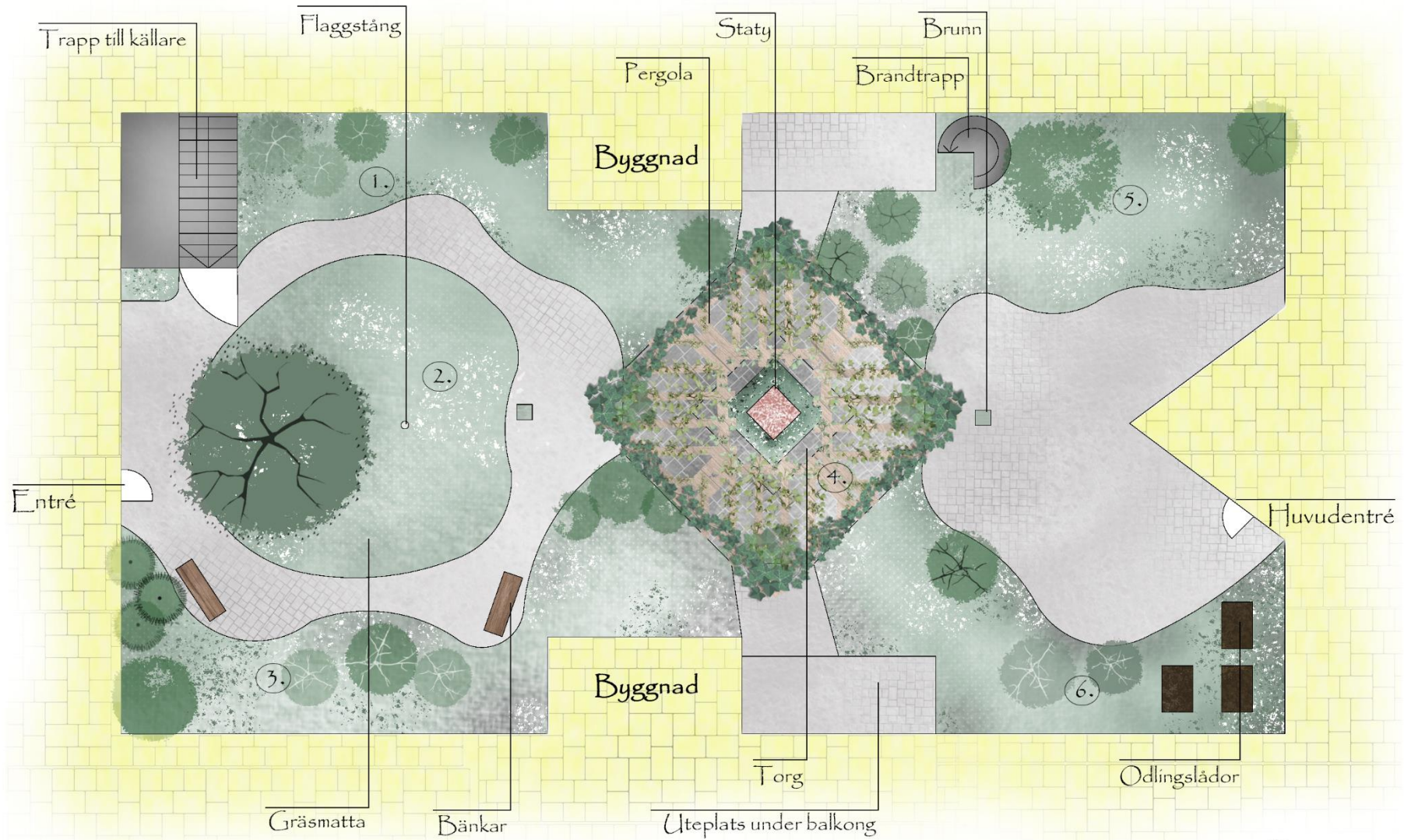
Värpinge äldreboende drivs kommunalt och vid en omgestaltning är det viktigt att hålla ned kostnaderna så att det

överensstämmer med den budget som finns att tillgå. Cecilia och Kerstin gav inga exakta siffror att arbeta utefter utan bad oss ha i åtanke att hålla ned kostnaderna till rimliga gränser. Vi kom överens om vad vi kan återanvända på innergården både ur ett ekonomiskt, men även ur ett hållbart perspektiv. Den hårdgjorda ytan på innergården består av marktegel och betongplattor som är i gott skick, men gångarna har satt sig och skapat mycket ojämnheter vilket ökar risken för fall. Bredden på gångarna är även varierande, på vissa ställen så pass smala att det är väldigt svårt att ta sig fram ifall någon äldre skulle behöva gående assistans bredvid för att ta sig fram. I vårt gestaltungsförslag har vi därför valt att lägga om den hårdgjorda ytan för en mer regelbunden bredd på gångarna och för att skapa en jämn yta vilket gör platsen mer lättmanövrerad. Vi återanvänder oss av marktegel och stenplattor som redan finns på platsen fast i en ny design över innergårdens nya ”områden” (Se: 4.4 Gestaltungsförslagets ”områden”).

På innergården finns även två bänkar fastgjutna som vi i vårt förslag har återanvänt. Delarna som är av trä är i ganska slitet skick så vi föreslår att de slipas ned och målas om innan de åter. Vi har även flyttat på placering av dessa bänkar i omgestaltningen för att passa in i den nya utformningen.

Statyn som finns mitt på innergården behålls efter önskemål så den har vi låtit stå kvar på det nya ”Torget” (Se: 4.45 ”Torget”). Statyn har i det nya förslaget belysts och omgärdas av en frodigare plantering än den som är där i nuläget. Även flaggstången behålls men är flyttad några meter. För skalenlig nulägesplan se Bilaga 1.

# Nulägesplan







① Den del på innergården som har full sol eller övervägande full sol över hela dagen. Trapp ner till källare med staket syns i bild.  
Foto: Karoline Klingborg 27/01/23



② Den del på innergården som har full sol eller övervägande full sol över hela dagen. Gräsmatta med flaggstången som önskas behållas.  
Foto: Karoline Klingborg 27/01/23





③ Den del på inngården som har full sol eller övervägande full sol över hela dagen. Två bänkar som återanvänds i nya utformningen.  
Foto: Karoline Klingborg 27/01/23



④ Det befintliga torget ligger centralt på inngården och har övervägande full sol över hela dagen. Statyn syns längre bak i bild som önskas behållas. Stolparna i pergolan försämrar tillgängligheten att ta sig runt på torget.  
Foto: Karoline Klingborg 27/01/23





5) Den del på innergården som har helskugga över hela dagen.  
Den befintliga planteringen saknar idag vegetation då arter valts på platsen vid tidigare utformning som inte överlever i full skugga.  
Foto: Karoline Klingborg 27/01/23



6) Den del på innergården som har helskugga över hela dagen.  
De befintliga odlingslådorna har även placerats i skugga vilket har gjort att användningen av lådorna upphört. I bild ser man även att pergolan på torget stoppar sikten över innergården. Foto: Karoline Klingborg 27/01/23

### 3.43 Enkät

*För enkätens utformning och deltagarnas svar, se bilaga 2.*

Syftet med enkäterna var att inkludera brukarna och deras tankar och önskemål. Vi ville få reda på vad de saknar på platsen idag, och vad som uppmuntrar de boende till att använda utemiljön oftare. Då innergården omgestaltas för de boendes skull för att främja brukarnas välmående behöver vi såklart lyssna på individernas tankar om vad som förbättrar måendet för de som faktiskt ska använda platsen till vardags. Enkäten har vi utformat med platsspecifika frågor och resultatet ligger delvis till grund i vår framtagning av ”områdena” på innergården, då vi fick en indikation på vad som var viktigt för brukarna att ta med vid gestaltning av platsen.

### 3.44 Platsbesök på Postiljonen 16/02/23

Vi letade på internet efter äldreboenden i Skåne som profilerar sig med en grön och attraktiv utemiljö. Postiljonen i Höllviken passade in eftersom de har en innergård likt Värpinge äldreboende.

På hemsidan profilerar de sig med att använda sin gröna utemiljö som en vårdmiljö (Forenede Care 2023). Vid platsbesöket på Postiljonen observerades markmaterial, utrustning och upphöjda kärl för att förbättra tillgängligheten. Markmaterialen var jämna, i kontrasterande färger och lagda i breda gångar för god tillgänglighet med gästöd eller rullstol och vid assistans (Se: Fig. 3). Planteringskanten var i kontrasterande svart stål till de ljusgrå plattorna, och upphöjd för att motverka att det blir en snubbelkant som syns dåligt (Se: Fig. 4). Möblerna på platsen var flyttbara för att brukarna ska kunna välja att sitta i sol, skugga, lä eller mot en specifik utsikt, och var utplacerade på olika ställen för valmöjlighet. En upphöjd odlingsbädd fanns på innergården så brukarna både kunde stå och sitta vid bädden (Se: Fig. 5), och även flera längre planteringskärl i trä var upphöjda som stod längs uteplatsområdena som gör det möjligt att plantera sittandes (Se: Fig. 6). Platsbesöket var en väldigt bra inspiration, och vi tog dessa delar av tillgänglighetsaspekterna med in i vår gestaltning av Värpinges äldreboende.





*Fig. 3: Utemiljön på Postiljonen med breda rullbara gångar.  
Foto: Karoline Klingborg 16/02/23*



*Fig. 4: Förhöjd planteringskant, vattenelement och vintervärden  
på Postiljonen.  
Foto: Karoline Klingborg 16/02/23*





*Fig. 5: Upphöjd odling, flyttbara möbler och paviljong på Postiljonen.*

*Foto: Karoline Klingborg 16/02/23*



*Fig. 6: Uteplatsen i Höllviken med upphöjda planteringslådor i trä och kontrasterande rött grus till resterande markmaterial.*

*Foto: Karoline Klingborg 16/02/23*



### 3.5 Litteraturstudie av funktioner & aspekter till gestaltungsförslag

Att ha tillgång till gröna områden är värdefullt under hela livet och något som många äldre önskar fortsätta ha tillgång till så länge som möjligt (Freeman et al. 2019). Freeman et al. (2019) skriver även om en studie som påvisat att människor som har gröna områden i deras nära omgivning känner sig mer hälsosamma, upplever mindre hälsoproblem och har mindre benägenhet för psykisk ohälsa. Häls fördelarna med att spendera tid i grönska och natur är många, där ökad livslängd är en av dem (ibid).

Genom att förstå förhållandet mellan naturen, åldrande och den fysiska miljön kan vi utveckla fler åldersvänliga platser. Något Freeman et al. (2019) dessutom tar upp som de äldre uppskattat var att ha utsikten från fönstret och på så sätt kunna följa växtsäsongen och färgerna. Allra viktigast var detta för de som hade begränsad rörlighet och svårt att ta sig ut själva (ibid). Även sittplatser är en viktig aspekt för tryggheten hos de äldre (Artmann et al. 2017; Bengtsson 2003), och sittplatserna som är utplacerade nära växtlighet ger en närmre kontakt och ett större restaurativt samt sinnligt värde (Freeman et al. 2019). För att ta del av alla fördelar som naturen har att erbjuda måste man nödvändigtvis inte utföra olika aktiviteter, endast att vila utomhus påverkar hälsan mer positivt än att vila inomhus (Bengtsson 2003).

Med försämrad allmän hälsa och rörlighet med åldern blir den närmsta utemiljön viktig och högst värderad för utevistelse och kontakt med naturen, och blir dessutom många gånger den enda platsen som besöks då brukarens ork som äldre inte räcker till att nå andra utemiljöer längre bort (Artmann et al. 2017; Freeman et al. 2019). Speciella anpassningar behöver därför tillämpas för att säkerställa att även äldre med nedsatt rörelse eller försämrad hälsa inte utesluts från möjligheten att ta sig ut och njuta av kontakten med naturen (Freeman et al. 2019). Sittplatser längs med gångar och handräcken bidrar till en ökad känsla av säkerhet hos de med funktionella nedsättningar, och platser som erbjuder skugga och skydd mot vädret är även andra viktiga delar i utemiljön som bidrar till att många äldre spenderar mer tid utomhus (Bengtsson & Carlsson 2013).

Både brukare och personal främjar välmåendet av att befinna sig i en väl utformad utemiljö som stimulerar flertalet sinnen, och blir då även en attraktiv plats för dem att vistas återkommande på när utemiljön innehar många välkomponerade designinslag och funktioner. En viktig faktor till att brukarna känner sig nöjda med sin boendesituation, är känslan av att känna sig stolt över boendets utemiljö som besökare njuter av och beundrar (Bengtsson & Carlsson 2006). Vetskapen om att kunna gå ut och vistas i utemiljön andra beundrar, när man än själv behagar stärker viljan att faktiskt använda utemiljön mer frekvent. En vacker utemiljö underlättar även för anhöriga att förflytta sin släkting från sitt hem där det möjligtvis funnits en trädgård som använts mycket av

familjen, till det nya boendet. När boendet innehar en trevlig innergård kan familjen fortsätta träffas utomhus i en utemiljö som de kan njuta av tillsammans (ibid.)

En väl utformad utemiljö för äldre bör innehålla designslag och funktioner i form av sittplatser, solskydd, gångvägar, grön växtlighet, blommande växter, vattenelement, djur och god samt säker framkomlighet (Dahlkvist et al. 2016).

### ***Tillgänglighet & säkerhet***

En utemiljö som uppfattas som säker omvärderas psykologiskt till en mer uppskattad och välbesökt plats, då ytan inte tillför besökaren någon stress, enligt en psyko-evolutionsteori från 2009 (Freeman et al. 2019). Ordet säkerhet inom utemiljön kan innebära att det känns säkert från faror för besökaren att använda, exempelvis som innergården på äldreboendet, då ytan är för privat bruk och inhägnad med byggnader vilket gör det svårt för obehöriga att ta sig dit. Att ta sig runt i utemiljön obehindrat, utan material eller kanter som kan vara svåra att se och innebära fara för fall exempelvis, inger även en känsla av att fritt kunna röra sig med säkerhet och platsen blir då tillgänglig för brukaren.

Trots beviset som finns för äldres uppskattning av grönytor och att befinna sig utomhus, så är begränsningarna dessvärre stora att kunna ta sig ut på egen hand (Freeman et al. 2019). Då dessa utemiljöer ofta är gestaltade så att platsen är otillgänglig för

brukare med begränsad rörlighet, kan assistering krävas vilket det på ålderdomshem finns begränsad tid för (ibid.). Denna tidsbrist av assistans till utomhusbesök kan göra att brukare med begränsad mot obefintlig rörlighet fräntas sin chans till utomhusvistelse. När det dessutom blir en för stor fysisk utmaning, både för brukaren och för personalen eller personen som ska assistera boenden runt på den icke anpassade platsen, skapas en osäkerhet hos båda parter och en ovilja att framöver ta sig ut i den utemiljön (ibid.). Därför krävs det att utemiljön som äldre ska befinna sig i är utformade på ett tillgängligt sätt, både för boenden själv, och för personalen eller en anhörig som enkelt ska kunna assistera brukaren på ett säkert sätt ut till och genom utemiljön. Utemiljön bör med fördel även utformas på ett sätt som skapar en direktkontakt mellan brukaren och grönytan, där tillgängligheten på platsen resulterar i ett högre sensoriskt värde för brukaren, då möjligheten att ha naturen tätt omkring sig skapats. Att sitta på utemöbler som är genomtänka för platsen ger även ett högre värde av kontakt med naturen (Freeman et al. 2019). Sittplatser bör i största möjliga mån utformas så att äldre lätt kan ta sig i och ur elstolar, rullstolar eller ställa bort rullatorer och dylikt för att utnyttja utemiljöns sittplats (ibid).

Vid begränsningar redan i förflyttningen från inomhus till utomhus på boenden med lång väg att gå från sina rum, genom långa korridorer och med eventuellt tunga ytterdörrar ut, där utemiljön i sin tur kan vara för ojämn och trång för gåstöd, avskräcker lätt användningen av platsen för äldre som kanske egentligen kan förflytta sig själva (Dahlkvist et al. 2016).

Förflyttningen ut kan skapa en känsla av att hela momentet blir övermäktigt, och att utevistelsens värde inte väger upp insatsen att ta sig dit. Utformningen av grönytan är därför viktig för att få brukarens vilja att befinna sig utomhus till att väga över insatsen att ta sig dit, då själva utemiljön när man väl är på plats är lättillgänglig och bekväm att vistas i.

I en intervjustudie där personal på äldreboenden tar upp brukarnas psykiska och fysiska upplevelser och användande av boendet, är en av aspekterna att just känslan av säkerhet är viktig för att våga ta sig ut i boendets utemiljöer (Bengtsson & Carlsson 2006). Bengtsson och Carlsson (2006) menar på att en viktig del i utformningen för att möta brukarnas behov av bekvämlighet, tillgänglighet och säkerhet på platsen, för att våga använda sig av den, är att göra försiktighetsåtgärder i designen. Försiktighetsåtgärder i utemiljöer för äldre kan vara bland annat att förutse och undvika utformning som stör, exempelvis snubbelkanter och ojämna markmaterial, eller ger negativa intryck, som bänkar utan rygg- eller armstöd.

En viktig aspekt för äldre att våga ta sig ut i utemiljöer är vetskapen om att där finns tillräckligt med sittplatser utplacerade, gärna synligt så man kan se bort till nästa sittplats och helst med skugga över, med jämna mellanrum för brukaren att pausa på vid promenader (Artmann et al. 2017). I den europeiska studien Artmann et al. (2017) skriver om framgår det även här att äldre föredrar utemiljöer som är lättorienterade, jämna, upplysta, och lagda med halkfria material i mjuka former utan plötsliga avbrott

eller kanter, för att känna sig tillräckligt säkra på att ta sig fram utan risk för fall.

Det är vanligt att både synen och balansen försämras med åldern, då är det viktigt att brukaren känner sig säker i sin närmiljö ute för att inte bli begränsad till att röra sig endast inomhus. Förutom aspekterna ovan som tillgängliggör utevistelse för äldre så bör just belysningen i utemiljöer gestaltas väl. Olika former av belysningar kan med fördel blandas på en yta för estetiska skäl, med punktbelysning på föremål som statyer eller träd, eller exempelvis markbelysning som visar vägen genom att belysa en gång. Utöver att belysa grönmiljöer av estetiska skäl, så hjälper en upplyst utemiljö till väldigt väl för säkerheten och känslan att våga använda platsen vid andra tillfällen eller årstider som annars är lite mörkare.

Den engelska trädgårdsprofilen Mark Lane sitter själv i rullstol, och tar i sin artikel upp att pollare, en väldigt vanlig belysning i allmänna utemiljöer, bländar rullstolsburna då lampan som hamnar i höfthöjd på människor som går förbi, istället lyser i ansiktshöjd på sittande människor (Lane 2018). Olika höjder bör därför beaktas vid val av belysning för en bekvämt upplyst utemiljö för alla. Vid bländning av rullstolsburna äldre förbättras inte sikten över utemiljön, där poängen med belysningen just är att hjälpa brukarna att se var de befinner sig, och motverkar då syftet med utformningen.

## ***Viloplatser & sociala ytor***

En utemiljö som innehar både plats för vila och kunna vara privat, och för att vara aktiv och kunna interagera i sociala sammanhang, skapar en större valmöjlighet till utomhusbesök vid olika sinnelag (Dahlkvist et al. 2016).

När man tar del av passiva aktiviteter skapas rekreationella värden som förbättrar välmåendet, genom att man ”drar nytta av” vad naturen erbjuder både under självald ensamhet eller vid interaktion med andra, exempelvis sola sig i solens strålar eller titta ut över grönytor (Artmann et al. 2017). Artmann et al. (2017) har även sammanställt de viktigaste passiva rekreationella aktiviteterna från en studie på 126 äldreboenden i 17 städer, där 90% av de medverkande njöt av att sola, 60% tyckte att samtala med andra var en viktig del, och 56% observerade gärna djur och växter som passiv aktivitet. 99% upplevde bänkarna ute i grönytor som absolut viktigaste hjälpmedlet till att få kontakt med naturen då man kommer närmre djuren och växterna, vilket förhöjer rekreativvärdena.

Grönytor associeras av många äldre som just platser kopplade till välgörande aktiviteter, med både sociala och privata platser som ger förhöjd livskvalitet. Sociala ytor där aktiviteter ingår, som exempelvis ett gångstråk, en yta som är till för odling eller en plats för spel bidrar till förbättrad fysisk hälsa, samtidigt som den mentala hälsan uppfattas förbättras när man vilar på platsen

och passivt har en vacker utsikt över ytorna eller exempelvis lyssnar på fåglarna (Finlay et al. 2015).

Båda formerna av aktiviteter, den sociala ytan och viloplatsen, förbättrar det sociala välmåendet då aktiviteterna öppnar upp för kontakt och interaktion med andra människor som möts ute i det gröna. Den sociala delen av aktiviteterna påvisas även vara den viktigaste delen för många äldre, då de ofta lever ensamma och en oro över ensamhet och isolation är en stor faktor. Att spontant eller återkommande mötas ute i det gröna under någon form av aktivitet skapar en positivare inställning till vardagen och ett intresse etableras till att planera och upprätthålla aktiviteter som känns värdefulla, för att behålla känslan av ett meningsfullt liv även som äldre (Finlay et al. 2015).

Att möta andra människor, boenden, vänner eller familj i en utemiljö som ligger i nära kontakt till där du lever och bor bidrar till ett förbättrat välmående både fysiskt, psykiskt och socialt. En mental koppling görs mellan de positiva mötena och platsen du då lever och bor på, vilket förbättrar inställningen till livssituationen och skapar en vilja att återvända till den platsen då den blivit meningsfull (Kemperman & Timmermans 2014; Finlay et al. 2015).

## ***Klimat & årstider***

Klimatförändringarna vi upplever men även har framför oss förutspås öka både i intensitet och frekvens, och kommer påverka

människors hälsa i en större grad ju kraftigare förändringarna blir. De äldre har svårast för att hantera intensiteten på klimatet, och redan nu behöver vi tänka på hur vi utformar våra utemiljöer för att hantera förändringarna och framtidens klimat (Oudin Åström et al. 2011). Under värmeböljorna på sommaren med mycket förhöjda temperaturer är äldre med i den grupp av människor som är känsligast för värmeökningen, då man som äldre har svårare för att reglera kroppstemperaturen. En försvårad temperaturreglering i samband med att de äldre ofta bor på hem som är byggda med mindre mängd grönområden kring sig gör också levnadsplatsen varmare. Vid sämre eller obefintlig rörelse blir det dessutom svårt för de boende att förflytta sig till svalare platser, då de möjligtvis är isolerade till sitt boende eller rum och kanske till och med är sängbundna (Arnberger et al. 2017).

Något som visats reducera värmeökningen både i staden i stort och även lokalt på platsen man lever och bor, är just grönområden (ibid.). Plantering av en grön utemiljö medför ett märkbart svalare mikroklimat då växterna tar upp värmen i stället för kringliggande värmeabsorberande material som byggnader, gator och bilar, vilka sedan avger värmen tillbaka ut i luften och bygger på värmeökningen. Växter som träd och höga buskar utgör även en barriär mellan solstrålarna och värmen ner till platsen man befinner sig på, och ger skugga och en svalare luft under växtligheten.

I en studie där äldre fick svara på vilka element som var viktiga för att hantera en värmebölja så var skugga absolut viktigast, helst i form av växtlighet, och gärna i samband med ett vattenelement

vilket även hjälper till att sänka temperaturen i närområdet (Arnberger et al. 2017).

### *Sinnena- växtkomposition, djur & vattenelement*

Att få nära kontakt med utemiljön genom användningen av sina sinnen utomhus är mycket viktig för äldres välmående, och för brukarna är det oftast då boendets trädgård eller innergård som blir platsen för direktkontakt med naturen (Dahlkvist et al. 2016; Freeman et al. 2019). En optimal användning av sinnena kräver den direkta kontakten med det gröna på nära håll, och försämras kraftig när brukaren sitter inomhus och exempelvis har fönster mellan sig och utemiljön. Användningen av sinnena sker exempelvis när fågelsång hörs, solens strålar träffar huden, vinden susar, blåser i håret och förflyttar dofter, löv prasslar, blommor doftar och när vi tittar på vilda djur och insekter (ibid.).

Arnberger (2017) skriver i sin artikel att människor genom att studera både på djur och växter, och specifikt även när de får tillfälle att mata djur, kan skapa en större vilja att återkomma till utemiljön, och spendera tid utomhus då en positiv kontakt med naturen sker genom interaktionen med djur (Arnberger et al. 2017). Att se en specifik växt eller fågel kan även väcka minnen från brukarnas förflutna, och kanske från deras egna trädgård, vilket kan förbättra välmåendet genom att få berätta om positiva minnen och gamla hobbyer (Bengtsson & Carlsson 2006). Specifika träd eller växter kan även vara viktiga för både känslan och sinnena att kunna

följa årstiderna genom bladutspring, blomknoppars förändringar och blomningstider, färgskiftningar och tidsspecifika dofter från växter (ibid.)

I studien gjord av Freeman (2019) som handlar om just kontakt med naturen som äldre, svarade alla medverkande att de idag använder naturen som en källa till njutning, och för en optimal kontakt och njutning till naturen krävs den sensoriska stimuleringen. Här tas stimulering upp som exempelvis en vacker utsikt, att följa årstidsförändringarna genom att studera färger, blomning, doft, sitta ner kring växtligheten och röra vid den, känna vinden, prata med andra om växtlighet och även arbeta med naturen i form av plantering och vattning (Freeman et al. 2019).

Både i naturliga landskap och vid anlagda utemiljöer är vattenelement viktiga, från stora hav och sjöar ner till fontäner, och i skapandet av restaurativa miljöer är vatten bevisat både lugnande och estetiskt tilltalande (Finlay et al. 2015; Freeman et al. 2019). Vattenelement förbättrar humöret och lockar människan dit med exempelvis ljudet och synen av rullande vågor, och är en restaurativ miljö i avseendet att återhämtning sker vid vistelse på platsen då vattnet har dessa lugnande effekter, enligt miljöpsykologin (Finlay et al. 2015).

### ***Terapeutiskt trädgårdsarbete***

Inom evolutionspsykologin hävdar man att gröna utemiljöer idag har terapeutisk effekt med förbättrat välmående och

stressreducering, på grund av vår evolutionshistoria att leva och arbeta ute i och med naturen. Att odla och arbeta med växter utomhus skapar denna positiva terapeutiska miljö där, i detta fall brukarna, kan uppleva utemiljön via alla sina sinnen i samband med en förbättring av sin fysiska funktion och sitt psykiska tillstånd (Yao & Chen 2017). Att dessutom utföra trädgårdsarbetet i grupp ger själva arbetet ett större syfte, när det samtidigt sker med interaktion mellan människor som hjälps åt och skapar social kontakt (Yao & Chen 2017; Freeman et al. 2019). Det framkommer även i resultat från studier på odlingsprogram som gjorts på äldreboenden, att trädgårdsarbetet uppgavs förbättra både brukarnas välmående och sociala kontakt med andra brukare från boendet. Det allmänt förbättrade välmåendet på äldreboendena var resultat utav minskad känsla av depression, isolation och ensamhet, och en förbättrad känsla av allmän positiv både kroppslig och mental hälsa samt tillfredställelse med livet (Gagliardi & Piccinini 2019).

Brukarnas förbättrade fysiska funktion är en stor del inom terapeutiskt arbete, då trädgårdsarbetet spänner över många olika sorters fysiska aktiviteter och deluppgifter. Allmän känsla av förbättrad hälsa och livskvalitet stärks i samband med den fysiska styrkan och flexibiliteten som byggs upp vid aktiviteten, genom kinematiska och kognitiva rörelser av olika kroppsdelar som krävs för att utföra trädgårdsarbetet, exempelvis stå, böja och röra sig, gå, sträcka sig, dra saker till sig och greppa (Yao & Chen 2017; Browning et al. 2019). Olika deluppgifter i arbetet som rör olika kroppsaktiviteter kan vara att flytta på växter, bära växter från olika

platser och nivåer, plantera, dra ogräs, vattna, bära jordsäckar och sköta om växten. Dessa deluppgifter stärker hälsan och även balansen genom att muskelkoordination, viktbärande rörelser, motorik och tyngdpunktsförskjutningar används (Park et al. 2009; Chen & Janke 2012). Finmotorik krävs även i trädgårdsarbetet och tränas effektivt upp vid handrörelser och greppstyrkan förbättras vid exempelvis plockning av döda blommor och blad (Park et al. 2009; Chen & Janke 2012), samtidigt som hand-öga-koordinationen även arbetas upp vid dessa handrörelser eller vid användning av handverktyg (Yao & Chen 2017). En teori som Chen och Janke (2012) även vill belysa är om trädgårdsarbete kan förebygga fall hos äldre då den fysiska aktiviteten förbättrar till exempel dålig balans och gång, som oftast är den största faktorn till många fall på äldreboenden.

Odling och trädgårdsskötsel har använts som ett terapeutiskt arbete sedan 1920, och har rapporterats vara den fysiska aktivitet som är vanligast hos äldre. Enligt en studie uppgavs 94% av de äldre ha bott mestadels av sitt liv med en egen trädgård, och är till största del den fysiska aktivitet äldre valt att fortsätta utföra när de blir äldre för känslan av bibehållen fysisk som psykisk hälsa (Chen & Janke 2012).

Med den begränsade rörligheten som kommer med åldern krävs dock en anpassning av utemiljön för att möjliggöra genomförandet av trädgårdsarbetet. Det kan vara exempelvis upphöjda odlingsbäddar, kärl och anpassade verktyg så att trädgården

tillgängliggörs även för brukare som sitter i rullstol, elstol, eller använder rollatorer och annat gästöd (Musselwhite 2018).

I intervjuer från en studie gjord av Raske (2010) fick brukare, personal och anhöriga till brukare på äldreboenden svara på ***vad i en anpassad trädgård som upplevdes ge bäst effekt i att känna livskvalitet och välmående.***

Nedan listas sammanställningen från 1–11 där 1 upplevdes viktigast:

1. Bekvämlighet: betyder att känna sig fysiskt bekväm
2. Säkerhet: betyder att ha en övergripande känsla av säkerhet
3. Ha meningsfulla dagliga aktiviteter
4. Relationer: innebär att ha kvalitet i relationer med andra
5. Funktionell kompetens: innebär att kunna fungera så självständigt som man önskar
6. Njutning i det dagliga livet
7. Integritet: betyder att vara ensam när man vill
8. Individualitet: innebär att erkännas som en unik individ
9. Världighet: betyder att behandlas med världighet
10. Autonomi: innebär att kunna ha kontroll över sitt liv
11. Andligt välbefinnande: innebär att kunna utöva religion eller känna frid

Den anpassade trädgården bestod av breddade gångar gjorda i betong, en pergola som gav skugga, upphöjda växtbäddar, och en uteplats som även var av betong för god tillgänglighet. Dessa fyra komponenter ansågs vara viktigast att anlägga i trädgården, då flest brukare med olika rörlighetsförmågor fick möjligheten till att lättare ta sig in och ut, arbeta i trädgården och även kunna befinna sig utomhus under en längre tid då möjligheten till skugga fanns att tillgå (Raske 2010).

### ***Utsikt***

Rummen och även sällskapsytorna på ett boende som Värpinges särskilda boende, är ofta designade främst efter brukarnas fysiska behov och sällan inredda av brukarna själva, och kan därför framkalla känslan av att inte vara ”hemma”. Den mest uppmärksammade artikeln om utsikt och förkortad återhämtningstid från en operation kommer från Roger Ulrich där han rapporterar att patienter som haft utsikt mot grönytor snabbare tillfrisknat och upprättade även en positivare inställning under själva sjukhusvistelsen, än patienterna som tittade ut mot en tegelvägg (Ulrich 1984).

Studier har vidare visat att äldre på boenden drar nytta av inomhusväxter i rummet och av sin utsikt från fönstret ut över grönmiljöer, som vegetationen på en innergård exempelvis, för främjande av välmåendet i den psykiska hanteringen av en flytt till en ny plats (Dahlkvist et al. 2016; Sugiyama et al. 2022). En av

studierna tar även upp att utsikten mot den gröna ytan skapar en motivation till att fysiskt vilja ta sig ut och uppleva utemiljön. Endast tanken på att det finns en möjlighet om viljan finns, till att snabbt kunna ta sig ut i trädgården som syns från utsikten, upplevs i studien som att det skapar ett välmående, en bättre livskvalitet och känslan av att leva och frodas där det gröna frodas (Dahlkvist et al. 2016).

Specifikt utsikt mot grönytor från rum på äldreboenden som sovrum, matsal, allmänna- och sällskapsytor är fördelaktigt för välmåendet (Sugiyama et al. 2022). Utsikten förbättrar då den psykiska hälsan kopplat till där du befinner dig i dina vardagssysslor, som när du äter, ska eller har sovit och umgås med andra boenden. Den förbättrade inställningen kring vardagssysslorna kan återspeglas i en positivare inställning till din nya livssituation som äldre, som kan innebära ny boendesituation, begränsad rörlighet och åldersrelaterade sjukdomar. Det är speciellt viktigt med en utsikt för brukare med begränsad eller nästan obefintlig rörlighet och sjukdom då de fattas eller börjar mista möjligheten att ta sig ut och interagera med det gröna till vardags, och alla boenden bör förses med rum där det finns god tillgång till utsikt mot gröna ytor (Freeman et al. 2019; Sugiyama et al. 2022). Enligt (Musselwhite 2018) föredras utsikt mot främst växter och träd, men även mot platser där djurliv kan observeras, himlen och att titta på andra människor som utför något slags arbete eller interagerar med varandra.



## 4 Gestaltungsförslaget

### - tillämpning av funktioner, aspekter & illustrationer

#### 4.1 Tillämpning

I vårt gestaltungsförslag har vi designat områden och planteringarna med olika teman och karaktärer för att skapa olika rum. Det vi har tänkt på är att det nya växtmaterialet ska överensstämma med den befintliga jordarten samt de olika sol- och skuggförhållanden som finns över innergården. Den befintliga jorden kan återanvändas till de nya planteringarna om den endast jordförbättras samt gödslas där behov finns för att öka mullhalten.

Intill de olika planteringarna finns sittplatser utplacerade så de boende kan slå sig ned för en stunds vila och betrakta naturen. Här finns möjligheten till *soft fascination* som Kaplan och Kaplan-teorin uppmärksammar. Alltså ständiga små intryck som fågelkvitter, en humla som surrar eller knoppar som gror, som den

vilande kan iaktta från din bänk. *Soft fascination* är något vi strävat efter att de boende ska kunna uppleva på hela innergården. Rummen vi skapat med olika teman leder förhoppningsvis till att alla kan hitta något som faller i deras smak, och som fascinerar dem.

Kaplan och Kaplan pratar även om *hard fascination* som något där uppmärksamheten fångas fullt ut och gör dig upptagen med att hålla fokus. Vi tänker oss att Boulebanan (Se: 4.44 "Boulebanan") blir en plats på innergården där både *soft- och hard fascination* samverkar. Den som vill kan lägga fokus på boulespelet samtidigt som platsen är omringad av ting som går in under *soft fascination*.

**Ulrich Supportive Garden Theory** tar upp den positiva effekt som gröna miljöer har på människor i vårdsammanhang. Att skapa en utemiljö som hjälper till i återhämtningen och minskar stress, alltså en restorativ miljö, har stått i vårt fokus under hela designprocessen. Enligt Ulrich finns fyra komponenter för att uppnå detta resultat:

- ***Känsla av kontroll och möjlighet till privatliv***

I vår designprocess har brukarnas behov varit vårt fokus. Det ska vara lättillgängligt att ta sig både in och ut samt runt på platsen. Inga farliga snubbelkanter eller andra hinder som kan utgöra fara ska finnas. Dessutom har vi även tänkt på att hålla platsen öppen för att skapa god sikt och på så sätt både bidra med ökad gemenskap och trygghet. Samtidigt har vi skapat ytor där det ges möjlighet att få vara lite mer privat, exempelvis om familjen kommer på besök så ska det finnas möjlighet att sitta lite avskides i ”Kaffegrottan” (Se: 4.43 ”Kaffegrottan”).

- ***Socialt stöd***

Den sociala biten som en utemiljö bidrar med är en mycket viktig aspekt. Den del vi valt att kalla ”Torget” (Se: 4.42 ”Torget”) är till för just denna bit. Här har en öppen yta skapats för att uppmuntra till aktiviteter personal och brukare emellan. I samtalet med Cecilia och Kerstin var det ett önskemål att ha en yta som kan användas för försäljning från fikavagn och eventuella

liveframträdanden. På nulägeskissen finns det med en liknande torgyta som ligger ungefär på samma plats i dagsläget, dock är denna inramad av en pergola med en tät växande murgröna som skapar ett tjockt grönt tak och väggar runt uteplatsen (Se: 3.45 Nulägesplan). Detta skapar en barriär mellan dem som använder ytan och dem som befinner sig inomhus på övervåningen och tittar ned. Därför har vi skapat öppna sociala ytor med insyn uppifrån för att de som inte kan ta sig ut själva ändå ska kunna känna en viss tillhörighet och gemenskap. Ett dubbelt parasoll har i stället valts som alternativ till att få skugga över det nya torget, som kan fällas ner om det krävs utsikt ner över området från byggnaderna.

- ***Fysisk aktivitet och träningsmöjligheter***

Fysisk aktivitet kan se olika ut och i vårt gestaltungsförslag har vi designat en boulebana för att uppmuntra de boende att ta sig ut och röra sig. För de som bara vill titta på finns flertalet sittplatser runt omkring. Vi har tänkt på bredden av gångarna i resterande utformning med målet att de som kan och vill ska kunna rulla självständigt med god marginal eller med plats för assistans.

- ***Positiv distraktion av natur***

För att skapa en återhämtande och restorativ miljö har växtvalen övervägts noggrant för att skapa en harmonisk balans mellan blomstrande växtlighet, städsegrönt och träd. Vattenelement hittas på torget i den bevarade statyn på torget samt i planteringen mellan torget och boulebanan (Se: 4.44 ”Boulebanan”), där vi placerat ett

vattenbad som agerar både fågelbad och en mindre fontän. I utformningen av gestaltningsförslaget har vi aktivt tänkt på att välja växtlighet som lockar till sig olika slags djur som fåglar, fjärilar och andra pollinerande insekter.

Studien av Raske (2010), som innehöll sammanställningen av vad som upplevdes viktigast i utformningen av en anpassad utemiljö (Se: Sida 35), har vi som referens genom gestaltningen. Då den positiva känslan och effekten av utemiljön är det vi eftersträvat i vår planering av innergården, så upplevdes denna sammanställning som en bra måttstock i vad som är viktigt att tänka på. Litteraturstudien i sin helhet tog även upp alla dessa element som viktiga inslag i en behovsanpassad miljö, vilket vidare förstärkte våra val i gestaltningen. Genom att utforma innergården till att vara tillgänglig med just anpassad utrustning, jämna markmaterial, inga trappor och hjälpmedel i form av sittplatser, handräcke och kontrasterande färger så räknas många av punkterna in som handlar om säkerhet, bekvämlighet, kontroll, funktion, individualitet och värdighet. När utformningen även innehåller odlingsinslag, växter, djur, vattnelement, mötesplatser och platser för vila så räknas de resterande punkterna in till att ge god effekt på känslan av välmående.

## 4.2 Tillämpningar av funktioner & aspekter i gestaltungsförslaget

### *Tillgänglighet och säkerhet*

Det är vanligt med försämrad syn och balans bland äldre, därför känns det viktigt för oss att hjälpa till med rätt utformning för att brukarna ska få en optimerad användning av den nya utemiljön. Då de två olika typerna av marksten var av god kvalitet ville vi gärna återanvända markmaterialen, vilket är positivt både för miljön och äldreboendets budget. Markstenen tas upp och läggs om efter den nya utformningens design, och jämnas samtidigt till och läggs intill högre planteringskanter i corten. Att markmaterialet blir jämnare gör det lättare för alla brukarna både att gå och rulla över stenytorna, vilket minskar risken för fall. Planteringskantens mörka färg blir även en kontrastfärg till markstenarnas ljusare färger vilket förstärker var gångytorna finns. Utöver markstenen har vi valt krossat packningsbart grus över resterande gångytor, då gruset blir rullbart för rullatorer och rullstolar vid packning vilket gör det lättare att ta sig över, samtidigt som det är mer skötselintensivt i jämförelse med exempelvis gräs. Gräsytan som

finns på platsen i nuläget (Se: 3.45 Nulägesplan) har vi valt att planera om till grusyta då gräs är ojämnt som material och svårt att ta sig över för de äldre. Dessutom krävs det gräsklippning frekvent vilket är omständigt då det är en innergård och klipparen ska rullas genom byggnaderna för att komma dit. Utformningen är även planerad helt utan trappor, vilket gör hela utemiljön tillgänglig för alla boende för känsla av att vara obegränsad i sin hemmiljö. Handräcket (Se: 4.45 "Woodland") som fanns på platsen behåller vi då det är till god hjälp att ta sig fram som gående, som en extra säkerhet att hålla balansen mot. Genom att lägga en plattrad längs med byggnaderna vid planteringarna skapas det även bättre tillgänglighet för skötselpersonal att ta sig runt i ytorna vid skötsel tillfällena.

Förutom de två återanvända bänkarna vilka har rygg- och armstöd, så planerar vi utformningen med anpassad utrustning. Alla tillvalda bänkar har rygg- och armstöd för stöd att sitta mot, och för hjälp att sätta sig ner och ställa sig upp med. Den största andelen utrustning är flyttbar vilket underlättar då man kan flytta

bord och stolar efter behov, exempelvis om brukaren har svårt att ta sig ur en rullstol så kan bordet flyttas så det passar till brukarens position. Sittmöjligheter finns även jämnt utplacerat över hela innergården så att den gående brukaren känner sig säker med att ta sig ut, då nästa viloplats syns och finns inom rimligt gångavstånd.

Vid nya ”Torget” valde vi vid omgestaltningen att ta bort pergolan som finns där i nuläget, då stolparna i pergolan var väldigt många och med negativ inverkan på tillgängligheten. Även taket på pergolan och växtligheten som klättrar i den skymmer utsikten ut över innergården från alla väderstreck, och blockerar sikten ner över ytan om man som brukare interagerar med händelsen nere på torget via balkongerna eller från fönsterna i våningarna lite högre upp. Vi har i omgestaltningen valt att planera torget som helt tomt på fast utrustning, med endast flyttbara parasoll och utrustning som kan användas efter behov i stället. Vi har även valt upphöjda planteringslådor i corten som står på hjul med bambu planterat i, som då även kan flyttas bort vid behov. De kan ställas vid ett visst väderstreck som vindskydd eller för att kunna avskärma torget i flera områden, om brukare med sina besökare vill ha möjlighet att sitta mer avskilt.

Belysningen (Se: 4.32 Belysningsplan) vi valt gör innergården mer tillgänglig då utemiljön är upplyst hela året och över olika tider under dygnet, vilket gör att man kan använda innergården längre in på kvällarna, eller senare in på hösten när ljuset försvinner fortare på dagarna. Vi tycker även att belysningen var en viktig del i utformningen för boendenas säkerhetskänsla. Äldreboendet har en kringbyggd innergård vilket automatiskt förstärker känslan av säkerhet då obehöriga inte kommer in utan hjälp. Men vid mörkare dygns- och årstider har brukaren trots allt bättre uppsikt över ytan om den är upplyst från brukarens egna rum eller de allmänna ytorna. Den förbättrade uppsikten över ytan kan försäkra brukaren att innergården är säker att gå ut till, och röra sig i, speciellt vid sämre syn. Vi har även valt att belysa pergolan över boulebanan, trädet, statyn, växtligheten i planteringarna och gången mellan torget och boulebanan i estetiskt syfte då det ser effektivt ut både vid vistelse i utemiljön, samt när brukarna tittar ut inifrån. Pergolan har en ljusslinga som belysning vilken är virad runt pergolataket, och punktbelysningarna som lyser upp ett specifikt objekt har riktbara spotlights. Ute i planteringarna valde vi pollare i corten som har skärmar för glödlampan vilket riktar ljuset snett neråt, och motverkar på så sätt att brukarna i rullstol eller liknande bländas av ljuset. Längs gången mellan torget och boulebanan har vi valt en markbelysning vilka även dessa går att rikta ut över gångytan och är i corten för att matcha planteringskanterna i samma material.

## *Viloplatser och sociala ytor*

Över alla områdena på innergården har vi försökt skapa ytor som både kan vara sociala och passiva ytor till aktiviteter, för att matcha de olika behoven brukarna kan ha över året och dagarna. På våren tycker många om att sola sig i de första solstrålarna, och då är behovet av en lugn och trevlig sittplats i sol störst. Under sommaren krävs det möjligtvis inte lika mycket tillgång till sol under hela dagen, utan någon aktivitet i lite skugga kan kännas som en trevlig paus från värmen. Därför är mötesplatser över innergården skapade med olika förutsättningar där det kan finnas något för allas behov och trevnad som främjar välmåendet. Sittplatser och ytor för möten har placerats i olika väderstreck, med olika utsikter och några vända från innergården för känslan att vara mer privat. Att även se från sittplatsen och få sitta nära växtlighet, djur och något vattenelement har varit en viktig del i utformningen av den nya innergården då det är viktiga komponenter i en restaurativ miljö.

”Boulebanan” (Se: 4.44 ”Boulebanan”) är en mötesplats där det till största del blir en social yta men kan även kan agera som en lite mer passiv yta. Brukarna kan välja om dom vill interagera i boulespelandet, eller att titta på när andra spelar och i stället gunga

i en hammock eller sitta på bänkarna på muren kring banan. De två hammockarna som hänger i pergolan är vända med ryggen ut mot innergården, vilket skapar plats för vila och att vara privat när boulebanan inte används. Att sitta på den runda bänken kring trädet blir en trevlig viloplatz för kontemplation, men kan även bjuda in till samtal om fler brukare kommer och stannar till för att ta kontakt och samtala, vilket är en viktig del i boendenas aktiviteter under dagarna. ”Torget” (Se: 4.42 ”Torget”) med sina flyttbara möbler och planteringslådor kan öppna upp för gemenskap, men även avgränsa för privata möten. Äldreboendets personal vill gärna använda torget till sina sociala tillställningar, där det frekvent finns försäljning av korv, fika och glass med en vagn, och liveframträdanden och planerade aktiviteter vid god väderlek. ”Kaffegrottan” (Se: 4.43 ”Kaffegrottan”) ligger nersänkt i den del av innergården där det även blir lite mer skugga och kan agera bra mötesplats för fika med besökare eller andra boenden de dagar när det är för varmt i solen, eller för att kunna sitta i lä vid blåsiga dagar. De två återanvända bänkarna är utplacerade i vårt ”Woodland” (Se: 4.45 ”Woodland”), vilket även där blir den lite skuggigare delen, och ligger lite längre från de mer sociala ytorna och kan skapa en trevlig liten privat yta inne bakom och mellan planteringarna. Dessa bänkar blir dessutom sittplatser för paus vid förflyttning gåendes från huvudentrén ut i innergården, och är väldigt viktiga för självständigheten hos brukarna som vill ta sig in och ut ur innergården själva.

## ***Klimat och årstider***

Med tanke på att äldreboendet har en innergård så skapas ett mikroklimat på platsen som är väldigt varmt då de kringbyggda byggnaderna agerar vindskydd, men är ändå relativt låga så en stor del av innergården står i full sol under dygnets och årets soltimmar. I omgestaltningen har vi planerat de olika områdena så att det ska finnas valmöjligheter till att både kunna befinna sig i sol och skugga, att kunna sitta där det är lä från den vind som uppstår, eller att kunna sitta lite mer fritt om man vill ha svalkan från vinden. Att plantera in mycket växtlighet på innergården gör mikroklimatet svalare, tillsammans med vattenelementen som planerats på platsen som avger luftfukt. Ett pergolatak byggs över hela boulebanan vilket har ett utdragbart tygtak de första åren, där brukarna kan välja om de vill ha skugga eller sol under spelvistelsen. Under tiden klättrväxterna vi planerat klär in pergolan så är tygtaket ett bra tillfälligt skydd, men vår slutliga tanke är att blåregn tillsammans med vildvin ska täcka pergolan och utge ett härligt silande ljus som bara växtlighet kan ge. Körbärsträdet vi valt att ställa bredvid torget kommer även ge brukarna skugga men som inte är så mörk och djup som utrustning kan utge, och därför väljer vi gärna växter som hjälp till grönare

och trevligare solskydd. Trädets placering kommer dessutom hjälpa till i avsvalkningen av innergården, då den platsen har flest soltimmar och kräver skugga för att brukarna ska kunna sitta där under de varmaste dagarna. Vi har valt växter och placering av dessa utefter klimatet på platsen för att optimera vitaliteten på växterna, men även efter årstiderna så att där finns någon växt som utger ett estetiskt värde över hela året.

## ***Sinnena - växtkomposition, djur och vattenelement***

Sinnena är en viktig aspekt inom användandet av utemiljöer och naturen för främjandet av det psykiska välmåendet, då brukarna genom att använda sina sinnen ute på innergården kan skapa en positiv kontakt med sin närmiljö. En doft eller ett ljud kan påminna om tidigare upplevelser eller minnen, och att se en specifik växt eller ett djur kan associeras med ett tidigare boende eller levnadssätt vilket kan vara ett kärt minne. När brukarna kopplar något positivt från förr i sitt liv med närmiljön de framöver ska vistas i, så skapas den positiva kontakten vilken är viktig för boendenas välmående och vilja att vistas i sin nya utemiljö. Även att prata om utemiljön med andra aktiverar sinnena då minnen, dofter, ljud, tankar och känslor uppstår, eller vid fysiskt arbete ute

i innergården så används alla sinnen för att få en full upplevelse av naturkontakten. Vi vill genom den nya utformningen hjälpa till i denna viktiga kontakt, med att använda så många funktioner och aspekter som möjligt, vilka brukarna kan använda sina sinnen genom.

Växtkompositionerna i de olika planteringarna är planerade med tanken att vara ståndortsanpassade, blommande, doftande, ha olika värden över året och inneha mycket och av olika texturer, färg och form (Se: Växtbilagor ”Värpinge områden”). Bissetbambun är vald till torget för sitt lugnande rasslande ljud i vinden, och vi har även försökt välja växter som känns olika när man rör vid dem. Funkiablakens ibland stora tjockare blanka blad, ibland vaxiga sträva och ibland tunnare med tydlig nervatur som man kan följa med fingrarna. Blomningen är väldigt viktig och vi har valt många olika slags växter för en härlig mix av olika färger över året både i blad, grenar, knoppar och blomning. Växtvalet i planteringarna är uppdelade i hur solig och därmed hur torr planteringen blir, och skuggtåliga växter har valts helt i söder då byggnaden skuggar ut den delen av innergården. Lökväxter, perenner, buskar och träd har mixats i planteringarna för olika blomningstider, bladutspring, värden, dofter, färger och strukturer i höjd, bredd och form. Värdena över året är en viktig aspekt då vi fokuserat även på utsikten från äldreboendet ut över innergården, och vi har försökt planera planteringarna så att där frekvent finns någon form av

estetiskt värde. Vintervärden vi planerat efter är strukturen i grenar på buskarna och trädet, vinterblommande växter, att många av våra växter i skuggplanteringen är vinter- eller städsegröna. Frö- och blomställningarna på perennerna kan med fördel lämnas kvar över vintern och blir vackra gnistrande konstverk i frosten och snön. Under våren kommer alla vårlökar och perenner som avslutas med bladutspring och ett överdådigt blommande körsbärsträd. Från tidig vår, sommar och in på sen höst avlöses växterna i en mix av färg, form, doft och textur vilket attraherar en mängd pollinerare.

En annan aspekt som främjar välmåendet hos de boende genom sinnen är även att ha just smådjur i närmiljön, vilka vi vill locka till platsen genom mycket blommande växter över så stor del av året som möjligt. En grönskande oas lockar exempelvis fjärilar, insekter, bin, humlor och en rad olika fåglar. Att titta på och även mata djur som exempelvis fåglar, skapar en större vilja att befinna sig utomhus då det förstärker kontakten med naturen. Därför har vi i utformningen även planerat in vattenbad som fåglarna och insekter kan bada i och dricka ur, ett insektshotell och även en fågelholk med kamera där dom kan titta på fåglarnas liv inuti holken från en tv inomhus. Ljud är en stor del av våra sensoriska uppfattningar och surr från insekter som bin och humlor samt fågelsång är väldigt uppskattat vid utevistelse. Att titta på fåglar inifrån ger även en positiv koppling till utemiljön även vid innevistelse, därför lockar vi gärna småfåglar till innergården hela



året genom att plantera träd och buskar där mat kan hängas ut i över vinterhalvåret.

Vatten har en stor betydelse för människans främjande av välmåendet och är högt prioriterat som ett restaurativt inslag i en utemiljö. Att se men även höra vatten långsamt förflytta sig är lugnande och därför har vi valt att ta med fågelbad och en fontän på innergården. Den bevarade statyn på torget har en fontänfunktion där det skapas ett vattenfall från toppen på statyn där vattnet rinner ner över stenen (Se: Bild ④ i Nulägesplan). Vattenbadet till fåglarna kan man även välja att starta en fontänfunktion i vilket ger ett behagligt porlande när man exempelvis gungar i hammockarna eller sitter under körsbärsträdet på den runda träbänken.

### ***Terapeutiskt trädgårdsarbete***

Att odla eller utföra något slags skötselarbete utomhus är bevisat terapeutiskt för utövaren med stressreducering och allmänt förbättrat välmående, samtidigt som kroppens fysiska funktioner bibehålls eller även stärks via arbetet. Både gång, styrka, balans och finmotorik krävs och används vid trädgårdsarbete och förbättrar hela kroppens allmänna funktion. Då detta slags kroppsarbete är den vanligast formen av aktivitet som äldre

fortsätter med långt upp i åldrarna och även är bekväma att utföra då många haft egen trädgård, så vill vi ge chansen till fortsatt trädgårdsarbete även på innergården. Genom att skapa "Bärträdgården" (Se: 4.41 "Bärträdgården") får brukarna som har intresse av att odla, sköta om och skörda egenproducerat, sin egna odlingsdel de kan arbeta i. I planteringen, odlingscirkelarna (Se: Fig. 8 på "Inspiration "bärträdgården") och örtspiralen (Se: Fig. 18 "Inspiration "Torget") kan brukarna odla, sköta och skörda många olika sorters bär, rabarber, örter och kryddor. Odlingscirkelarna och örtspiralen är även i olika höjder för att brukarna ska kunna skörda i den höjd som passar. Planteringslådorna på torget är upphöjda, och om inte alla lådorna önskas innehålla bambu så kan valfria växter odlas även i någon av dessa. Vid önskan kan brukarna hjälpas åt med en del skötsel även av de andra delarna av innergården, där var och en själv kan välja sin egna nivå på vad de orkar utföra och har intresse för.

Ensamhet och isolation bland äldre kan även motverkas genom gemensamma aktiviteter som en skötseldag utomhus, där kontakt skapas både med utemiljön och de andra boendena när man som grupp utför samma arbete. Med utformningen vill vi gärna försöka bidra med att brukarna känner en gemenskap, stolthet och glädje inför sin innergård, men även för varandra genom att mötas och göra något värdefullt ute i det gröna.

## *Utsikt*

Värpinge äldreboende som är ett särskilt boende, där brukarna ofta kräver ett lite större behov av assistans att ta sig ut, in och runt på innergården, kan bli ett problem rent tidsmässigt. Därför tycker vi i vår nya utformning av innergården att det behövs tas med i planeringen, och utsikten blir då en viktig aspekt för de boende som inte kommer frekvent använda sig av utemiljön själva. När vistelsen till vardags till stor del kommer vara i brukarens egna rum eller i de allmänna ytorna inomhus så ska innergården även kunna avnjutas från dessa utrymmen genom fönster, balkonger och burspråk. Vi har tagit reda på var de allmänna utrymmena ligger i byggnaderna och därefter format innergården efter hur siktlinjer går och utsikter ser ut från dessa ytor (Se: 4.33 Utsiktsplan).

Burspråket i form av en triangel vid huvudentrén ut på innergården är det utrymme som oftast används vid aktiviteter, och som ett allmänt utrymme och fikaplatser. Därför har vi planerat utemiljön med huvudsakliga siktlinjen från det burspråket, med det uppöppnade torget i siktlinjen och med trädet längst bak som blickfång. Alla de andra områdena i den nya utformningen syns även från detta utrymme och ger en härlig översikt över hela innergården och all växtlighet i planteringarna. Det nya öppna torget är väldigt viktigt för utsikten, då man från alla våningarna

kan se ner i den centrala delen av innergården från alla håll. De två balkongerna och fyrkantiga burspråken på långsidorna av byggnaderna är även allmänna utrymmen, och kan användas när tillställningar nere på innergården sker och brukare vill vara utomhus på balkongerna för gemenskapen men slipper ta sig ner i våningarna och ut. Från utrymmena på långsidorna ser man ner över alla områdena och växtlighetens struktur får en annan karaktär när man ser det uppifrån, där exempelvis kraftig blomning kommer uppfattas som väldigt effektiv från. Belysningen vi valt att placera ut över innergården kommer även förbättra möjligheten för god utsikt under de mörkare tiderna över året och dygnet. Vi har dessutom förhöjt det estetiska värdet i utsikten genom att ha vår punktbelysta utrustning, upplysta växtlighet i planteringarna och trädet som blir upplyst underifrån.

Sammanfattningsvis har vi i gestaltungsförslaget tagit med alla de viktiga komponenterna som viloplats, sociala ytor, både soliga platser och platser med skydd för sol, säkra gångvägar, grönskande växtlighet, blommande växter, vattenelement, djur, belysning och god tillgänglighet över hela innergården för en optimal utformning för brukarnas välmående på Värpinge äldreboende.

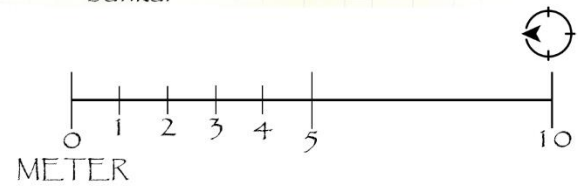
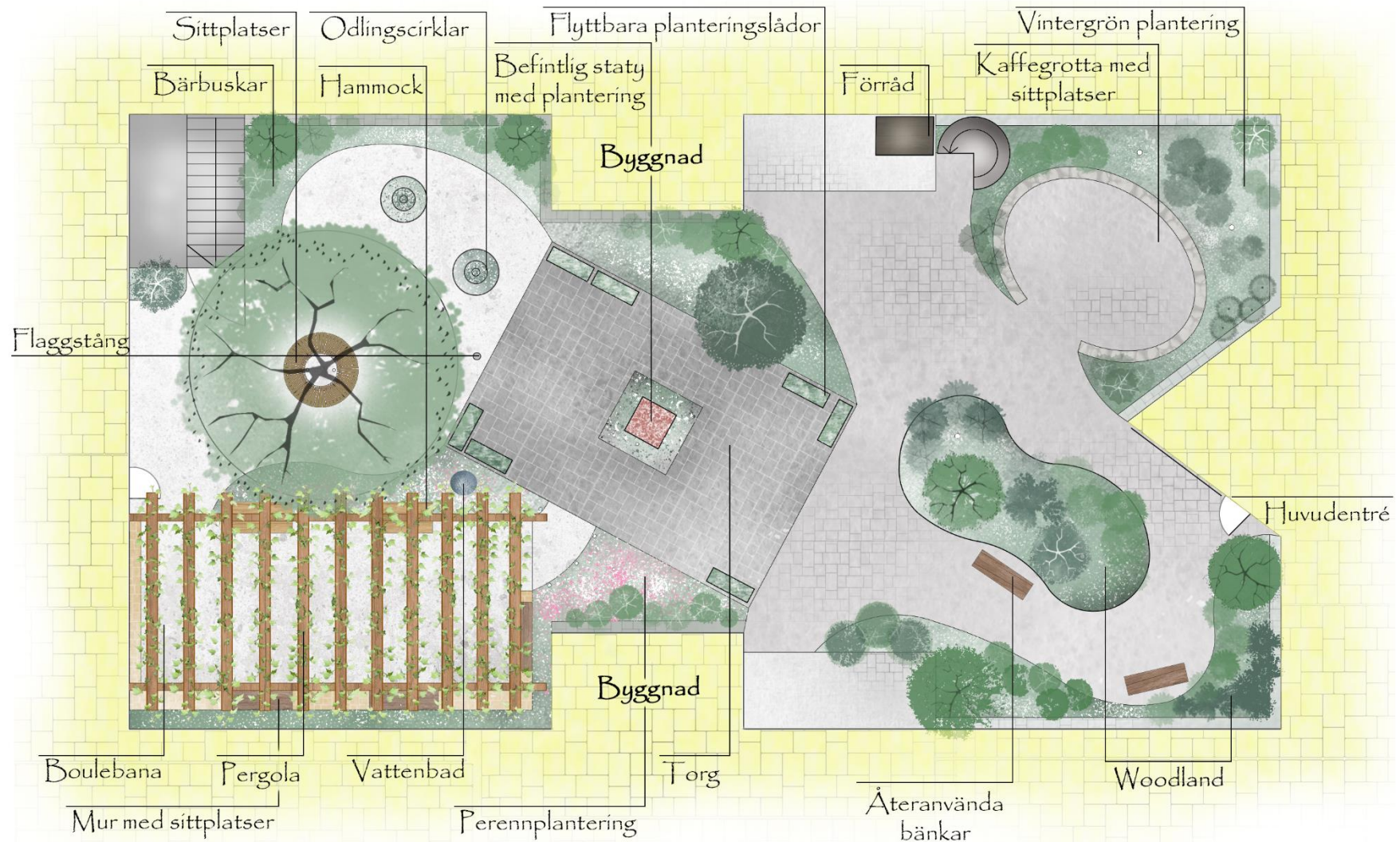
## 4.3 Illustrationer

Illustrationerna nedan är ej skalenliga. Alla illustrationer är skapade av Evelina Hellertz.

### 4.31 Illustrationsplan

Vårt färdiga gestaltungsförslag över hela innergården redovisas här i plan, med förklarande nyckelord av funktioner och aspekter, önskemål från enkätmedverkarna och viktiga anpassade inslag som vi valt att ta med i vår utformning. Det ljusgula teglet i ritningarna representerar byggnaderna på Värpinge äldreboende. För skalenlig plan se Bilaga 3.

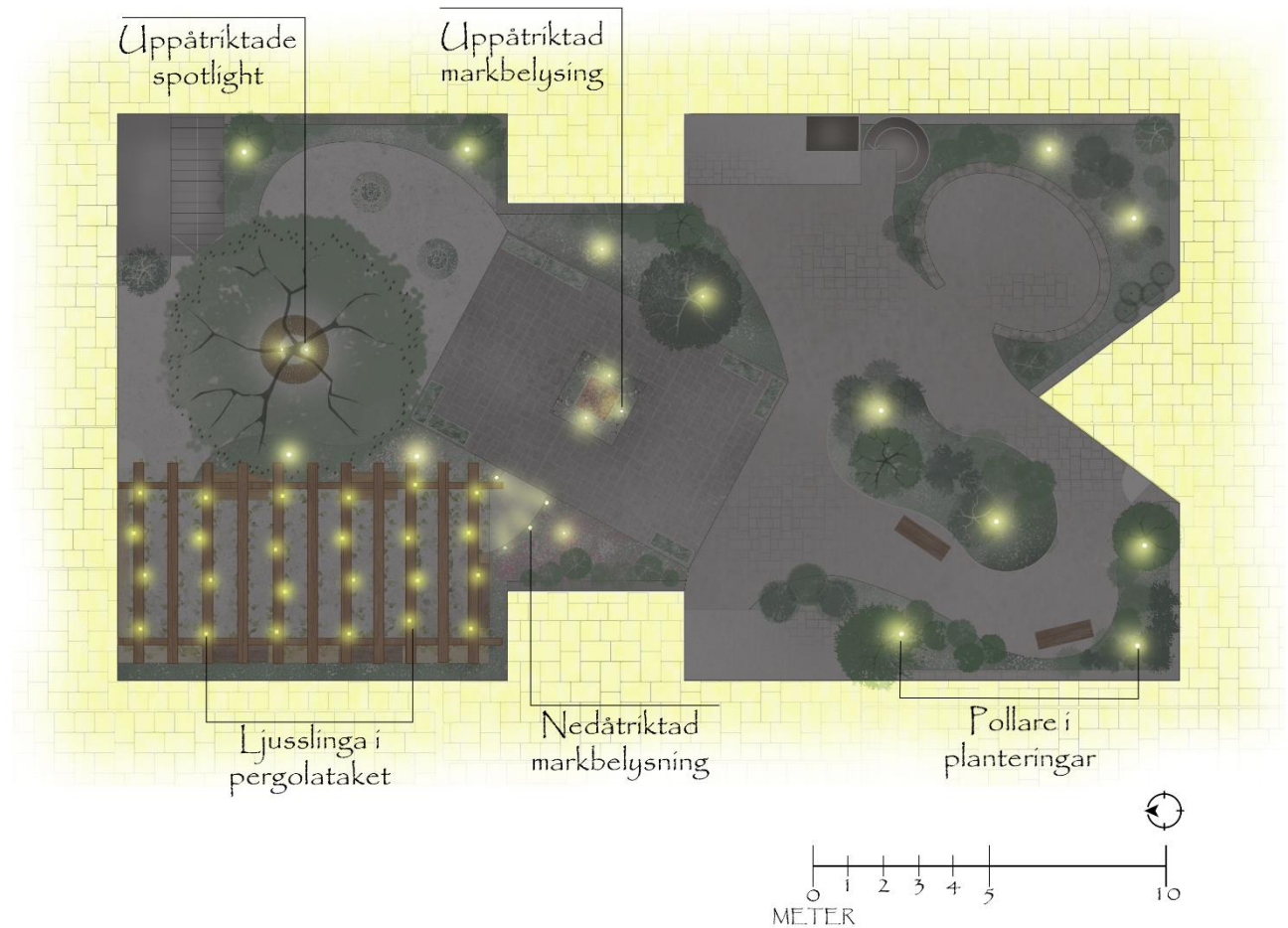
# Illustrationsplan





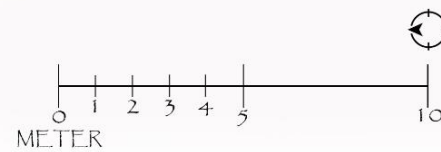
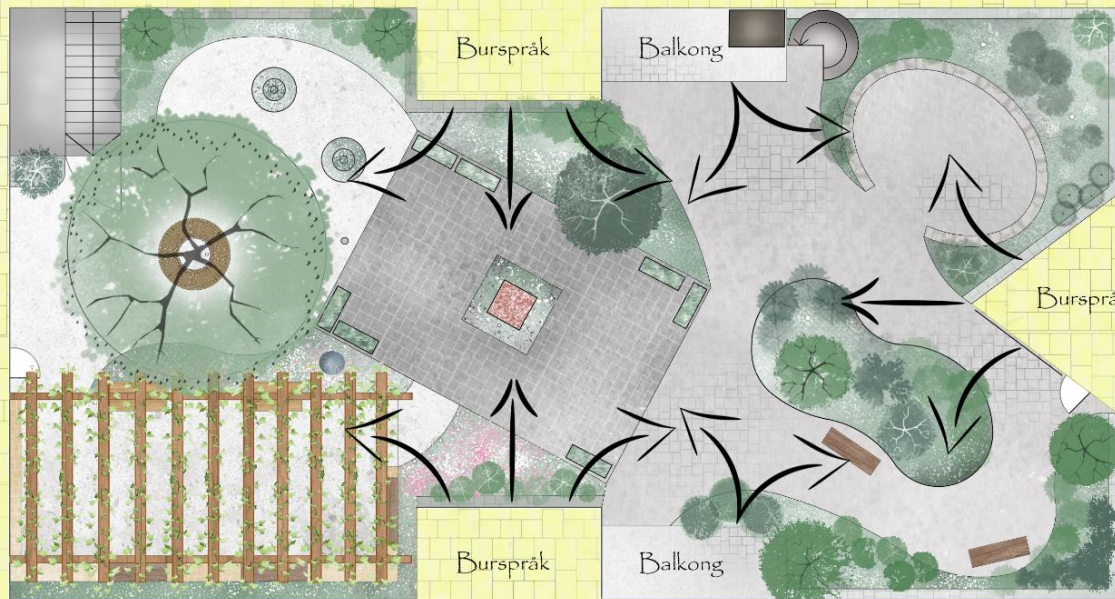
## 4.32 Belysningsplan

Belysningsplanen är illustrerad med tanken att demonstrera hur vi belyst innergården kopplat till vår nya utformning. Pollarna ute i planteringen och de nedåtriktade markbelysningarna som är satta i grusgången mellan torget och boulebanan är utav corten, och har valts i estetiskt syfte där belysningen utgör ett designelement. Markbelysningen kring statyn och spotlighten som lyser upp trädet är valda främst i funktionssyfte, då de går att rikta och även flytta runt, då ett markspjut brukar följa med.



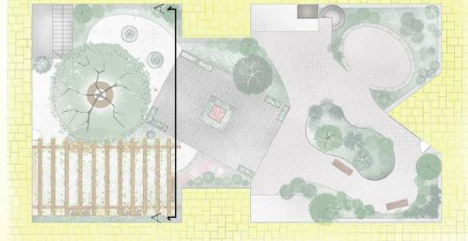
## 4.33 Utsiktsplan

Med hjälp av pilarna i utsiktsplanen vill vi ge en översikt över var de allmänna ytorna inomhus är placerade, och därmed är de rum som flest boenden vardagligt vistas i. Fönsterna i de allmänna utrymmena kommer vara dem som flest brukare använder för att titta ut över innergården, och det är utefter denna utsikt vi planerat utemiljöns siktlinjer och blickfång.



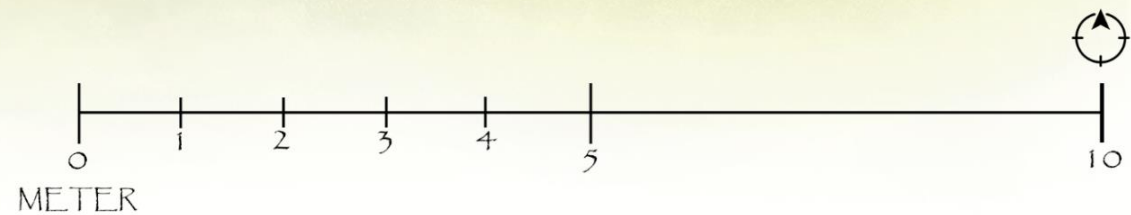
# Sektionsritning A-A

4.341



## 4.34 Sektion

Ett utsnitt ur illustrationsplanen redovisar vår sektion av innergården (Se: 4.341). Vi vill genom illustrationen visa höjdförhållanden på pergolan, trädet och andra kringliggande element på platsen i jämförelse till byggnaden. För skalendig sektion se Bilaga 4.





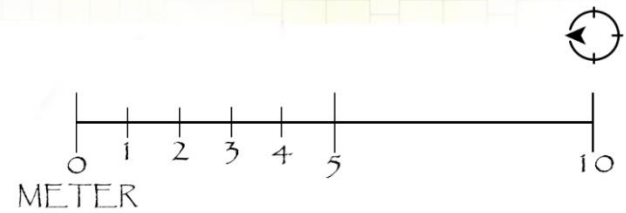
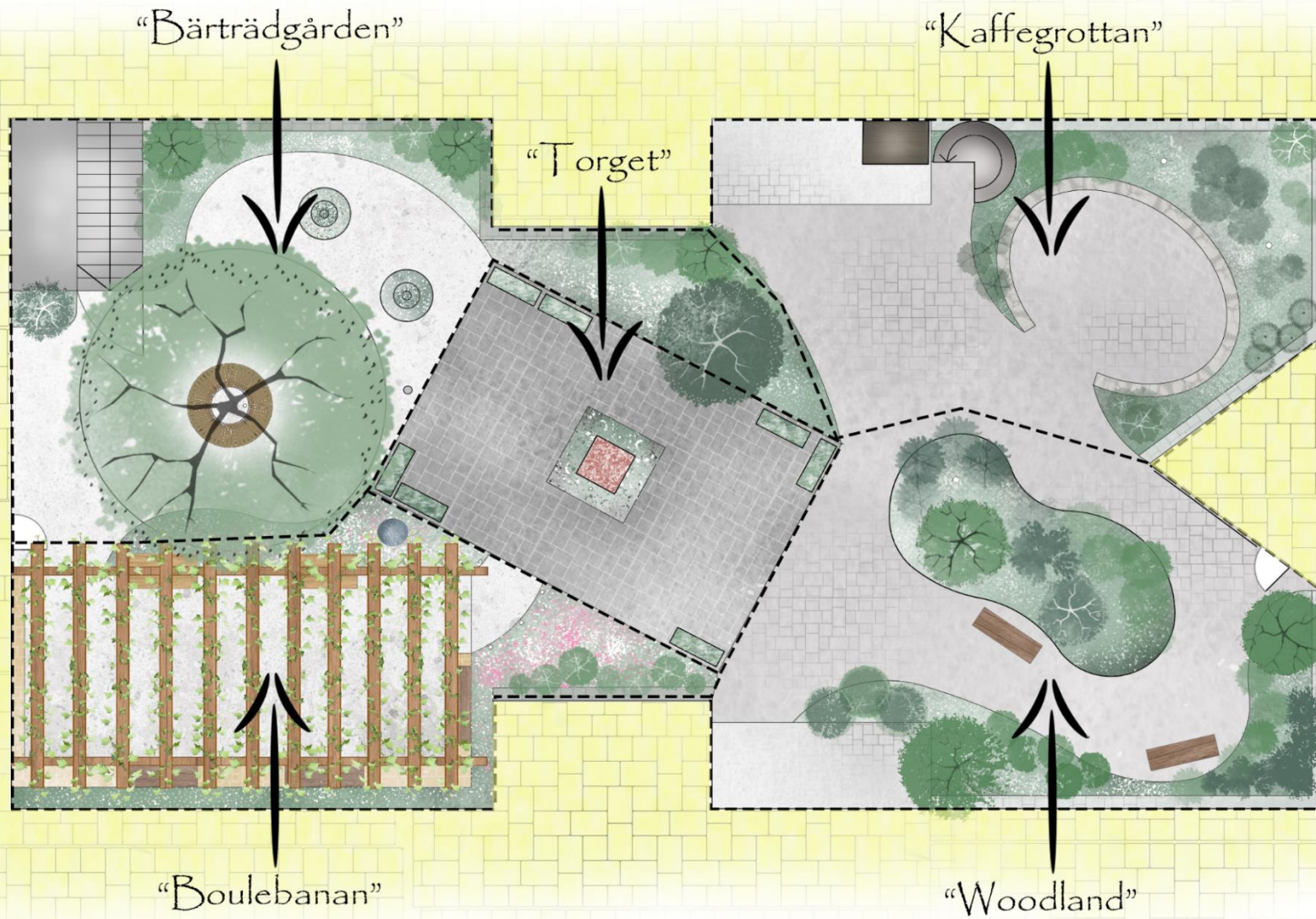
## 4.4 Gestaltungsförslagets ”områden”

Då innergården har olika ståndortsförhållanden, och att en tanke funnits med från början att skapa olika rum inuti innergården så har platsen delats in i fem olika områden. Områdena som fått namnen **”Kaffegrottan”** och **”Woodland”** är väldigt skuggiga, medan de tre andra områdena, **”Bärträdgården”**, **”Torget”** och **”Boulebanan”**, har övervägande sol eller full sol. Detta har vi fått planera gestaltningen utifrån, både i växtval och vilken funktion området ska ha. Växtvalen är gjorda utifrån den befintliga jordarten och att de ska kunna trivas på platsen i den jorden i samband med sol-, skugg- och vindförhållandena som skapas över områdena. Planteringskant av corten används i alla planteringarna, där den mörkare rostiga färgen av corten kontrasterar snyggt till växterna i planteringen och de anknytande ljusare markmaterialen, både ur ett estetisk- och säkerhetssyfte. Corten används även som material i en

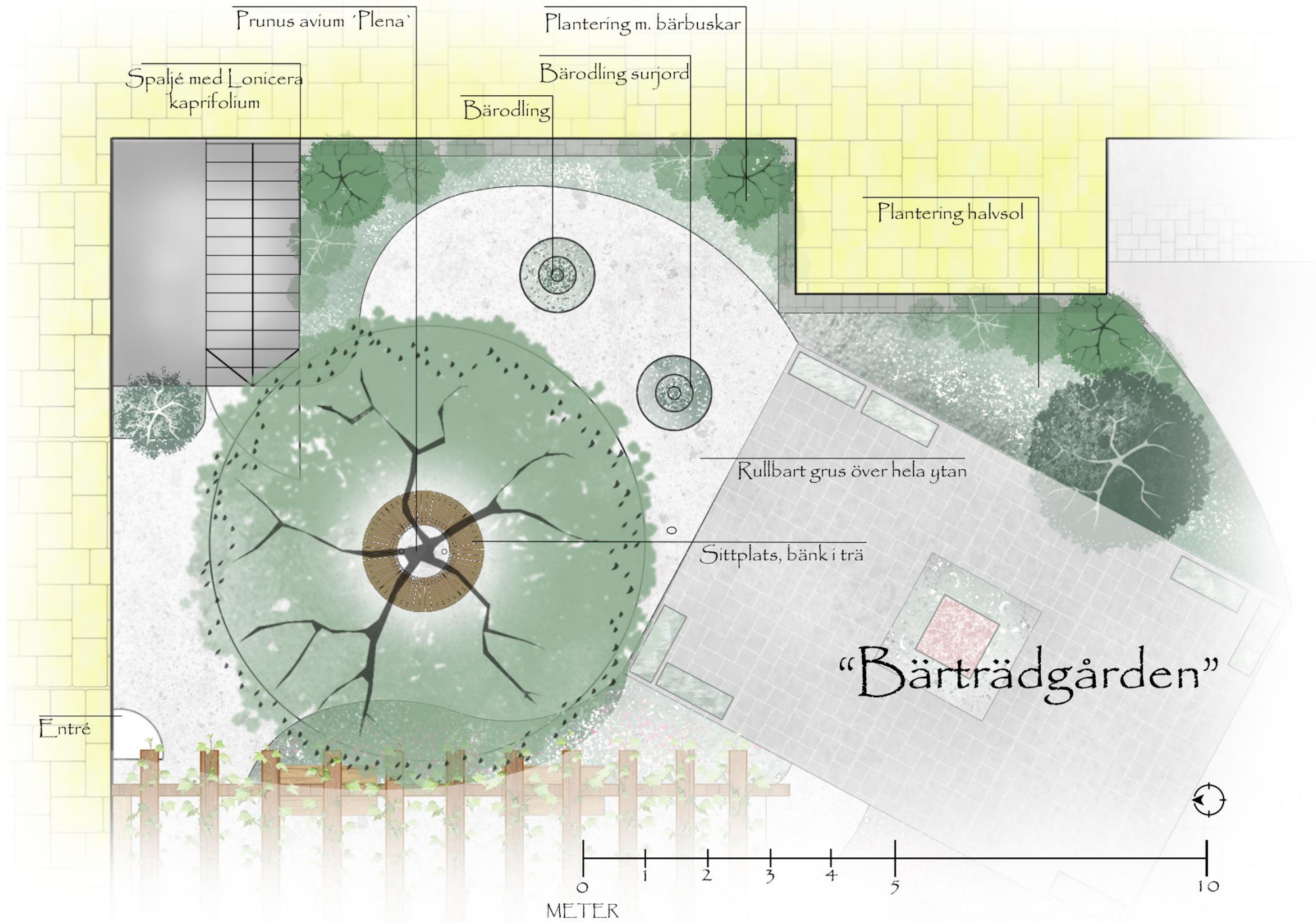
del utrustningar för att knyta ihop designen över hela innergården. Det gula teglet i den låga muren kring boulebanan matchar byggnaderna, och detaljer i trä och mycket växtlighet väljs med tanke att mjuka upp intrycket bland allt grått markmaterial. Träd, buskar, perenner och marktäckare mixas i planteringarna för att optimera blomning, färg, doft, känsla, bladkombinationer, former och strukturer. Vårblommade lökar och perenner är även satta i planteringarna med halvsol för att få mer blomning under vårvinter och tidig vår, innan resterande blad och knoppar brustit. Aktiviteter, möten, vila, djur, vatten och växtlighet planerar vi in som funktioner och aspekter i utformningen till boendena, där sinnena används och välmåendet främjas. En annan viktig aspekt att planera efter i utformningen av utemiljön är även hur mycket **soft- och hard fascination-** reaktioner brukarna får ut genom att befinna sig på innergården, så att utemiljön verkligen gestaltas till att vara mer återhämtande än utmattande. Alla de omgestaltade områdena är främst utformade i restorativt syfte, vilket gör att återhämtningen alltid kommer vara i större fokus över innergården än de utmattande aktiviteterna.



# Områdena







#### 4.41 ”Bärträdgården”

Inom detta område har vi fokuserat på att brukarna själva kan odla, sköta om och skörda av olika sorters bär och rabarber (Se: Bilaga Växtlista ”Bärträdgården”). Förutom att skörden är ätbar för de boende så blommar buskarna och plantorna rikligt tidigare under säsongen vilket lockar pollinatörer, och de färdiga bären lockar även fåglar till innergården. De omkringliggande planteringarna har mycket blommande växter i sig för att locka pollinatörerna även till bärodlingen, då god pollinering förbättrar fruktsättningen. Staketet som är uppsatt kring trappnedgången väljer vi att sätta en växtspaljé framför, där en härligt doftande kaprifol får klä in spaljén för att dölja trappnedgången och staketet. Den lilla planteringen som ligger vid trappnedgången och grinden sätter vi även en syrenbuddleja i tillsammans med midsommaraster, som kan växa sig stor och täcka staketet (Se: Bilaga Växtlista ”Lilla planteringen vid trappnedgång”). Markmaterialet vi valt över hela området är packningsbart grus som blir rullvänligt, då vi vill ge alla brukarna chansen att med gästöd eller som sittandes i rullstol ta sig runt i odlingen. Odlingscirkelarna står ute i grusytan och innehar olika höjdnivåer då de är placerade ovanpå varandra i reducerande storlekar i tre

våningar, för att brukarna både som stående och sittande ska kunna skörda och arbeta kring odlingen. Blåbären är planterade ensamt i en av odlingscirkelarna då blåbär är det enda bär vi valt som kräver surjord. I den andra cirkeln planteras jordgubbar, smultron och smulgubbar. Körsbärsträdet med den runda träbänken runt blir en vacker plats att sitta och vila vid, inte minst under den otroliga blomningen i slutet av april och in i maj. Under sommaren har trädet sedan ett härligt grönt intryck, med en liten plantering kring stammen av liten flocknäva med söta små lila blommor. I planteringen intill torgytan har vi satt växter som trivs väl i halvsol till soligt läge, och med en bredd i blomning och färgvariation av blad (Se: Bilaga Växtlista ”Bärträdgården halvsol”). Redan i januari kan hybridtrollhasseln börja slå ut vackert på bar kvist och blommar in över vårens början. En variation av vårblommande lökar och perenner blommar även efterhand, med en blomning över hela vårvintern och in på våren. Tidig sommar, över hela sommaren och in mot hösten blommar en mängd marktäckare, perenner och buskar sedan, vilka allihop även doftar för användandet av flera sinnen. Den vingade benveden förändrande lövverk avslutar sedan växtsäsongen med en fantastisk lysande höstfärg. Träbänken kring körsbärsträdet, sittplatserna på torget och ett caféset som kan flyttas utefter eget tycke, agerar fikaplatser, viloytor och som pausställen vid förflyttning runt i bärträdgården.



# Inspiration "Bärträdgården"



Bild 1



Bild 5



Bild 6



Bild 8



Bild 2



Bild 3



Bild 9



Bild 4



Bild 7



Bild 10



# “Torget”

Plantering med *Geranium cantabrigiense* 'Karmina'

Befintlig staty

Flyttbara  
planteringslådor med  
*Phylloctachys bissetii*

Återanvänd  
marksten

Anslutningar till  
torget är i marknivå  
för ökad  
tillgänglighet



## 4.42 ”Torget”

Torget ligger centralt på innergården och utgör en viktig knutpunkt för sociala möten och arrangerade tillställningar för brukare, personal och besökare. Vi vill därför hålla torget öppet och i marknivå till resterande anslutande områden så att alla boenden så enkelt som möjligt kan ta sig till torget för gemenskap. Det ska även vara enkelt att från torget ta sig ut till resterande områden över innergården, och markstenen har därför över hela torget lagts i marknivå till anslutande grus- eller markstensytor. Ett flyttbart dubbel parasoll kan fällas upp när skugga över hela ytan önskas, eller ett parasoll om endast halva torget vill vara skuggat. Bord, stolar och planteringslådorna på hjul är även flyttbara och arrangeras efter tillfälligt behov och tycke utefter vilken funktion torget ska ha för dagen. Förutom med en utökad plantering av marktäckande liten nätnäva har vi valt att plantera bisettbambu i

planteringslådorna för att mjuka upp torgets stenmaterial med växtlighet (Se: Växtbilaga Värpinge områden ”Torget”). Bambun växer dessutom väldigt tätt vilket skapar ett bra vindskydd, där lådorna kan ställas upp i ett visst väderstreck och skapa lä för vinden. Vi ville även välja en växt som främjade sinnena av något slag, och valde bambun då det bildas ett lugnande rasslande ljud när vinden blåser genom stråna på växten. Den befintliga statyn behåller vi centralt på torget, som kan startas och då utgöra ett vattenelement med härligt porlande ljud av vatten som sprids ut över torgytan i samklang med ljudet av bambun. I anslutning till torget kan örtspiralen ställas efter tycke där brukarna eller personalen kan hämta egna färska örter och olika kryddor vid aktiviteter som bakning och matlagning. Vi väljer även att ställa ett insektshotell och sätta upp en fågelholk i närheten till torget och alla sittplatser, så att brukarna kan sitta och studera de olika djuren och insekterna som väljer innergården som sin boplats.



# Inspiration "Torget"



Bild 11



Bild 13



Bild 15



Bild 16



Bild 17



Bild 12

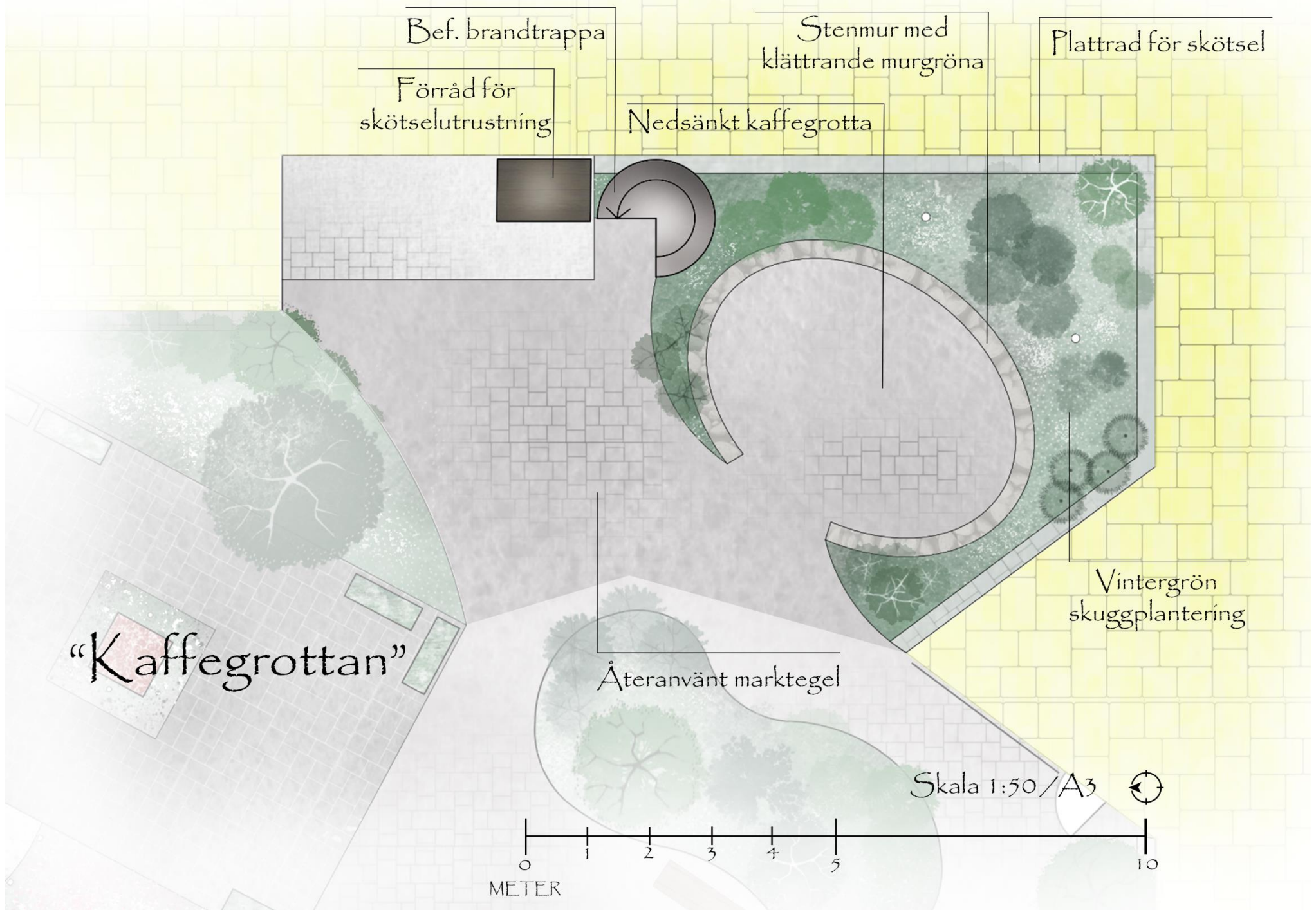


Bild 14



Bild 18







#### 4.43 ”Kaffegrottan”

I den lite mer skuggiga, lummiga delen av innergården sänker vi ner fikaplatsen en bit och skapar en så kallad kaffegrotta, en plats du kan fika på även vid blåsiga dagar då kaffegrottans väggar skapar lä för vinden. Under de varmaste soligaste dagarna blir kaffegrottan dessutom en sval skuggig plats att kunna vistas på. Kaffegrottan är en kallmur av fältsten, där murgröna sedan får klä in väggarna för ett grönare intryck sittandes på fikaplatsen. Den omkringliggande högre omgivningen är planterad med skuggtåliga växter, många även vinter- eller städsegröna (Se: Växtbilaga Värpinge områden ”Kaffegrottan”). Vintergröna eller städsegröna växter vi valt i området är en mix av kryptuja, ädelcypress, hybrididegran och buxbom. Ormhassel har valts främst för dess vintervärden med sina snurrade säregna grenar, och en del

blommande skuggperenner har även fått sin plats. Julrosen blommar vackert över hela vintern, och höstcyclamen blommar långt in på hösten, så även i detta område kommer det finnas värden över hela året. Den befintliga markstenen läggs om med en lätt och jämn lutning nere i kaffegrottan för att brukarna ska kunna rulla upp och ner till fikaplatsen utan avbrott och snubbelkanter. Vid kaffegrottans öppning lutar markmaterialen 5% den första metern vilket skapar en höjdskillnad på 5 cm. Lutningen fyller kraven för tillgänglighetsanpassningen på innergården och skapar en illusion av den klassiska nedsänkta kaffegrottan, trots den oansenliga höjdskillnaden. Även här har vi flyttbara caféset för att brukare, personal och besökare själva efter tycke och behov ska kunna flytta runt utrustningen över området. Större utrustning som förråd och dynboxar har valts i trämaterial för att mjuka upp området som annars har mycket enhetlig grå marksten som material.

# Inspiration "Kaffegrottan"



Bild 19



Bild 22

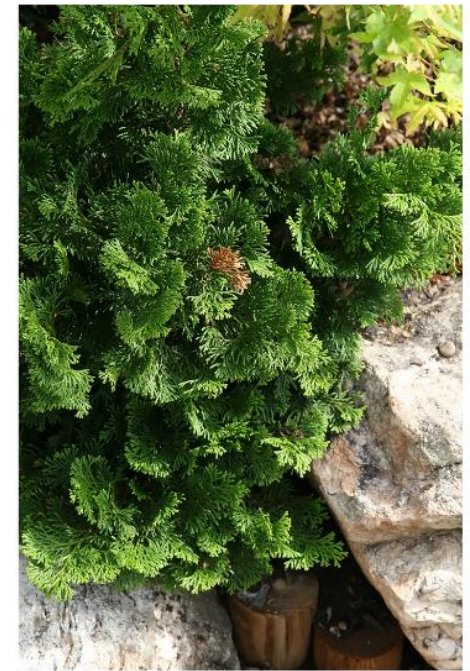


Bild 26



Bild 20



Bild 21



Bild 23



Bild 24



Bild 25



Bild 27



# "Boulebanan"

Anknytande gångar i  
rullbart grus likt  
boulebanan

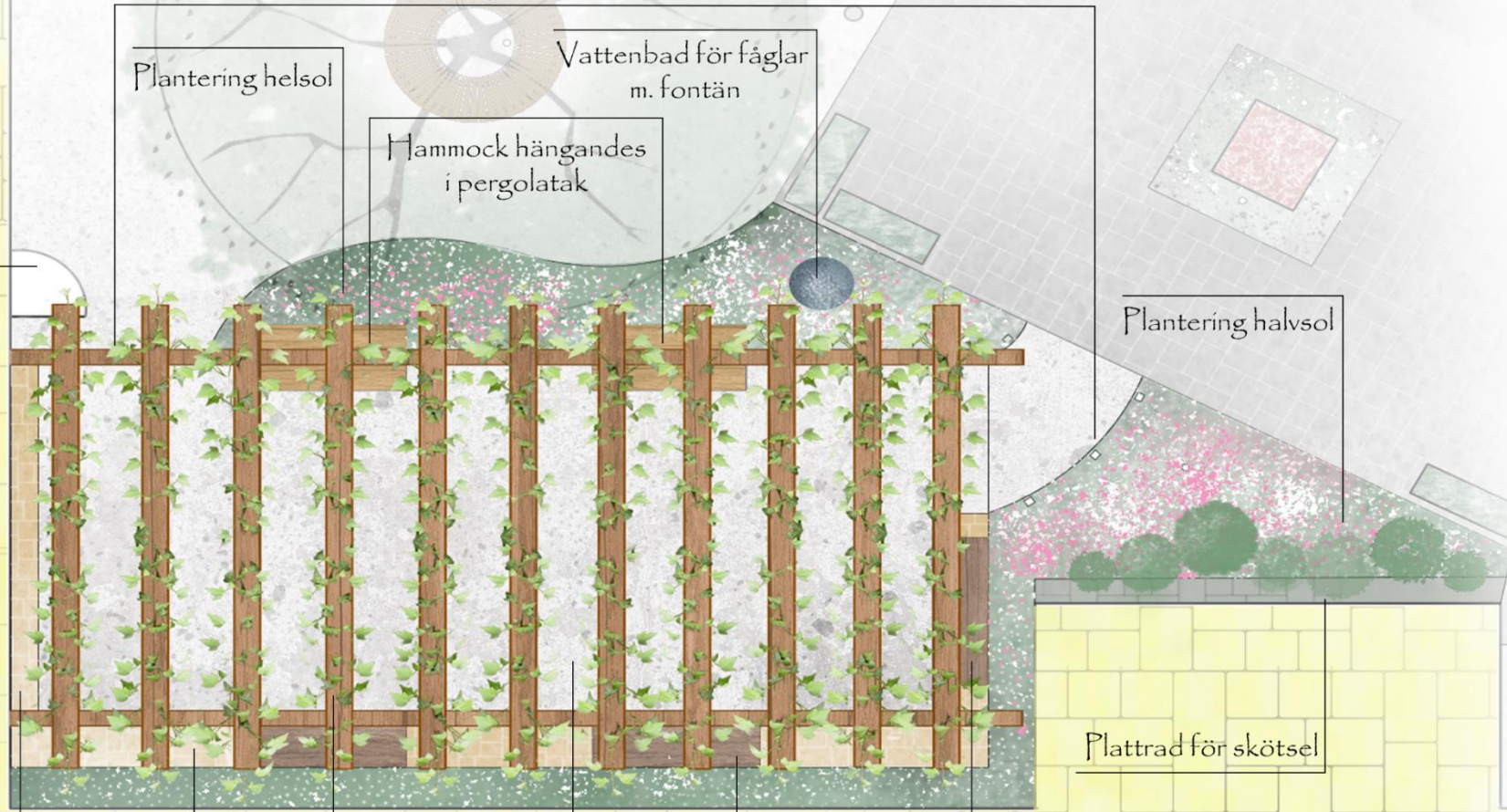
Plantering helsol

Vattenbad för fåglar  
m. fontän

Hammock hängandes  
i pergolatak

Entré

Plantering halvsol



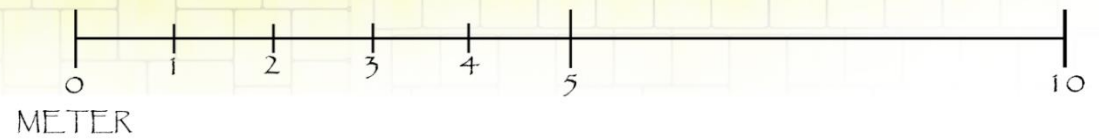
Mur i tegel

Pergola i trä m.  
klättrväxter

Boulebana

Sittplatser i trä

Plattrad för skötsel



#### 4.44 ”Boulebanan”

Boulebanan är vårt mer aktiva område, där brukare, personal och besökare ska kunna umgås och utföra aktiviteter, som att spela boule, eller använda ytan till någon annan valfri aktivitet eller tillställning. Banan är inramad till stor del med en lägre mur i matchande gult tegel till äldreboendets byggnader, som är murad i en sittvänlig höjd. Ovanpå muren har vi valt att placera ut träbänkar vilka är fastsatta i muren, och som även har rygg- och armstöd för bättre tillgänglighet för brukarna. En träpergola med tygtak blir områdets solskydd, där vildvin och blåregn ska klä in träribborna och där tygtaket därefter kan avlägsnas när växtligheten skuggar. På motsatt sida till muren med sittplatser har två hammockar i trä hängts upp i pergolataket, där åskådare till boulespelandet kan gunga under tiden, eller använda som viloplats när banan inte används. Boulebanans grus angränsas till bärträdgårdens grusyta, och även gångstigen från torgytan till banan är av grus för att minimera snubbelkanter som kan uppstå vid materialförändringar.

Bakom muren planteras stefanandra som marktäckande buske med tanken att mjuka upp och få in grönska bland allt tegel från både mur och byggnad. I detta område har vi delat upp de två större planteringarna i en med växter som trivs i full sol (Se: Växtbilaga Värpinge områden ”Boulebana helsol”), och en med halvsol till sol (Se: Växtbilaga Värpinge områden ”Boulebana halvsol”). I planteringen med full sol mixas växter som tåler en del torra, är rikligt blommande och har massor av olika härliga färger som lockar mängder av pollinatörer. I denna plantering står även ett härligt vattenbad i corten där fåglar och insekter kan dricka ur, fåglar kan bada i det, och det kan även bli en fontän om man önskar. Även insektshotellet står i närhet av planteringen och vattenbadet för en optimal bo- och levnadsplats för insekterna. Halvsolplanteringen har en japansk körsbärskornell som blommar i överflöd redan i mars, därefter avlöser blommande vårlökar, buskar och perenner varandra till långt in på hösten. Även i dessa planteringar har alla växterna starka och mixade färger, olika strukturer på blad och blommor när man rör vid dem, och dofter för att optimera användningen av sinnena vid utevistelsen.





Bild 28



Bild 32



Bild 34



Bild 35



Bild 36



Bild 29



Bild 30

# Inspiration "Boulebanan"



Bild 37



Bild 38



Bild 31



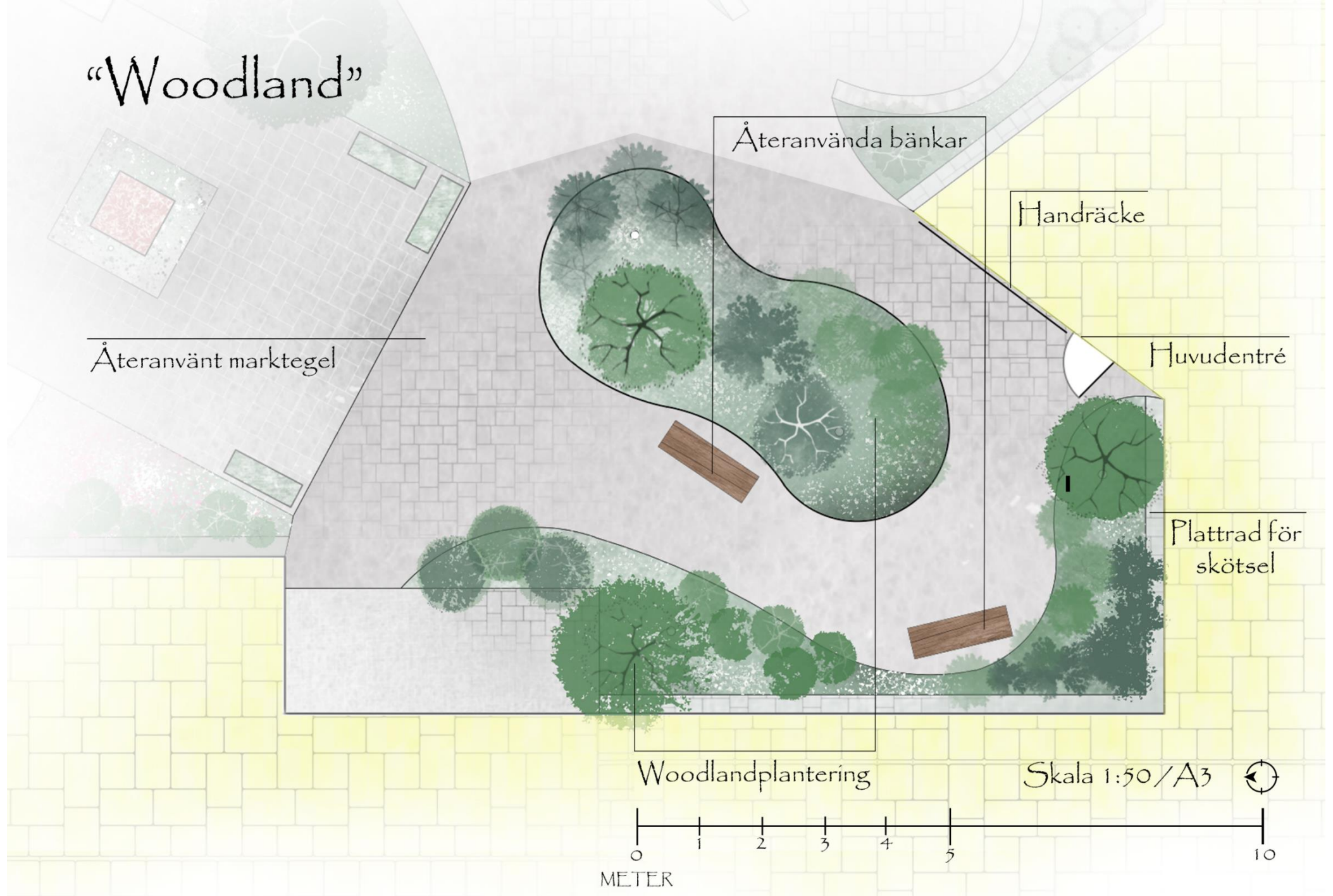
Bild 33



Bild 39



# “Woodland”



#### 4.45 ”Woodland”

Även denna del av innergården ligger i skugga, och därför har vi valt att göra det till ett woodlandområde. Skuggan och den svalare fuktigare luften ger rätt känsla i anläggandet av ett woodlandområde i samband med växtlighet som trivs i dessa förhållanden (Se: Växtbilaga Värpinge områden ”Woodland”). Växterna är absolut viktigast i ett woodland, och typiska woodlandväxter har valts som funkia, hasselört och strutbräken vilka är frodiga och grönskande perenner med mycket bladmassa som skapar en dov skogskänsla. Många woodlandväxter blommar även trots bristen på sol, vilket vi uppskattar och såklart vill ta med i vår planering av detta område. Dock är placeringen av växterna väldigt viktig i detta område, då växterna som blommar gärna har det så ljust som möjligt på platsen även om de trivs på en skuggig plast, därför placeras buskpion, vidjehortensia och de andra perennerna med lite större blomning en bit från byggnadsväggen där skuggan är djupast. Woodlandets växter har olika höjder, strukturer och färgdjup i bladen, där bladens nervatur och gröna

toner samspelar i olika skikt, och vid vistelsen på platsen används många av sinnen genom beröring, studering och doftande av växterna. De flesta växterna har en vit blomning, vilket skapar en häftig kontrast till de djupt gröna tonerna på bladverken. Främst vid skymning då de vita blommorna, eller inslagen av vitt i bladverken nästan lyser mot den mörka bakgrunden av blad, är detta område som mest tilltalande. De utplacerade pollarna i woodlandet skapar även ett härligt kvällsljus precis efter skymningen, vilket förlänger den perioden under kvällen när planterings vita blomning lyser upp, vid utsikt inifrån. De två befintliga träbänkarna var i gott skick och placeras tillbaka ut i området efter renovering, med lagom avstånd till entrén och anknytande områden som pausplatser vid förflyttning. Bänkarna placeras även ut i nära anslutning till planteringarna för hjälp till brukare, personal eller besökare att kunna sitta nära växterna för optimal kontakt med naturinslagen. Även det befintliga handräcket är välplacerat för hjälp att ta sig ut i innergården och kommer användas igen, tillsammans med omläggningen av den befintliga markstenen som sträcker sig över flera av områdena.



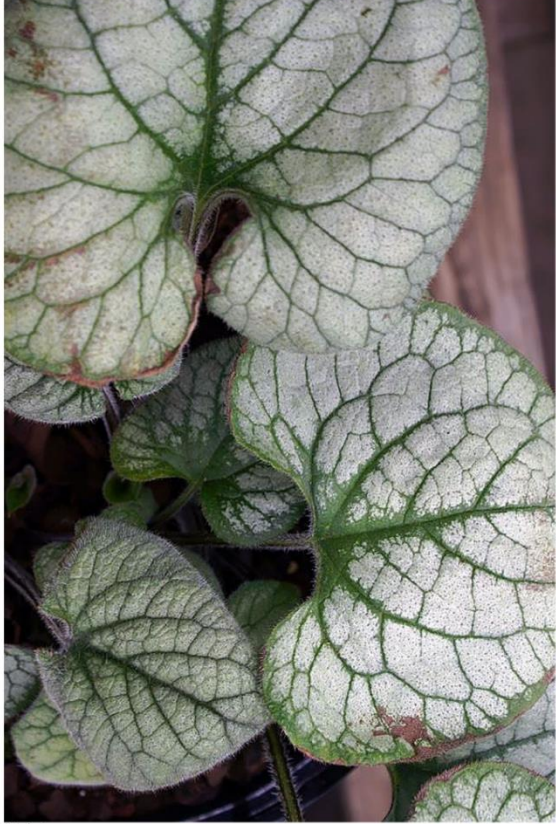


Bild 40



Bild 43



Bild 44

# Inspiration "Woodland"



Bild 46



Bild 41



Bild 45



Bild 47



Bild 42



Bild 48



## 5 Diskussion

Vid påbörjandet av vårt självständiga arbete var vi båda två överens om att vi gärna ville utforma ett gestaltungsförslag eftersom vi är intresserade av den kreativa processen i utformningen av en utemiljö. Vi jobbar gärna med att anpassa färg, form, material- och växtval efter en plats, och när Värpinge äldreboende kom med förfrågan om en omgestaltning till deras innergård så blev vi inspirerade att välja deras innergård till vårt arbete direkt. Speciellt utmaningen med att platsen ska behovsanpassas till de äldre på boendet kändes spännande att studera. Fokus låg på att hitta de funktioner och aspekter som krävs för att innergården ska vara användbar för brukarna.

När vi undersökte vilka funktioner och aspekter som krävs för att utforma en utemiljö för äldre på boenden så insåg vi att dessa var svåra att generalisera. Att omgestalta en specifik utformning till alla äldreboenden kommer inte ge samma hälsogynnande effekter för alla. Det finns olika typer av boenden indelat efter nivån på den allmänna hälsan hos brukarna, vilket kopplar till hur hög grad av assistans som krävs. Odling och terapeutiskt trädgårdsarbete är enligt aktuell forskning och teorier till stor hjälp

i förbättringen av välmåendet hos äldre eftersom det skapar en restorativ miljö. Med hjälp av denna forskning gjordes en första skiss över innergården. Efter besök och enkätanalys på Värpinge äldreboende som har många rörlighetsbegränsade boenden, fann vi intresset av att sköta en större växt- och grönsaksodling i klassiska odlingsbäddar som lågt. Vid begränsad rörelseförmåga är denna typ av trädgårdsarbete i marknivå mer en utmaning än hälsogynnande, därför fick vi ändra vårt första förslag som innehöll ett stort odlingsområde. Många rörelsebegränsade brukare kräver en upphöjd odlings- och skötselposition för att både kunna utföra och få ut någon form av hälsogynnande effekt ur arbetet, oavsett om det är från en rullstol, sittplats eller stående position. Efter platsbesök på Postiljonen som hade anpassat sina odlingsinslag till en upphöjd position, inspirerades vi till att använda upphöjda planteringslådor av olika slag även på innergården i Värpinge. Men fortfarande i mindre antal än vad vi tänkt från början baserat på den information vi samlat om äldreboendet.

Före designprocessens start så hade vi en föreställning om att gestaltning av utemiljö för äldre är sparsmakad. Vi var engagerade

och ville gärna gestalta ett väldigt vackert, intressant och stimulerande utemiljö men förväntade oss samtidigt att utformningen eventuellt skulle behöva bli lite ”tråkig” eftersom vi troligtvis behövde anpassa oss till många behov. Vid begränsningar i markmaterial, höjder och att brukarna till största del skulle komma att använda innergården till vila, så uppkom först känslan av att gestaltningen endast skulle innehålla en mängd möblemang uppställda i alla områdena. Efter att ha läst litteratur, pratat med personal och fått enkätsvar från brukarna så förändrades synen på platsen. Specifika markmaterial, utrustningar och utformningar för brukarnas tillgänglighet krävdes såklart, men var endast en liten del när vi blev medvetna om gestaltning just för äldre. Vi ville gärna gestalta innergården så att den trots anpassningarna även är estetiskt tilltalande och stimulerande för brukarna, vilket vi efterhand som litteraturstudien pågick verkligen insåg att vi kunde. När vi studerade forskningen över hur sinnena aktiveras i naturen, vilka positiva reaktioner naturen kan ge och hur stark kontakt man kan skapa med sin utemiljö, så öppnade kunskapen upp för en kreativ designprocess. Med den nya kunskapen om de olika elementens påverkan i omgestaltningen så kunde vi med nyfunnen kreativitet komponera växter, materialval, utrustning, vattenelement och planera boplatser som lockade djur till innergården. Det är först när man sätter sig in i önskemålen, behoven och förstår elementen som krävs för någon annans

välstånd som rätt utformning kan gestaltas, då inspirationen till stor del skapas av kunskap.

Enkäten kändes extra viktig att göra trots att vi hade känslan av att inte så många skulle besvara den med tanke på att brukarna på detta boende har en försämrad hälsa. Vi ville ändå ge brukare som hade ett intresse av sin innergård chansen att få ge sina önskemål och på det viset känna sig delaktiga genom enkäten. De brukarna som medverkade i enkäten önskade mycket vårblommor och perenner som en viktig del i omgestaltningen. Vilket vi i den nya utformningen även lade stor vikt vid eftersom vi vill främja just den kontakten och minnena de boendena har med specifika växter.

En utmaning vi mötte i litteraturstudien var att finna just studier och forskning kring förbättring av den allmänna hälsan som huvudfokus gällande äldre, då många studier är gjorda endast på äldre som lider av demens. Det är viktigt att även studera hur äldre som inte är sjuka i demenssjukdomar mår rent allmänt, både psykiskt och fysiskt, och hur man med små medel kan förbättra vardagshälsan genom att använda närmiljön utomhus. Psykisk hälsa och ohälsa uppfattas i stort som ett svårstuderat ämne då det är individuellt och handlar mycket om personlig uppfattning. Även om äldre påverkas av den psykiska hälsan i större utsträckning av den kroppsliga hälsan då mycket sjukdomar, smärta och exempelvis

försämrad rörlighet, syn och hörsel ger en mer frekvent negativ inverkan på allmänna hälsan och inställningen till livet och vardagen. Vi blev därför inspirerade till att studera andras teorier, studier och forskning kring vad som främjar äldres allmänna hälsa och välmående i utevistelsen till vardags. Avsikten med detta arbete var att lyfta fram den allmänna hälsan i stället för demens, vilket är vanligare att forska på men färre äldre lider av, än alla de äldre som lider av allmänt försämrad hälsa. Forskning kring hur välmåendet för de äldres allmänna fysiska och psykiska hälsa kan främjas genom utevistelse, och att lära sig hur man kan använda sig av naturen i sin närhet som restorativ miljö, bör göras i större omfattning.

En uppfattning vi fått genom lärare, föreläsare och arbetande i branschen under utbildningen är att de kommunala och allmänna utemiljöerna eller grönområdena ses främst som ett skötselobjekt med en prislapp, vilket ska vara så enkelt, billigt och tidseffektivt som möjligt att ta hand om. Denna utemiljö eller grönområdet kan vara det enda boenden ser och använder sig av i resten av sitt liv, då orken och rörelsebegränsningen gör brukaren inkapabel att ta sig längre bort än just närmiljön. Om denna närmiljö då kan vara hjälp till brukarens återhämtning under smärta och sjukdom, eller kan ge någon slags positiv reaktion eller kontakt till naturen, hur kan inte denna närmiljö vara viktigare än att prissättas som ett skötselobjekt ännu?

## 6 Referenser

- Arnberger, A., Allex, B., Eder, R., Ebenberger, M., Wanka, A., Kolland, F., Wallner, P. & Hutter, H.-P. (2017). Elderly resident's uses of and preferences for urban green spaces during heat periods. *Urban Forestry & Urban Greening*, 21, 102–115. <https://doi.org/10.1016/j.ufug.2016.11.012>
- Artmann, M., Chen, X., Iojă, C., Hof, A., Onose, D., Poniży, L., Lamovšek, A.Z. & Breuste, J. (2017). The role of urban green spaces in care facilities for elderly people across European cities. *Urban Forestry & Urban Greening*, 27, 203–213. <https://doi.org/10.1016/j.ufug.2017.08.007>
- Bengtsson, A. (2003). *Utemiljöns betydelse för äldre och funktionshindrade*. Stockholm: Statens folkhälsoinstitut.
- Bengtsson, A. (2015). *From Experiences of the Outdoors to the Design of Healthcare Environments*. (2015:66). Alnarp: Swedish University of Agricultural Sciences.
- Bengtsson, A. & Carlsson, G. (2006). Outdoor Environments at Three Nursing Homes. *Journal of Housing For the Elderly*, 19 (3–4), 49–69. [https://doi.org/10.1300/J081v19n03\\_04](https://doi.org/10.1300/J081v19n03_04)
- Bengtsson, A. & Carlsson, G. (2013). Outdoor environments at three nursing homes-qualitative interviews with residents and next of kin. *Urban Forestry & Urban Greening*, 12 (3), 393–400. <https://doi.org/10.1016/j.ufug.2013.03.008>
- Bengtsson, A., Oher, N., Åshage, A., Lavesson, L. & Grahn, P. (2018). *Evidensbaserad design av utemiljö i vårdammanhang*. (2018:7). Alnarp: Sveriges lantbruksuniversitet. [https://pub.epsilon.slu.se/15686/11/bengtsson\\_a\\_et\\_al\\_181008.pdf](https://pub.epsilon.slu.se/15686/11/bengtsson_a_et_al_181008.pdf)
- Browning, M.H.E.M., Lee, K. & Wolf, K.L. (2019). Tree cover shows an inverse relationship with depressive symptoms in elderly residents living in U.S. nursing homes. *Urban Forestry & Urban Greening*, 41, 23–32. <https://doi.org/10.1016/j.ufug.2019.03.002>
- Chen, T.Y. & Janke, M. (2012b). Gardening as a Potential Activity to Reduce Falls in Older Adults. *Journal of aging and physical activity*, 20, 15–31. <https://doi.org/10.1123/japa.20.1.15>
- Dahlkvist, E., Hartig, T., Nilsson, A., Högberg, H., Skovdahl, K. & Engström, M. (2016). Garden greenery and the health of older people in residential care facilities: a multi-level cross-sectional study. *Journal of Advanced Nursing*, 72 (9), 2065–2076. <https://doi.org/10.1111/jan.12968>
- Finlay, J., Franke, T., McKay, H. & Sims-Gould, J. (2015b). Therapeutic landscapes and wellbeing in later life: Impacts of blue and green spaces for older adults. *Health & Place*, 34, 97–106. <https://doi.org/10.1016/j.healthplace.2015.05.001>
- Freeman, C., Waters, D.L., Buttery, Y. & van Heezik, Y. (2019b). The impacts of ageing on connection to nature: the varied responses of older adults. *Health & Place*, 56, 24–33. <https://doi.org/10.1016/j.healthplace.2019.01.010>
- Gagliardi, C. & Piccinini, F. (2019). The use of nature – based activities for the well-being of older people: An integrative literature review. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 83, 315–327. <https://doi.org/10.1016/j.archger.2019.05.012>
- Kemperman, A. & Timmermans, H. (2014). Green spaces in the direct living environment and social contacts of the aging population. *Landscape and Urban Planning*, 129, 44–54. <https://doi.org/10.1016/j.landurbplan.2014.05.003>

- Lane, M. (2018). Accessible garden ideas – Mark Lane on gardens everyone can enjoy. *The Middle-Sized Garden Blog*. <https://www.themiddlesizedgarden.co.uk/accessible-garden-ideas-how-to-make-a-garden-everyone-can-enjoy/> [2023-03-15]
- Musselwhite, C. (2018). The importance of a room with a view for older people with limited mobility. *Quality in Ageing and Older Adults*, 19. <https://doi.org/10.1108/QAOA-01-2018-0003>
- Oudin Åström, D., Bertil, F. & Joacim, R. (2011). Heat wave impact on morbidity and mortality in the elderly population: A review of recent studies. *Maturitas*, 69 (2), 99–105. <https://doi.org/10.1016/j.maturitas.2011.03.008>
- Park, S.-A., Shoemaker, C.A. & Haub, M.D. (2009). Physical and Psychological Health Conditions of Older Adults Classified as Gardeners or Nongardeners. *HortScience horts*, 44 (1), 206–210. <https://doi.org/10.21273/HORTSCI.44.1.206>
- Raske, M. (2010). Nursing Home Quality of Life: Study of an Enabling Garden. *Journal of Gerontological Social Work*, 53 (4), 336–351. <https://doi.org/10.1080/01634371003741482>
- Sugiyama, T., Carver, A., Sugiyama, M., Lorenzon, A. & Davison, T.E. (2022). Views of Greenery and Psychological Well-Being in Residential Aged Care Facilities: Longitudinal Associations. *HERD: Health Environments Research & Design Journal*, 15 (2), 219–232. <https://doi.org/10.1177/19375867211059757>
- Tsunetsugu, Y., Lee, J., Park, B.-J., Tyrväinen, L., Kagawa, T. & Miyazaki, Y. (2013). Physiological and psychological effects of viewing urban forest landscapes assessed by multiple measurements. *Landscape and Urban Planning*, 113, 90–93. <https://doi.org/10.1016/j.landurbplan.2013.01.014>
- Ulrich, R.S. (1984). View through a Window May Influence Recovery from Surgery. *Science*, 224 (4647), 420–421
- WHO (2023). Health and Well-being. <https://www.who.int/data/gho/data/major-themes/health-and-well-being> [2023-05-07]
- Yao, Y.-F. & Chen, K.-M. (2017). Effects of horticulture therapy on nursing home older adults in southern Taiwan. *Quality of Life Research*, 26 (4), 1007–1014. <https://doi.org/10.1007/s11136-016-1425-0>

## Bilder

- Bild 1: Wikipedia commons [online] By Krzysztof Ziarnik, Kenraiz – Own work, CC-BY-SA-4.0,  
Tillgänglig:[https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Filipendula\\_ulmaria\\_kz04.jpg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Filipendula_ulmaria_kz04.jpg) [2023-05-02]
- Bild 2: Med tillstånd av g9.se [Online] Tillgänglig:<https://g9.se/products/urb-a-papperskorg/> [2023-03-02]
- Bild 3: Wikipedia commons [online] By Krzysztof Ziarnik, Kenraiz – Own work, CC-BY-SA-2.0,  
Tillgänglig:[https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Prunus\\_avium\\_%27Plena%27,\\_off\\_Oakwood\\_Drive\\_-\\_geograph.org.uk\\_-\\_1809093.jpg#/media/File:Prunus\\_avium\\_'Plena',\\_off\\_Oakwood\\_Drive\\_-\\_geograph.org.uk\\_-\\_1809093.jpg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Prunus_avium_%27Plena%27,_off_Oakwood_Drive_-_geograph.org.uk_-_1809093.jpg#/media/File:Prunus_avium_'Plena',_off_Oakwood_Drive_-_geograph.org.uk_-_1809093.jpg) [2023-04-27]
- Bild 4: Med tillstånd av Direktimport.se [Online] Tillgänglig:  
[Caféset Grått/Artwood+ 2 stolar \(direktimport.se\)](https://www.direktimport.se/cafeset-gratt-artwood-2-stolar) [2023-03-02]
- Bild 5: Wikipedia commons [online] By Agnieszka Kwiecień, Nova – Own work, CC-BY-SA-4.0,  
Tillgänglig: [https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Philadelphus\\_%C3%97\\_lemoinei.jpg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Philadelphus_%C3%97_lemoinei.jpg) [2023-04-27]
- Bild 6: Wikipedia commons [online] By Agnieszka Kwiecień, Nova – Own work, CC-BY-SA-4.0,  
Tillgänglig:[https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Aquilegia\\_%27Nora\\_Barlow%27\\_Orlik\\_miesz%C5%84cowy\\_2010-05-29\\_02.jpg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Aquilegia_%27Nora_Barlow%27_Orlik_miesz%C5%84cowy_2010-05-29_02.jpg)[2023-04-27]
- Bild 7: Wikipedia commons [online] By T. Kiya – Rose Constance Spry バラ コンスタンス スプライ, CC-BY-SA-2.0,  
Tillgänglig: [https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Rosa\\_%27Mme.\\_Boll%27\\_kz03.jpg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Rosa_%27Mme._Boll%27_kz03.jpg) [2023-04-27]
- Bild 8: Med tillstånd av Stayhome.se [Online] Tillgänglig:[https://www.stayhome.se/odlingskrage-rost-rund-95cm.html?gclid=CjwKCAjwg-GjBhBnEiwAMUvNWyH5ZeBqjckCCrGWvZL5HcYcqBtL99DjaB\\_9creJ0J2vr0HMJnWiwBoCtb8QAvD\\_BwE](https://www.stayhome.se/odlingskrage-rost-rund-95cm.html?gclid=CjwKCAjwg-GjBhBnEiwAMUvNWyH5ZeBqjckCCrGWvZL5HcYcqBtL99DjaB_9creJ0J2vr0HMJnWiwBoCtb8QAvD_BwE) [2023-03-02]
- Bild 9: Med tillstånd av Nola.se [Online] Tillgänglig: <https://nola.se/produkter/orm/> [2023-03-02]
- Bild 10: Med tillstånd av g9.se [Online] Tillgänglig: <https://g9.se/products/ka-pro/> [2023-05-03]
- Bild 11: Wikipedia commons [online] By Filostachys - Own work, CC-BY-SA-4.0,  
Tillgänglig:[https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Phyllostachys\\_bissetii\\_Polska\\_2015.jpg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Phyllostachys_bissetii_Polska_2015.jpg) [2023-04-27]
- Bild 12: Wikipedia commons [online] By High Contrast - Self-photographed, CC-BY-3.0-DE,  
Tillgänglig: [https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Insect\\_hotel,\\_Tittling.jpg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Insect_hotel,_Tittling.jpg) [2023-05-02]



- Bild 13: Med tillstånd av Landhave.dk [Online] Tillgänglig:<https://www.landhave.dk/produkt/aflange-hoejbede-paa-hjul/> [2023-03-02]
- Bild 14: Med tillstånd av Vidaxl.se [Online] Tillgänglig: [https://www.vidaxl.se/e/vidaxl-dubbelt-parasoll-med-stalstang-svart-600-cm/8720286115442.html?utm\\_source=vidaxl\\_pinterest&utm\\_medium=social\\_media](https://www.vidaxl.se/e/vidaxl-dubbelt-parasoll-med-stalstang-svart-600-cm/8720286115442.html?utm_source=vidaxl_pinterest&utm_medium=social_media) [2023-03-02]
- Bild 15: Wikipedia commons [online] By David J. Stang - Source: David Stang. First published at ZipcodeZoo.com, CC-BY-SA-4.0, Tillgänglig: [https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Geranium\\_x\\_cantabrigiense\\_Biokovo\\_Karmina\\_Ozz.jpg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Geranium_x_cantabrigiense_Biokovo_Karmina_Ozz.jpg) [2023-04-27]
- Bild 16: Med tillstånd av Lamemesteren.se [Online] Tillgänglig: [https://www.lampemesteren.se/bysted-garden-long-led-2700k-mankere-corten-louis-poulsen.aspx?gclid=Cj0KCQiAorKfBhC0ARIsAHDzsltJCzstQPojxjkyMUlcYV28bjYSD-YWpHP58Ghz9cX-0R\\_6lLloqRUaAmyqEALw\\_wcB](https://www.lampemesteren.se/bysted-garden-long-led-2700k-mankere-corten-louis-poulsen.aspx?gclid=Cj0KCQiAorKfBhC0ARIsAHDzsltJCzstQPojxjkyMUlcYV28bjYSD-YWpHP58Ghz9cX-0R_6lLloqRUaAmyqEALw_wcB) [2023-03-02]
- Bild 17: Wikipedia commons [online] By High contrast – Self-photographed, CC-BY-3.0-DE, Tillgänglig: [https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Insect\\_hotel,\\_Tittling.jpg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Insect_hotel,_Tittling.jpg) [2023-03-02]
- Bild 18: Med tillstånd av Formboss.com.au [Online] Tillgänglig: <https://www.formboss.com.au/three-tiered-planters/> [2023-03-02]
- Bild 19: Wikipedia commons [online] By Krzysztof Ziarnik, Kenraiz – Own work, CC-BY-SA-4.0, Tillgänglig: [https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Corylus\\_avellana\\_%27Contorta%27\\_kz03.jpg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Corylus_avellana_%27Contorta%27_kz03.jpg) [2023-04-27]
- Bild 20: Med tillstånd av Hultens.se [Online] Tillgänglig: [https://www.hultens.se/cinas-classicdynboxteak?gclid=CjwKCAjw5pShBhB\\_EiwAvmnNV7cCG1CVHX6OOEvlvKkIN0sSq6cxPYIITdfIZFLZgQODNXQmwSx4XxoCsnsQ\\_AvD\\_BwE](https://www.hultens.se/cinas-classicdynboxteak?gclid=CjwKCAjw5pShBhB_EiwAvmnNV7cCG1CVHX6OOEvlvKkIN0sSq6cxPYIITdfIZFLZgQODNXQmwSx4XxoCsnsQ_AvD_BwE) [2023-03-02]
- Bild 21: Wikipedia commons [online] By David J. Stang - Source: David Stang. First published at ZipcodeZoo.com, CC-BY-SA-4.0, Tillgänglig: [https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Filipendula\\_ulmaria\\_Variegata\\_Ozz.jpg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Filipendula_ulmaria_Variegata_Ozz.jpg) [2023-04-27]
- Bild 22: Med tillstånd av Systrarna Lindskogs trädgård och design [Online] Tillgänglig: <https://www.facebook.com/hashtag/kaffegrotta/> [2023-03-02]
- Bild 23: Wikipedia commons [online] By Salicyna – Own work, CC-BY-SA-4.0, Tillgänglig: [https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Chamaecyparis\\_pisifera\\_Nana\\_Aureovariegata\\_2018-07-08\\_3738.jpg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Chamaecyparis_pisifera_Nana_Aureovariegata_2018-07-08_3738.jpg) [2023-04-27]
- Bild 24: Wikipedia commons [online] By Bob Harvey - Geograph Britain and Ireland, CC-BY-SA-2.0, Tillgänglig: [https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Garden\\_Shed\\_-\\_geograph.org.uk\\_-\\_4635540.jpg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Garden_Shed_-_geograph.org.uk_-_4635540.jpg) [2023-04-27]

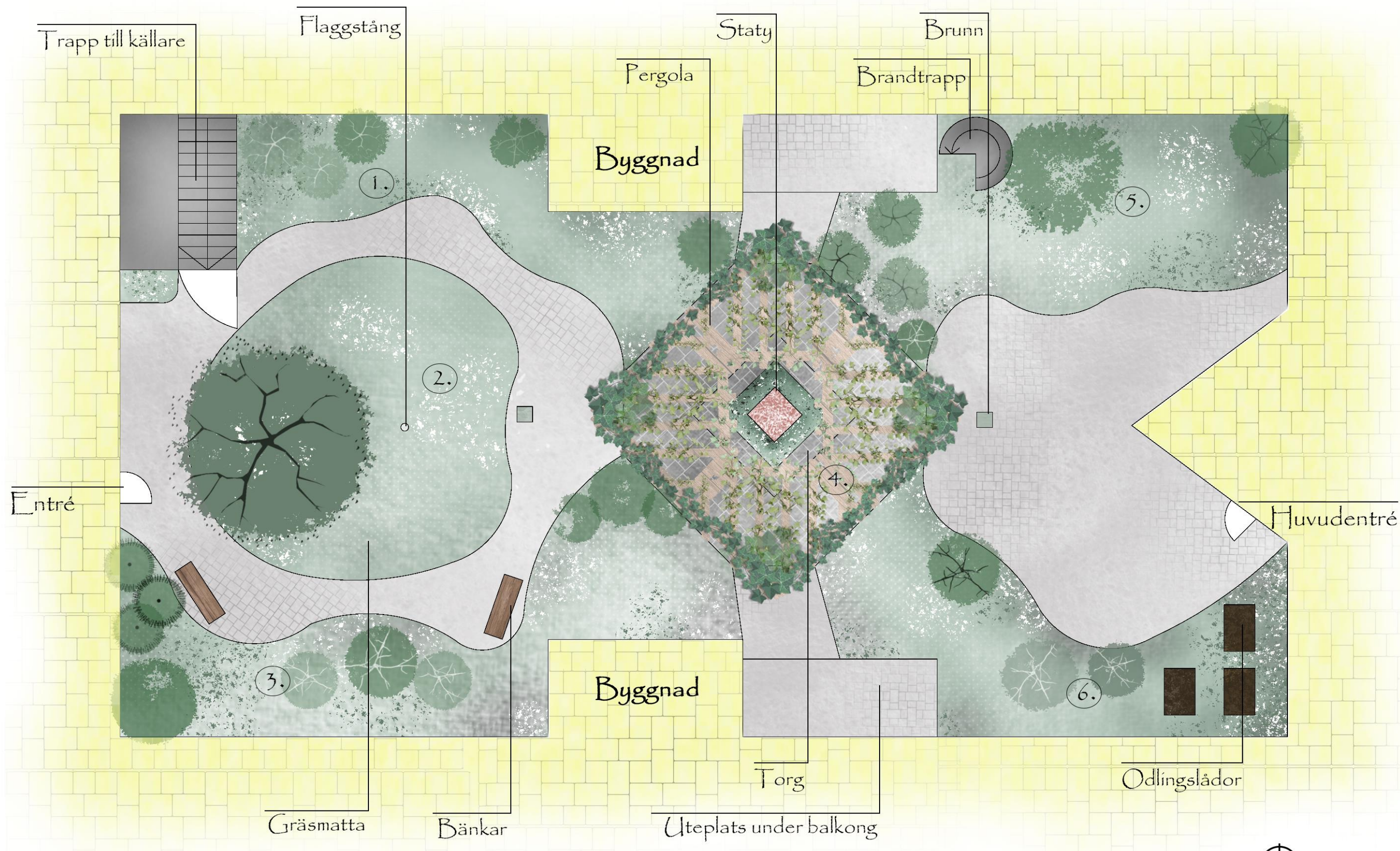
- Bild 25: Wikipedia commons [online] By H. Zell - Own work, CC-BY-SA-3.0, Tillgänglig  
[https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Epimedium\\_x\\_rubrum\\_2013-05-10.jpg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Epimedium_x_rubrum_2013-05-10.jpg) [2023-05-01]
- Bild 26: Wikipedia commons [online] By Peter Coxhead – Own work, CC-BY-SA-4.0, Tillgänglig:  
[https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Chamaecyparis\\_obtusa\\_Nana\\_Gracilis\\_10zz.jpg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Chamaecyparis_obtusa_Nana_Gracilis_10zz.jpg) [2023-04-27]
- Bild 27: Wikipedia commons [online] By Krzysztof Ziarnik, Kenraiz – Own work, CC-BY-SA-4.0,  
Tillgänglig: [https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Actaea\\_cordifolia\\_kz01.jpg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Actaea_cordifolia_kz01.jpg) [2023-04-27]
- Bild 28: Wikipedia commons [online] By Ghislain118 - Own work, CC-BY-SA-3.0,2.5,2.0,1.0,  
Tillgänglig: [https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Geranium\\_renardii\\_2.JPG](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Geranium_renardii_2.JPG) [2023-05-01]
- Bild 29: Wikipedia commons [online] By Dominicus Johannes Bergsma - Own work, CC-BY-SA-4.0,  
Tillgänglig: [https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Vrouwenmantel\\_\(Alchemilla\\_mollis\)\\_d.j.b\\_02.jpg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Vrouwenmantel_(Alchemilla_mollis)_d.j.b_02.jpg) [2023-04-27]
- Bild 30: Med tillstånd av Gardenstore.se [Online] Tillgänglig: <https://www.gardenstore.se/utomhuslampa-in-lite-ace-corten-brun-12v> [2023-03-02]
- Bild 31: Med tillstånd av Smekabcitylife.se [Online] Tillgänglig: <https://www.smekabcitylife.se/produkter/mobler/parkmobler/port/>
- Bild 32: Med tillstånd av Bygghemma.se [Online] Tillgänglig: [https://www.bygghemma.se/tradgard-och-utemiljo/hus-och-fritidshus/ pergola/ pergola-gop-florida/p-919910-919915?gclid=CjwKCAjw5pShBhB\\_EiwAvmnNV1RJYcmY\\_quyYs6utDrjRnx5QA-CBHVArBUfGK4WgN3aSphC75ySkxoCLF0QAvD\\_BwE](https://www.bygghemma.se/tradgard-och-utemiljo/hus-och-fritidshus/ pergola/ pergola-gop-florida/p-919910-919915?gclid=CjwKCAjw5pShBhB_EiwAvmnNV1RJYcmY_quyYs6utDrjRnx5QA-CBHVArBUfGK4WgN3aSphC75ySkxoCLF0QAvD_BwE)
- Bild 33: Wikipedia commons [online] By Peter Chadzidocev- Own work, CC-BY-SA-4.0,  
Tillgänglig: [https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Wisteria\\_sinensis\\_BG.jpg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Wisteria_sinensis_BG.jpg) [2023-04-27]
- Bild 34: Wikipedia commons [online] By R. A. Nonenmacher - Own work, CC-BY-SA-4.0,  
Tillgänglig: [https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Parthenocissus\\_quinquefolia\\_7818.jpg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Parthenocissus_quinquefolia_7818.jpg): [2023-04-27]
- Bild 35: Wikipedia commons [online] By Krzysztof Ziarnik, Kenraiz - Own work, CC-BY-SA-4.0,  
Tillgänglig: [https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Stephanandra\\_incisa\\_Crispa\\_kz1.jpg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Stephanandra_incisa_Crispa_kz1.jpg) [2023-04-27]
- Bild 36: Wikipedia commons [online] By H. Zell - Own work, CC-BY-SA-3.0,  
Tillgänglig: [https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Centranthus\\_ruber\\_003.JPG](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Centranthus_ruber_003.JPG) [2023-04-27]

- Bild 37: Med tillstånd av Baramineraler.se [Online] Tillgänglig: <https://www.baramineraler.se/referensprojekt/mur-bank/fristaende-mur-och-vaxthussockel/> [2023-03-02]
- Bild 38: Med tillstånd av Trademax.se [Online] Tillgänglig: <https://www.trademax.se/utem%C3%B6bler/utesoffa/hammock/gungb%C3%A4nk-massiv-teak-120x60x575-cm-brun-brun-p346304> [2023-05-01]
- Bild 39: Med tillstånd av Cortenfabriken.se [Online] Tillgänglig: <https://cortenfabriken.se/en/produkt/modern-bird-bath-planting-dish-or-rusty-planting-dish/> [2023-03-02]
- Bild 40: Wikipedia commons [online] By David J. Stang - Source: David Stang. First published at ZipcodeZoo.com, CC-BY-SA-4.0,  
Tillgänglig: [https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Brunnera\\_macrophylla\\_Jack\\_Frost\\_0zz.jpg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Brunnera_macrophylla_Jack_Frost_0zz.jpg) [2023-05-01]
- Bild 41: Wikipedia commons [online] By David J. Stang - Source: David Stang. First published at ZipcodeZoo.com, CC-BY-SA-4.0,  
Tillgänglig: [https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Heuchera\\_Lime\\_Rickey\\_0zz.jpg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Heuchera_Lime_Rickey_0zz.jpg) [2023-05-01]
- Bild 42: Wikipedia commons [online] By Cliff - Paeonia 'Cora Louise' 5/2021 Itoh-CC-BY-2.0,  
Tillgänglig: [https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Paeonia\\_%27Cora\\_Louise%27\\_5\\_2021\\_Itoh-\(51208460870\).jpg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Paeonia_%27Cora_Louise%27_5_2021_Itoh-(51208460870).jpg) [2023-05-01]
- Bild 43: Wikipedia commons [online] By Cliff - Night Before Christmas (Hosta), CC-BY-2.0,  
Tillgänglig: [https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Night\\_Before\\_Christmas\\_\(Hosta\)\\_3577718006.jpg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Night_Before_Christmas_(Hosta)_3577718006.jpg) [2023-05-01]
- Bild 44: Wikipedia commons [online] By Kenraiz - Own work, CC-BY-SA-3.0,  
Tillgänglig: [https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Galium\\_odoratum\\_kz2.JPG](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Galium_odoratum_kz2.JPG) [2023-05-01]
- Bild 45: Wikipedia commons [online] By Hardyplants- Own work, CC-BY-SA-4.0,  
Tillgänglig: [https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Hosta\\_sieboldiana\\_%27Elegans%27.jpg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Hosta_sieboldiana_%27Elegans%27.jpg) [2023-05-01]
- Bild 46: Wikipedia commons [online] By Wasrts- Own work, CC-BY-SA-4.0,  
Tillgänglig: [https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Heartleaved\\_foamflower\\_\(Tiarella\\_cordifolia\).jpg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Heartleaved_foamflower_(Tiarella_cordifolia).jpg) [2023-05-01]
- Bild 47: Foto: Kerstin Johansson [2023-05-04]
- Bild 48: Wikipedia commons [online] By David J. Stang - Source: David Stang. First published at ZipcodeZoo.com, CC-BY-SA-4.0,  
Tillgänglig: [https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Asarum\\_europaeum\\_01zz.jpg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Asarum_europaeum_01zz.jpg) [2023-05-01]

## 7. Bilagor



# Nulägesplan





## Bilaga 2. Enkät - med 6 st svar

Ger ett besök i er befintliga innergård dig positiva känslor idag?

**2 st svar - JA 50%/ NEJ 50%**

Hade du besökt innergården oftare om den gjordes om och blev mer tilltalande?

**6 st svar - JA 100 % / NEJ 0%**

Gradera frågorna efter personligt tycke enligt följande skala:

1 - BRYR MIG INTE/VET INTE

2 - INTE VIKTIGT ALLS

3 - GANSKA VIKTIGT

4 - MYCKET VIKTIGT

Hur viktigt är det för dig att vara utomhus för ett bättre välmående?

1 - BRYR MIG INTE/VET INTE

2 - INTE VIKTIGT ALLS

3 - GANSKA VIKTIGT **2 st svar - 40%**

4 - MYCKET VIKTIGT **4 st svar - 60%**

Hur viktigt är det för dig med färg & form i växtvalen på innergården?

1 - BRYR MIG INTE/VET INTE **2 st svar - 33%**

2 - INTE VIKTIGT ALLS

3 - GANSKA VIKTIGT **2 st svar - 33%**

4 - MYCKET VIKTIGT **2 st svar - 33%**

Hur viktigt är det för dig att innergården har lättillgängliga sittplatser och gångstråk?

1 - BRYR MIG INTE/VET INTE

2 - INTE VIKTIGT ALLS

3 - GANSKA VIKTIGT

4 - MYCKET VIKTIGT **6 st svar - 100%**

Hur viktigt är det för dig att titta på/höra ljud från djur som fåglar t.ex./insekter på innergården?

1 - BRYR MIG INTE/VET INTE

2 - INTE VIKTIGT ALLS **1 st svar - 17%**

3 - GANSKA VIKTIGT **2 st svar - 33%**

4 - MYCKET VIKTIGT **3 st svar - 50%**



Hur viktigt är det för dig med frukt & bär och/eller dofter från växtvalen?

- 1 - BRYR MIG INTE/VET INTE
- 2 - INTE VIKTIGT ALLS **1 st svar - 17%**
- 3 - GANSKA VIKTIGT **1 st svar - 17%**
- 4 - MYCKET VIKTIGT **4 st svar - 66%**

Hur viktigt är det för dig att det finns tillgång till odlingsbara områden? (T.ex. odlingsbäddar)?

- 1 - BRYR MIG INTE/VET INTE
- 2 - INTE VIKTIGT ALLS **2 st svar - 33%**
- 3 - GANSKA VIKTIGT **2 st svar - 33%**
- 4 - MYCKET VIKTIGT **2 st svar - 33%**

Något annat som du vill tillägga angående den befintliga innergården eller önskemål vid en ny innergård? (fri text)

**1 svar - Plantera lavendel och stjärnflocka för doft och insekter/fjärilar**

**1 svar - Plantera trädpeon, doftpeon, fjärilsbuske, hibiskus**

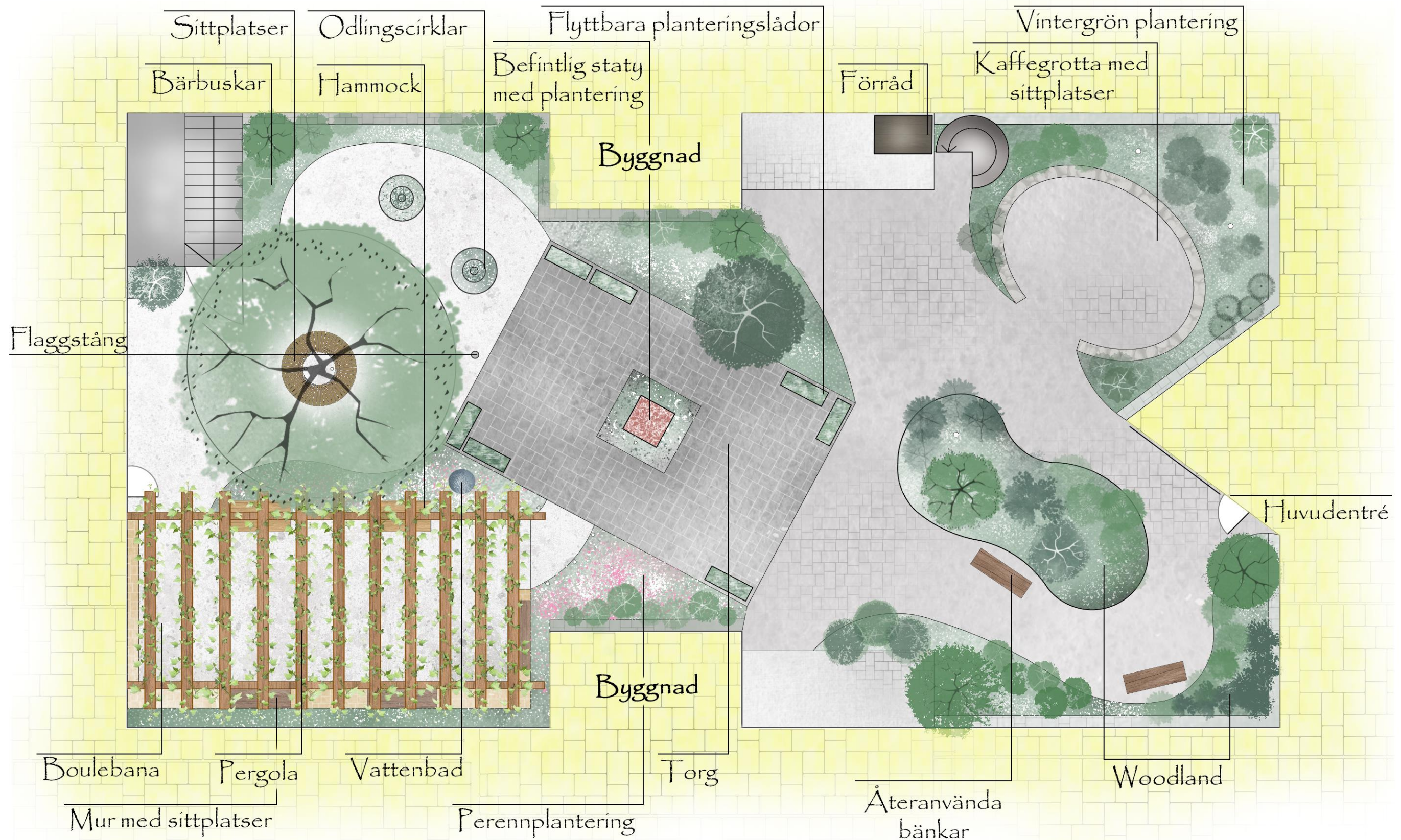
**1 svar - Plantera vårblommor och små barrväxter**

**1 svar - Plantera örter & vårlökar**

**1 svar - Tillgång till många sittplatser som både är i sol och skugga**



# Illustrationsplan



Skala 1:100 / A3





# Sektionsritning A-A



Skala 1:50 / A3



Prunus avium 'Plena'

Plantering med bärbuskar

Spaljé med *Lonicera  
kaprifolium*

Bärodling surjord

Bärodling

Plantering halvsol

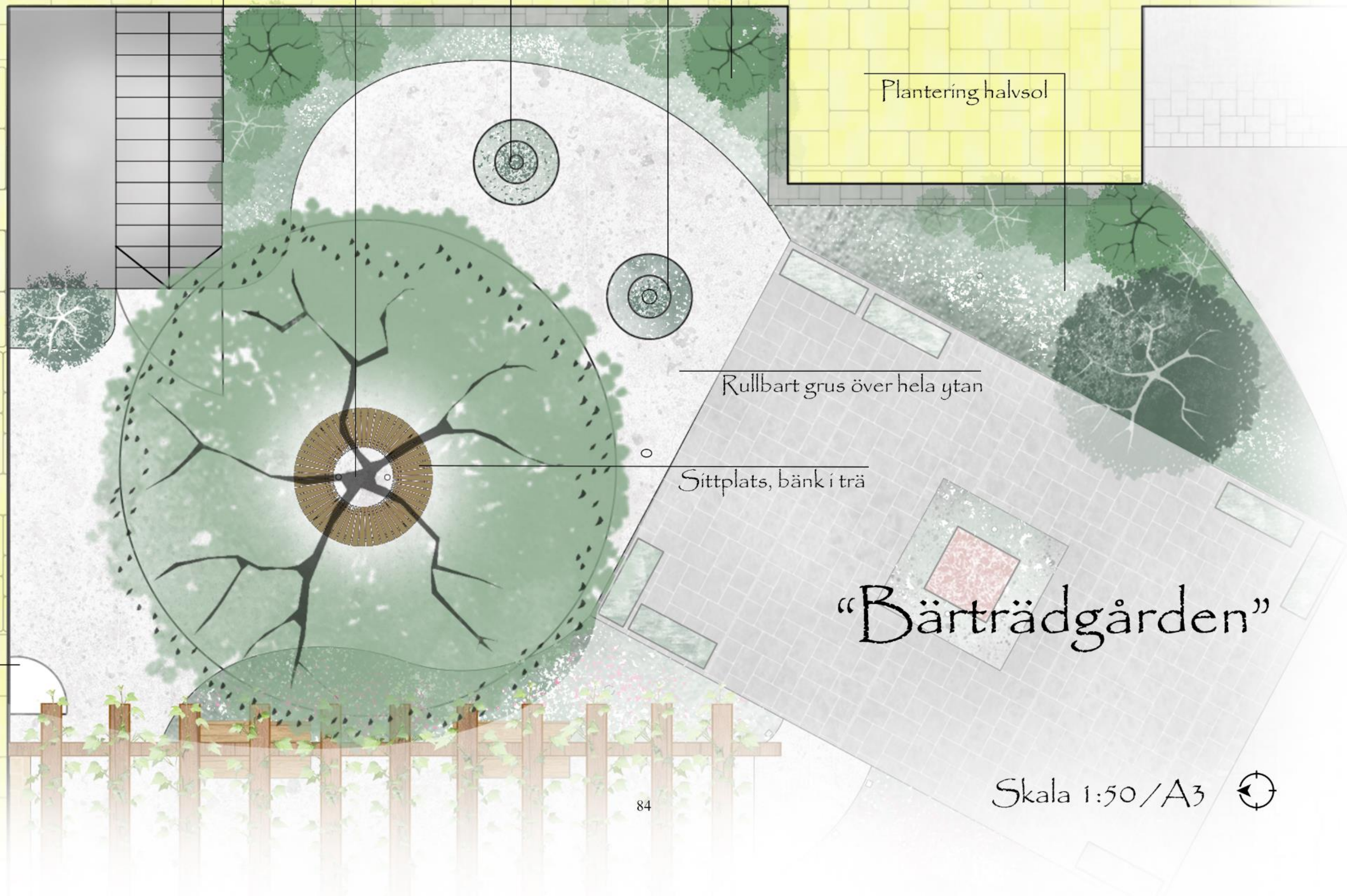
Rullbart grus över hela ytan

Sittplats, bänk i trä

“Bärträdgården”

Entré

Skala 1:50 / A3





# “Torget”

Plantering med *Geranium cantabrigiense* 'Karmína'

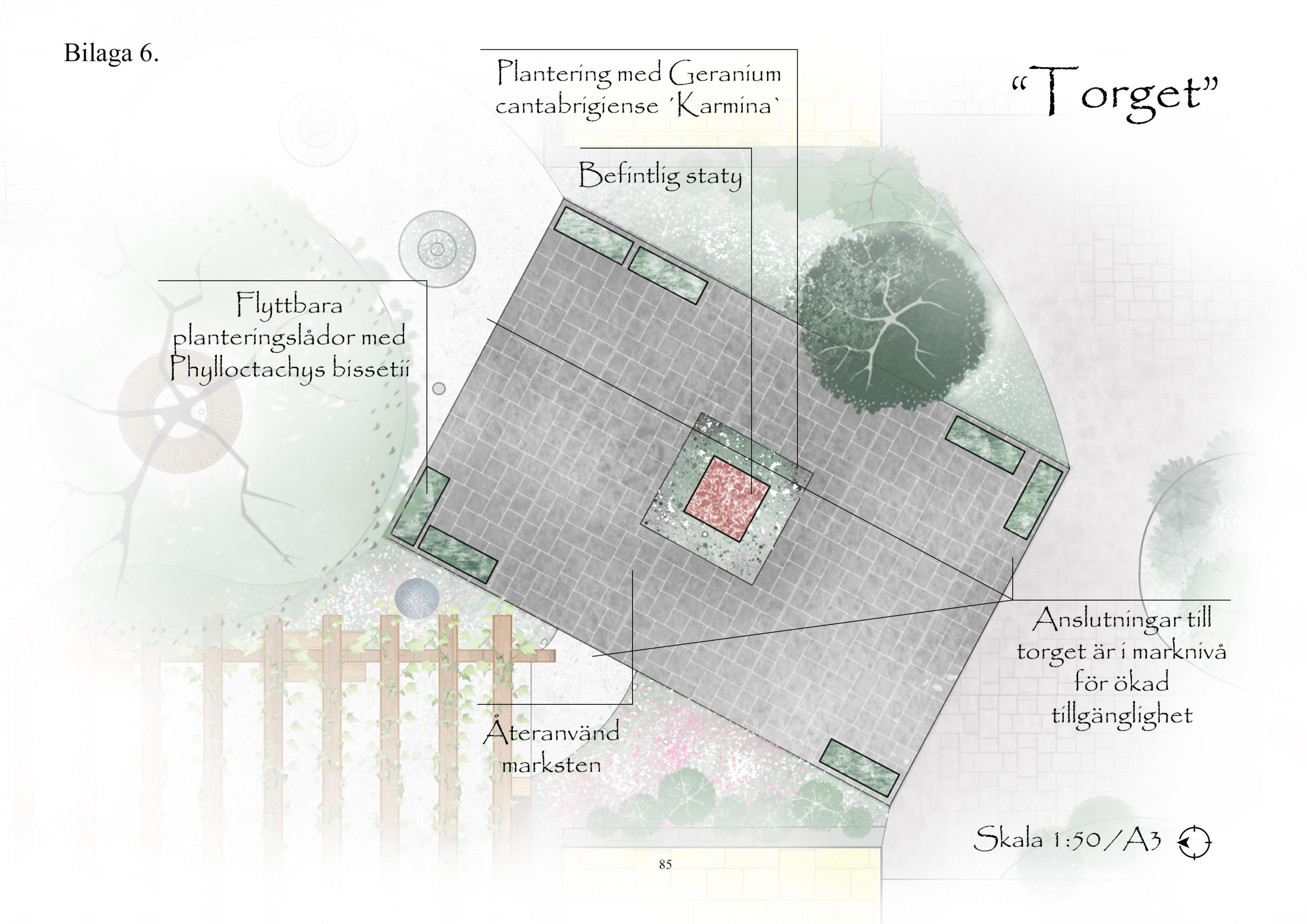
Befintlig staty

Flyttbara planteringslådor med *Phylloctachys bissetii*

Anslutningar till torget är i marknivå för ökad tillgänglighet

Återanvänd marksten

Skala 1:50 / A3





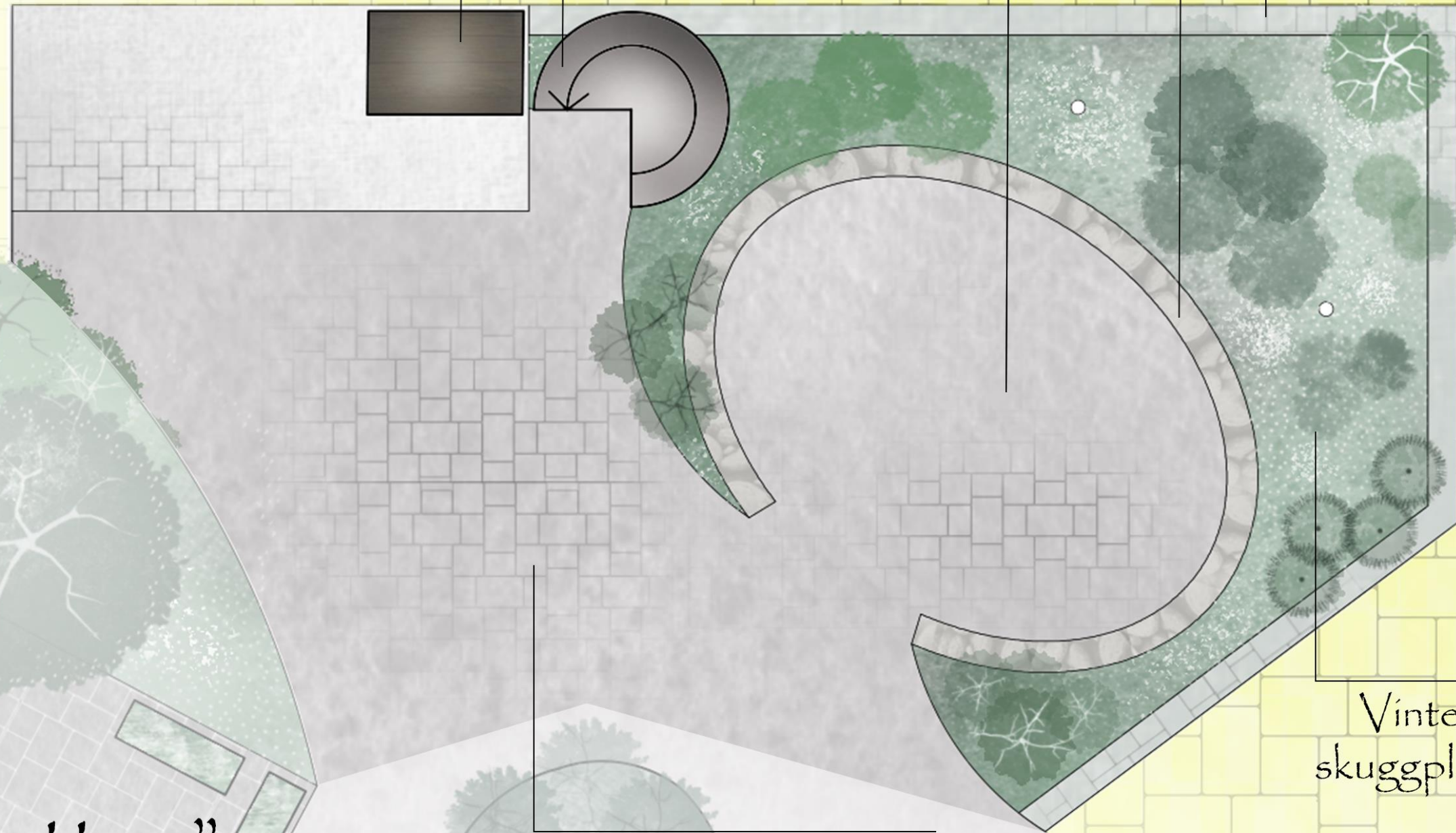
Bef. brandtrappa

Stenmur med  
klättrande murgröna

Plattrad för skötsel

Förråd för  
skötselutrustning

Nedsänkt kaffegrotta



Vintergrön  
skuggplantering

“Kaffegrottan”

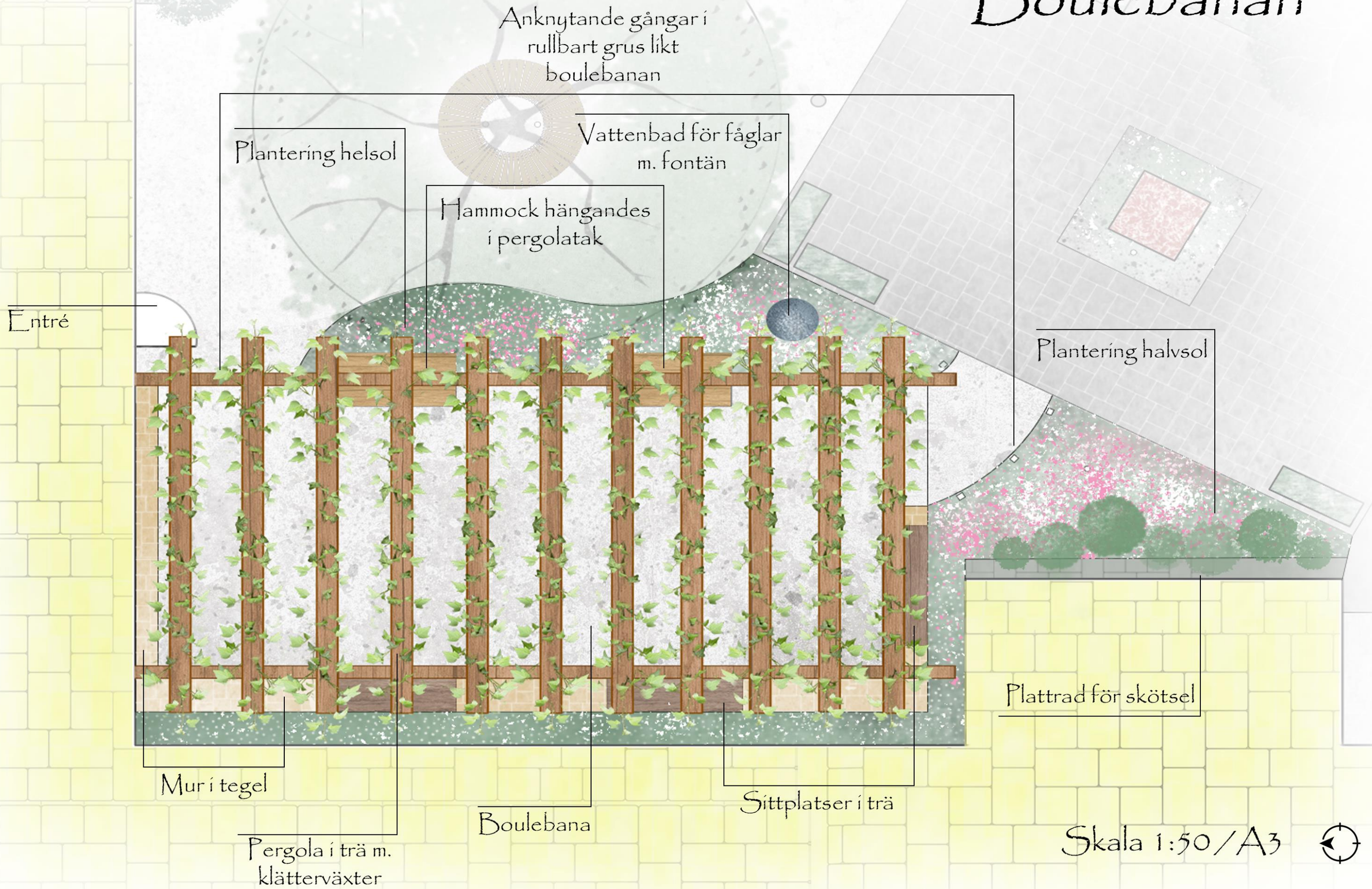
Återanvänt marktegel

Skala 1:50 / A3





# "Boulebanan"





Bilaga 9.

# “Woodland”

Återanvänt marktorgel

Återanvända bänkar

Handräcke

Huvudentré

Plattrad för skötsel

Woodlandplantering

Skala 1:50/A3





## Värpinge områden

### Bärträdgården



*Prunus avium* 'Plena'  
fylldblommigt fågelbär



*Lonicera caprifolium*  
kaprifol



*Fragaria × ananassa* 'Sonata'  
jordgubbe 'Sonata'



*Fragaria × vesca* 'Rebecka'  
E  
smulgubbe 'Rebecka' E



*Fragaria vesca*  
'Norlandssmultron'  
smultron 'Norlandssmultron'



*Rheum rh.* 'Fulton's Strawberry  
Surprise'  
rabarber 'Fulton's Strawberry  
Surprise'



*Rheum rhabarbarum*  
'Vinrabarber'  
rabarber 'Vinrabarber'



*Ribes* (*Grossularia*)  
HINNONMÄKI GUL  
krusbär HINNONMÄKI GUL



*Ribes* (*Grossularia*)  
HINNONMÄKI RÖD  
krusbär HINNONMÄKI RÖD



*Ribes* (Röda Vinbär) 'Rovada'  
röda vinbär 'Rovada'



## Värpinge områden

### Bärträdgården



Ribes (Vita Vinbär) 'Lepaan Valkea'  
vita vinbär 'Lepaan Valkea'



Ribes nigrum 'Intercontinental'  
svarta vinbär 'Intercontinental'



Rubus (Hallon) 'Glen Ample'\* E  
trädgårdshallon 'Glen Ample'\* E



Rubus (Hösthallon) 'Diana' E  
hösthallon 'Diana' E



Vaccinium cor. ALFRED\*  
( 'Cosmopolitan' )  
amerikanskt blåbär ALFRED\*



## Värpinge områden

### Kaffegrottan



*Buxus sempervirens*  
'Suffruticosa'  
kantbuxbom



*Chamaecyparis lawsoniana*  
'Minima Glauca'  
ädelcypress 'Minima Glauca'



*Chamaecyparis obtusa* 'Nana  
Gracilis'  
japansk ädelcypress 'Nana  
Gracilis'



*Chamaecyparis pisifera*  
'Filifera Nana'  
ärtcypress 'Filifera Nana'



*Corylus avellana* 'Contorta'  
ormhassel



*Microbiota decussata*  
krytuja



*Taxus x media* 'Green  
Mountain'  
hybrididegran 'Green Mountain'



*Hedera helix*  
murgröna



*Actaea cordifolia*  
spjutsilverax



*Anemone nemorosa* 'Hilda'  
vitsippa 'Hilda'



## Värpinge områden

### Kaffegrottan



Astilbe 'Delft Lace'  
astilbe 'Delft Lace'



Epimedium rubrum  
röd sockblomma



Epimedium versicolor  
'Sulphureum'  
blekgul sockblomma



Filipendula ulmaria 'Variegata'  
brokigt älggräs



Helleborus hybridus 'Blue Lady'  
hybridjulros 'Blue Lady'



Tellima grandiflora  
anagrambräcka



Cyclamen hederifolium  
höstcyclamen



## Värpinge områden

### Torget



*Phyllostachys bissetii*  
bissetbambu



*Geranium cantabrigiense*  
'Karmina'  
liten flocknäva 'Karmina'



## Värpinge områden

### Woodland



Hydrangea arb. WHITE DOME  
(Dardome™)  
vidjehortensia WHITE DOME  
(Dardome™)



Asarum europaeum  
hasselört



Brunnera macrophylla 'Jack  
Frost™'  
kaukasisk förgätmigej 'Jack  
Frost™'



Gallium odoratum  
myskmadra



Heuchera 'Lime Rickey'  
alunrot 'Lime Rickey'



Hosta 'Honeybells'  
doftfunkia



Hosta lancifolia  
höstfunkia



Hosta 'Night Before Christmas'  
funkia 'Night Before Christmas'



Hosta 'Royal Standard'  
doftfunkia 'Royal Standard'



Hosta sieboldiana 'Elegans'  
daggfunkia 'Elegans'



## Värpinge områden

### Woodland



*Kirengeshoma palmata*  
vaxklocka



*Matteuccia struthiopteris*  
strutbräken



*Paeonia (Itoh) 'Cora Louise'*  
itoh-buskpion 'Cora Louise'



*Polygonatum multiflorum*  
storrams



*Tiarella cordifolia*  
spetsmössa



*Tricyrtis formosana*  
taiwan skugglilja



*Cyclamen hederifolium*  
höstcyclamen



## Värpinge områden

### Boulebanan



*Stephanandra incisa* 'Crispa'  
liten stefanandra



*Parthenocissus quinquefolia*  
klättervildvin



*Wisteria sinensis*  
blåregn



## Värpinge områden

### Boulebana halvsol



*Cornus officinalis*  
japansk körsbärskornell



*Syringa josikaea* 'Oden' E  
ungersk syren 'Oden' E



*Actaea simplex* 'Atropurpurea'  
höstsilverax



*Actaea simplex* 'Pink Spike'  
höstsilverax 'Pink Spike'



*Eranthis hyemalis*  
vintergäck



*Fritillaria meleagris*  
kungsängsilja



*Galanthus nivalis*  
snödroppe



*Galanthus nivea pleniflor.* 'Flore Pleno'  
fylld snödroppe



*Geranium cantabrigiense*  
'Karmina'  
liten flocknäva 'Karmina'



*Paeonia lactiflora* 'Alexander Fleming'  
luktpion 'Alexander Fleming'



## Värpinge områden

### Boulebana halvsol



Camassia leichtlinii  
'Sacajawea'  
mörk stjärnhyacint 'Sacajawea'



Crocus biflorus 'Prins Claus'  
blå bågarkrokus 'Prins Claus'



Narcissus incomp. 'Barrett  
Browning'  
stjärnnarciss 'Barrett  
Browning'



Narcissus incomparabilis 'Petit  
Four'  
stjärnnarciss 'Petit Four'



Narcissus poeticus 'Recurvus'  
pingstlilja 'Recurvus'



Narcissus pseudonarcissus  
'Marieke'  
påsklilja 'Marieke'



Scilla forbesii  
vårstjärna



Tulipa tarda  
flocktulpan



## Värpinge områden

### Boulebana helsol



*Alchemilla mollis*  
jättedaggkäpa



*Astrantia major* 'Claret'  
stjärnflocka 'Claret'



*Astrantia major* 'Rubra'  
stjärnflocka 'Rubra'



*Centranthus ruber*  
flerårig pipört



*Echinacea purpurea* 'Alba'  
solhatt 'Alba'



*Geranium renardii*  
nätnäva



*Hylotelephium* 'Herbstfreude'  
kärleksört 'Herbstfreude'



*Lavandula angustifolia*  
'Hidcote'  
lavendel 'Hidcote'



*Lavandula angustifolia*  
'Munstead'  
lavendel 'Munstead'



*Nepeta faassenii*  
kantnepeta



## Värpinge områden

### Boulebana helsol



Salvia nemorosa 'Salute Ice Blue'  
stäppsalia 'Salute Ice Blue'



Salvia nemorosa 'Salute Light Pink'  
stäppsalia 'Salute Light Pink'

## Värpinge områden

### Lilla planteringen trappnedgång



Buddleja davidii 'Wisteria Lane'  
syrenbuddleja 'Wisteria Lane'



Aster tongolensis  
'Wartburgstern'  
midsommaraster  
'Wartburgstern'



## Värpinge områden

### Bärträdgården halvsol



*Euonymus alatus* 'Compactus'  
vingbenved 'Compactus'



*Hamamelis* x *intermedia*  
'Pallida'  
hybridtrollhassel 'Pallida'



*Philadelphus* (Lemoinei) 'Mont  
Blanc'  
smultronschersmin 'Mont  
Blanc'



*Rosa* (Port) 'Mme Boll'  
portlandros 'Mme Boll'



*Rosa* (Rug) 'Louise Bugnet'  
rugosa-ros 'Louise Bugnet'



*Aquilegia* vul. *stellata* 'Nora  
Barlow'  
akleja 'Nora Barlow'



*Eranthis hyemalis*  
vintergäck



*Filipendula purpurea* 'Elegans'  
japanskt älggräs



*Fritillaria meleagris*  
kungsängslilja



*Galanthus nivalis*  
snödroppe



## Värpinge områden

### Bärträdgården halvsol



*Galanthus nivea pleniflor* 'Flore Pleno'  
fylld snödroppe



*Geranium cantabriglense* 'Karmina'  
liten flocknäva 'Karmina'



*Camassia leichtlinii* 'Sacajawea'  
mörk stjärnhyacint 'Sacajawea'



*Crocus biflorus* 'Prins Claus'  
blå bägarkrokus 'Prins Claus'



*Narcissus incomp.* 'Barrett Browning'  
stjärnnarciss 'Barrett Browning'



*Narcissus incomparabilis* 'Petit Four'  
stjärnnarciss 'Petit Four'



*Narcissus poeticus* 'Recurvus'  
pingstlilja 'Recurvus'



*Narcissus pseudonarcissus* 'Marieke'  
påsklilja 'Marieke'



*Scilla forbesii*  
vårstjärna



*Tulipa tarda*  
flocktulpan



## Publicering och arkivering

Godkända självständiga arbeten (examensarbeten) vid SLU publiceras elektroniskt. Som student äger du upphovsrätten till ditt arbete och behöver godkänna publiceringen. Om du kryssar i JA, så kommer fulltexten (pdf-filen) och metadata bli synliga och sökbara på internet. Om du kryssar i NEJ, kommer endast metadata och sammanfattning bli synliga och sökbara. Även om du inte publicerar fulltexten kommer den arkiveras digitalt. Om fler än en person har skrivit arbetet gäller krysset för samtliga författare. Du hittar en länk till SLU:s publiceringsavtal på den här sidan:

- <https://libanswers.slu.se/sv/faq/228316>.

JA, jag/vi ger härmed min/vår tillåtelse till att föreliggande arbete publiceras enligt SLU:s avtal om överlåtelse av rätt att publicera verk.

NEJ, jag/vi ger inte min/vår tillåtelse att publicera fulltexten av föreliggande arbete. Arbetet laddas dock upp för arkivering och metadata och sammanfattning blir synliga och sökbara.