



Sveriges lantbruksuniversitet
Swedish University of Agricultural Sciences

Fakulteten för landskapsplanering,
trädgårds- och jordbruksvetenskap

Viktiga kvaliteter i utemiljö kring äldreboende

Important Qualities in the Outdoor Environment of Nursing Homes

Anna Ahlqvist

Viktiga kvaliteter i utemiljö kring äldreboende

Important Qualities in the Outdoor Environment of Nursing Homes

Anna Ahlqvist

Handledare: Anna Peterson, Institutionen för landskapsarkitektur, planering och förvaltning, SLU Alnarp.

Examinator: Bengt Persson, Institutionen för landskapsarkitektur, planering och förvaltning, SLU Alnarp.

Omfattning: 15 hp

Nivå och fördjupning: Grundnivå, G2E

Kurstitel: Kandidatexamensarbete i landskapsarkitektur

Kurskod: EX0649

Program/utbildning: Landskapsarkitektprogrammet

Utgivningsort: Alnarp

Utgivningsår: 2013

Serienamn: Självständigt arbete vid LTJ-fakulteten, SLU

Elektronisk publicering: <http://stud.epsilon.slu.se>

Nyckelord: Äldre, äldreboende, utemiljö, upplevelse

Sveriges lantbruksuniversitet
Swedish University of Agricultural Sciences

Fakulteten för landskapsplanering, trädgårds- och jordbruksvetenskap
Institutionen för landskapsarkitektur, planering och förvaltning

Sammandrag

Syftet med uppsatsen var främst att undersöka vilka kvaliteter i utemiljö kring äldreboende som är viktiga för de boende äldres hälsa, välbefinnande och lust att använda utemiljön. Detta gjordes genom en litteraturstudie. Resultatet delades in i tre kategorier: *Äldreboendet bör ha kontakt med liv utanför boendet*, *Äldreboendets utemiljö bör erbjuda flera olika upplevelser och ge den boende möjligheten att byta miljö på äldreboendet* och *Äldreboendets utemiljö behöver vara tillgänglig, bekväm och trygg*. I varje kategori finns ett antal viktiga kvaliteter, som *utsikt*, *vegetation* och *tillgänglighet*.

För att fördjupa förståelsen för hur kvaliteterna i praktiken kan utformas så studerades tävlingsbidrag till arkitekttävlingen Framtidens äldreboende. Alla tävlingsbidragen erbjöd många av de viktiga kvaliteterna i utemiljöerna.

Nyckelord: Äldre, äldreboende, utemiljö, upplevelse

Abstract

The aim of this essay was to investigate which qualities in the outdoor environment of nursing homes are of most importance for the elderly. What qualities are important for the elderly's health, well-being and desire to use the outdoor environment? This was studied in literature and the result was categorized in three categories: The nursing home should have contact with the surrounding life, the outdoor environment of the nursing home should offer a variety of experiences and give a possibility to change environment and the outdoor environment of the nursing home should offer an accessible, comfortable and safe environment. In every category there are several important qualities, like view, vegetation and accessibility.

After the literature had been studied, to get a deeper knowledge of how the qualities can be designed in reality, the contributions to an architecture competition called Framtidens äldreboende (Nursing Homes of the Future) was studied. All of the contributions contained a several of the important qualities of the outdoor environment.

Keywords: elderly, nursing home, outdoor environment, experience

Förord

Detta kandidatexamensarbete har skrivits inom utbildningen till landskapsarkitekt på Sveriges Lantbruksuniversitet, Alnarp.

I kandidatexamensarbetet har jag fördjupat mig i hur utemiljö ska utformas kring äldreboende för att bäst möta de äldres behov.

Jag vill tacka min handledare Anna Peterson för bra synpunkter och stöd genom hela arbetet. Jag vill också tacka min medstudent Maja Josefsson som satt sig in i min uppsats och varit till stor hjälp. Ett stort tack till White Arkitekter som lät mig använda bilder och planer från deras tävlingsbidrag i tävlingen Framtidens äldreboende i arbetets resultatdel. Det var till stor hjälp och jag tror att det ökar arbetets tydlighet. Sist men inte minst vill jag tacka Lina, Ylva och, såklart, Daniel.

Anna Ahlqvist

Alnarp 28 maj 2013

INNEHÅLLSFÖRTECKNING

Sammandrag

Abstract

Förord

INLEDNING	1
Bakgrund	1
Sveriges åldrande befolkning	1
Äldres nytta av utevistelse	2
Mål och syfte	3
Frågeställningar	3
Material och metod	4
Litteraturstudie	4
Studie av exempel från verkligheten - tävlingsbidragen i arkitekttävlingen Framtidens äldreboende	4
Avgränsningar	7
Metoddiskussion	7
RESULTAT OCH DISKUSSION	8
Resultat av litteraturstudie	8
Äldreboendet bör ha kontakt med liv utanför boendet	9
Äldreboendets utemiljö bör erbjuda flera olika upplevelser och ge den boende möjligheten att byta miljö på äldreboendet	9
Äldreboendets utemiljö behöver vara tillgänglig, bekväm och trygg	11
Resultat av studie av tävlingsbidragen i arkitekttävlingen Framtidens äldreboende	13
Gemensamt för alla tävlingsbidragen	13
Tävlingsbidraget Meningsfyllt	14
Tävlingsbidraget En liten bit av Sverige	18
Tävlingsbidraget Oasis	20
Tävlingsbidraget Connected	21
Diskussion	23
Avslutande reflektioner	26
REFERENSER	28

Inledning

Bakgrund

Sveriges åldrande befolkning

”Det är av de unga som lever ett visst antal år som livet skapar de gamla” (Marcel Proust)

Sveriges befolkning blir äldre och äldre. I SCB:s prognos *Sveriges framtida befolkning 2010-2060* beskrivs utvecklingen för Sveriges befolkning de närmsta femtio åren. SCB beräknar att Sveriges befolkning kommer att öka. Ökningen beror på att många barn föds, på invandring, men framförallt på att medellivslängden förväntas stiga (s 1, SCB). I artikeln *Den åldrande befolkningen* i *Läkartidningen* skriver Ahlbom et al¹ om den ökande medellivslängden och vilka konsekvenser den får (s 1, 2010). Om befolkningsutvecklingen fortsätter som de senaste 250 åren så verkar det som att hälften av de som föds idag kommer att bli 100 år (s 4, Ahlbom et al, 2010). Som äldre är det vanligt att drabbas av funktionsnedsättningar. Lätt kognitiv nedsättning är vanligt. Bengtsson uppger att Svenska kommunförbundet i sin skrift *Aktuellt om äldreomsorgen* från 2002 skriver att efter att en människa uppnått 80 år så är många i behov av vård och därefter ökar vårdbehovet (Bengtsson, s 21, 2003). År 2010 fanns det enligt SCB 494 000 personer över 80 år i Sverige och SCB gör prognosen att gruppen kommer att öka till 800 000 till år 2030 och kanske till 1 000 000 runt år 2060 (s 10, SCB). Om människan lever längre, kommer då sjukdomar att drabba henne senare i livet, så att hon får leva fler friska år? Enligt Ahlbom et al visar forskning på att många sjukdomar har skjutits längre upp i åldrarna samtidigt som livslängden ökat, men när det gäller vissa sjukdomar, som demens, synbesvär, besvär från rörelseorganen och psykisk ohälsa så finns det inga tydliga svar (Ahlbom et al, s 2, 2010). Sannolikt är trots det kommer att behövas fler bostäder anpassade för äldres behov och troligtvis vårdboenden för äldre med vårdbehov i framtiden.

Ålderdomen är en stor del av livet, 1/5 enligt Bo bra på äldre dar, och det är en tid i livet då många är beroende av andra för att få en god livskvalitet. Enligt Bengtsson och Carlsson så är

¹ Ahlbom, A. Professor vid Institutet för miljömedicin Karolinska institutet; Drefahl, S. European research master, post doc, The Max Planck Institute for Demographic Research och vid Demografiska avdelningen vid Stockholms universitet och Lundström, H. Demograf, Prognosinstitutet, Statistiska centralbyrån Stockholm.

de som bor på äldreboenden idag de som är i behov av mycket hjälp. Ofta är de beroende av någon annan person för att kunna komma ut (2005, s 50). Hur kan jag som landskapsarkitekt bidra till att ge äldre en god livskvalitet?

Äldres nytta av utevistelse

I Statens folkhälsoinstituts kunskapssammanställning "Utemiljöns betydelse för äldre och funktionshindrade" skriver Bengtsson att utevistelse både ger fysiska och psykiska effekter hos den som är utomhus (2003, s 13) . Effekterna är genomgående positiva. I en annan rapport från Statens folkhälsoinstitut "Utemiljöns betydelse för äldre och funktionshindrade vid särskilda boenden" har hälsofördelarna med utevistelse sammanställts:

- "Skelettet stärks och bensskörhet motverkas.
- Muskulatur och rörlighet bibehålls.
- Övervikt motverkas.
- Sömnkvaliteten förbättras.
- Depression och ångest motverkas.
- Motståndskraften mot infektioner ökar.
- Stresstoleransen höjs.
- Akut hjärtåkomma motverkas (ej vid stark kyla).
- Socialt liv främjas och ensamhet motverkas.
- Muskelanspänning minskar.
- Positiva förändringar sker i hjärnans aktivitet.
- Pulsen sänks.
- Blodtrycket sänks.
- Smärta lindras.
- Läkemedelskonsumtionen minskar.
- Sjukhusvistelse förkortas.
- Koncentration och uppmärksamheten förbättras.
- Välbefinnandet ökar.
- Hormonbalansen förbättras. "

(Statens folkhälsoinstitut, 2005, s 9)

Om personen dessutom är fysiskt aktiv i utemiljön så är hälsoeffekterna ännu fler:

- "Kroniska sjukdomar förebyggs
- Den fysiska förmågan förbättras.
- Konditionen ökar.
- Benstyrkan fördubblas hos mycket gamla.
- Skelettet får högre innehåll av mineraler.
- Lungvolymen ökar hos män.
- Risken för fysiska funktionshinder minskar.
- Risken för förtida död minskar.
- Benmuskulstyrkan ökar.
- Kalkhalten i skelettet ökar.
- De skadliga blodfetterna minskar.
- Hjärt-kärlsjukdom och stroke förebyggs.
- Risken att dö i cancer minskar
- Möjligheten att klara sig utan vård förlängs med 5-10 år"

Förutom de uppenbara fördelarna för individen så bidrar utevistelse också till lägre hälso- och sjukvårdskostnader (Statens folkhälsoinstitut, 2005, s 6). En liten promenad om dagen gör stor skillnad (Statens folkhälsoinstitut, 2005, s 6). När en äldres funktionsförmåga minskar så får den bostadsnära miljön större betydelse (Statens folkhälsoinstitut, 2005, s 12).

I en studie av Bengtsson och Carlsson intervjuades personal på äldreboenden och de upplevde att de äldre var både gladare och friskare när de hade möjlighet att vara ute (Bengtsson & Carlsson, 2006). Utemiljön kan om den är bra utformad stärka möjligheten för äldre att själva kunna gå ut, och därmed öka känsla av frihet, självbestämmande och självständighet. Möjligheten att gå ut ger de boende frihetskänsla (Bengtsson & Carlsson, 2006, s 60).

”Du känner dig inte instängd i en trädgård. När du är i en trädgård känner du dig lite mer levande” (Bengtsson & Carlsson, 2006, s 60).

En informant i Bengtsson och Carlssons studie berättade att det första de äldre sa på morgonen kunde vara ”Hur är vädret?” och ”Dricker vi kaffet inne eller ute?” (2006, s 55).

Utemiljön är också socialt viktig, både som samtalsämne (s 61) och för att den boende kan känna mer stolthet för sitt boende (s 63). Det är också mer fritt hur man sätter sig och vilka man pratar med än i inomhusmiljön (Bengtsson & Carlsson, 2006).

Mål och syfte

Forskning visar att utevistelse i sig och utevistelse i en utemiljö som är väl utformad är bra för hälsan. Hur ska utemiljö kring äldreboende då utformas för att öka äldres livskvalitet? Vilka kvaliteter i utemiljön kring äldreboenden ökar lusten hos de äldre att gå ut? Detta vill jag undersöka i den här uppsatsen.

Målet är att hitta kvaliteter i utemiljö kring äldreboende som är viktiga för och främjar användningen hos de boende. Genom en studie av tävlingsförslag på utformning av ett äldreboende vill jag få en fördjupad förståelse för kvaliteterna.

Frågeställningar

- Vilka kvaliteter i utemiljö kring äldreboende är viktiga för de boende?

- Finns kvaliteterna i tävlingsbidragen till arkitekttävlingen Framtidens äldreboende?

Material och metod

Kandidatexamensarbetet bygger på en litteraturstudie samt en studie av tävlingsbidragen i arkitekttävlingen Framtidens äldreboende.

Litteraturstudie

Litteraturstudien behandlar texter som tar upp faktorer i den fysiska utformningen av äldreboenden som uppmuntrar eller hindrar utevistelse hos de boende äldre samt faktorer som uppskattas eller inte uppskattas hos de äldre.

Litteratursökningen gjordes på Sveriges Lantbruksuniversitets internetbaserade söktjänst PRIMO. Sökord var till exempel outdoor*, environment*, ag*, old*, health*, garden, nursing home och "sensory garden". I texterna fann jag viktiga kvaliteter. Kvaliteterna delades in i egna kategorier med vilka jag försökte sammanfatta vad ett äldreboendes utemiljö bör erbjuda. Kategorierna blev:

- Äldreboendet bör ha kontakt med liv utanför boendet
- Äldreboendets utemiljö bör erbjuda flera olika upplevelser och ge den boende möjlighet att byta miljö på äldreboendet
- Äldreboendets utemiljö behöver vara tillgänglig, bekväm och trygg

Med hjälp av kategorierna så blev det lättare att studera tävlingsförslagen.

Studie av exempel från verkligheten - tävlingsbidragen i arkitekttävlingen Framtidens äldreboende

För att få en djupare förståelse för hur kvaliteterna, som jag funnit viktiga i litteraturstudien, kan användas i praktiken så ville jag leta efter kvaliteterna i något exempel från verkligheten. Under arbetet med litteraturstudien så hittade jag information om arkitekttävlingen Framtidens äldreboende, en tävling som ordnats av Micasa Fastigheter AB. På Sveriges arkitekters hemsida fanns tävlingsförslagen i sin helhet och när jag tittade på dem så såg jag att de var intressanta utifrån min frågeställning. Det tillgängliga materialet bestod av planer, texter och bilder. Jag valde att studera alla tävlingsbidragen för att få ta del av så många förslag på utemiljön som möjligt. Utemiljöns utformning var bara en av flera delar som bedömdes i tävlingen. Det kändes relevant att få ta del av flera lösningar av utformningen där förutsättningarna är desamma.

Genomförandet av studie av tävlingsbidragen

Genom litteraturstudien fann jag viktiga kategorier och kvaliteter. En lista med kvaliteterna punktades upp och bidraget studerades. Kvaliteter sorterades in under respektive punkt. Sedan bearbetades fynden till en beskrivande text om varje förslag. De kvaliteter som alla tävlingsbidrag erbjöd sammanställdes och beskrivs innan bidragen beskrivs.

Anordnare av tävlingen

Anordnaren av tävlingen var fastighetsbolaget Micasa Fastigheter AB, ett dotterbolag till Stockholms Stadshus AB. Micasa Fastigheter både äger och förvaltar omsorgsfastigheterna i Stockholm.

Prekvalificering och deltagare

Kontor med arkitekt- och landskapsarkitektkompetens kunde lämna intresseanmälan om att få delta i tävlingen. All kompetens behövde inte finnas på samma kontor, utan det gick bra att till exempel ett arkitektkontor och ett landskapsarkitektkontor samarbetade. Referensprojekt skulle bifogas intresseanmälan. När intresseanmälningar gjorts prövades de och fyra kontor bjöds in att delta i tävlingen. De utvalda var:

- Arkitema DOT AB, Stockholm
- Marge Arkitekter AB med Land Arkitektur AB, Tyréns AB och SINTEF Health Research, Stockholm
- Tegnestuen Vandkunsten A/S, Köpenhamn med ADEPT Aps, SLA A/S och Tyréns AB
- White Arkitekter AB, Göteborg

Tävlingsprogrammet

Tävlingsuppgiften var ”Att redovisa förslag till nyskapande utformning för ett ändamålsenligt boende för äldre.” Hälften av boendeytan skulle användas till vård- och omsorgsboende, alltså för personer med stort vårdbehov som har behov av personal dygnet runt. Den andra hälften av boendeytan skulle vara seniorboende, där personer över 65 år bor i vanliga lägenheter, i varierande storlek, med mycket god tillgänglighet. En restaurang och en vårdcentral ska finnas i bottenvåningen. Riktlinjer för husens höjder fanns.

Bedömningskriterier i tävlingsprogrammet var, utan inbördes ordning:

”- Nyttänkande kring bra bostäder och boendemiljöer för äldre.

- Arkitektonisk gestaltning av byggnaden och grönytor.
- Hållbart byggande med hänsyn tagen till energikrav, grönytefaktor, en stomlösning som medger en flexibel användning över tid och en effektiv förvaltning.
- Genomförbarhet; funktionell och ekonomisk genomförbarhet”

Jury

- Joakim Larsson, äldreborgarråd Stockholms stad; juryns ordförande
- Göran Månsson, stadsdelsdirektör Östermalms stadsdelsförvaltning
- Marianne Snell, avdelningschef äldreomsorg Östermalms stadsdelsförvaltning
- Kerstin Bernow, arkitekt SAR/MSA, Bernow & Wik Arkitekter AB, utsedd av Sveriges Arkitekter
- Ludmilla Larsson, arkitekt MSA, Brunnberg o Forshed Arkitektkontor AB, utsedd av Sveriges Arkitekter
- Anders Nordstrand, VD Micasa Fastigheter i Stockholm AB
- Raija-Liisa Rapeli Sirén, fastighetschef Micasa Fastigheter i Stockholm AB
- Cecilia Sjölund, projektledare Arkitekt SAR/MSA, Micasa Fastigheter i Stockholm AB (Juryns sekreterare)

Tävlingsbidragen

- *Oasis* av Arkitema DOT AB, Stockholm
- *Connected* av Marge Arkitekter AB med Land Arkitektur AB, Tyréns AB och SINTEF Health Research, Stockholm
- *En liten bit av Sverige* av Tegnestuen Vandkunsten A/S, Köpenhamn med ADEPT Aps, SLA A/S och Tyréns AB
- *Meningsfullt* av White Arkitekter AB, Göteborg

Tävlingsbidraget Meningsfullt av White Arkitekter vann tävlingen.

Mitt användande av bildmaterial från tävlingsbidrag

Jag frågade via mail alla förslagsställare om jag kunde använda bilder och planer från deras förslag som exempel på hur kvaliteterna eventuellt använts. Endast White Arkitekter svarade och därför finns det bara bilder från Whites förslag. För att ge läsaren en visuell bild av

ungefärlig höjd på husen och skala så presenteras White Arkitekters förslag först av förslagen i det här arbetet. För att bildtexterna ska synas så behöver bilderna vara stora.

Avgränsningar

I litteraturstudien har ofta begreppen "sinnenas trädgård", "hälsoträdgård" och "terapiträdgård" ofta kommit upp. Jag har inte använt mig eller fördjupat mig i dessa begrepp. I uppsatsen används "äldreboendets utemiljö".

Det finns mycket utformningsrekommendationer kring miljöer för äldre med demenssjukdomar. I det här arbetet tas inte utformning för äldre med demenssjukdomar upp.

Utformning av inomhusmiljön spelar stor roll för att skapa lust hos de äldre att gå ut. I uppsatsen kommer jag nämna kvaliteter i inomhusmiljön som verkar öka utevistelse, men det är inte uppsatsens fokus.

Metoddiskussion

Tävlingsbidrag visar en vision snarare än en exakt lösning. Många bilder i tävlingsbidragen är inspirationsbilder eller referensbilder och ger ingen exakt bild av hur det kommer att se ut om förslaget blir verklighet. Studierna som använts i litteraturstudien behandlar däremot upplevelse av befintlig utemiljö. En del kvaliteter som i litteraturstudien visade sig vara viktiga redovisas därför inte tydligt i tävlingsbidragen. Ett exempel på detta är höjd på trösklar och kanter som påverkar tillgängligheten. Jag har valt att ibland kommentera bilder när jag tycker att de visar på någon betydelsefull kvalitet eller brist, men det är snarare generella reflektioner än kommentarer på tävlingsbidraget i sig.

I tävlingsbidragen är det ibland svårt att se det som beskrivs i text i bild/plan och ibland tvärtom. Jag beskriver de kvaliteter jag ser eller läser och kommenterar om jag upplever uppgifterna som motstridiga.

I litteraturstudien tas ofta problem som rör utemiljö som är byggd och som används upp. Dessa problem går inte att studera i tävlingsbidragen. Till exempel beskrevs eftersatt underhåll av gångvägar och eftersatt skötsel som problem i tillgängligheten, men det undersöks av naturliga skäl inte i tävlingsbidragen.

I förslaget Oasis är en del av texten på en plan över innergården för liten och suddig för att kunna läsas, i den storlek som filen är upplagd i på Sveriges Arkitekters hemsida. Därför kan min beskrivning av innergården vara bristfällig.

Resultat och diskussion

Resultat av litteraturstudie

2005 publicerades en studie av Rodiek och Fried där de undersökte hur den fysiska miljön på äldreboenden kan öka de boendes utomhusvistelse. Författarna hade i tidigare studier lagt fram hypotesen om att vissa kvaliteter i utemiljön är viktiga för äldre. Exempel på kvaliteter var fönster intill dörrar ut, utsikt och grönska. Kvaliteterna undersöktes genom att informanterna fick titta på två färgfotografier som var identiska, förutom att kvaliteterna var digitalt tillagda på den ena bilden (Rodiek & Fried. 2005, s 185). Genom den här metoden urskiljs bara visuella preferenser. Lukt, ljud och andra delar i upplevelsen i att vara ute undersöktes inte. Ända var resultatet tydligt: bilderna med de tillagda elementen föredrogs i mycket stor utsträckning (Rodiek & Fried. 2005, s 193).

En annan studie av Rodiek från 2006 undersökte äldres upplevelse av hur faktorer i den fysiska utemiljön på äldreboende påverkade hur mycket de använde utemiljön. Studien ville identifiera ”magneter” och ”barriärer” som ökade respektive minskade de äldres utevistelse. Hypotesen var att utformningen påverkar mängden utevistelse och att vissa kvaliteter i utemiljön kan öka eller minska mängden utevistelse (s 101).

Bengtsson och Carlsson publicerade 2005 en studie där intervjuer gjorts med personal på tre äldreboenden i Sverige. Studien ville undersöka hur personalen såg på hur de boende använde och upplevde utemiljön och syftet var att hitta stöd för hur äldreboendens utemiljöer ska utformas.

Statens folkhälsoinstitut kom 2005 ut med en skrift om äldre på särskilda boendens behov av utevistelse och utemiljö.

Vad fann då studierna för resultat?

Äldreboendet bör ha kontakt med liv utanför boendet

Tillgång till *utsikter* som sträcker sig längre än boendets område är värdefullt. (Rodiek & Fried. 2005, s 185). Också Bengtssons och Carlssons studie betonar vikten av visuell kontakt med omgivningen utanför boendet (2005). Även Statens folkhälsoinstitut skriver:

”Den (utemiljön) måste inte bara vara fysiskt tillgänglig utan också attrahera de boende och få dem att vilja gå ut. Det har till exempel visat sig att om man har utsikt över ett grönområde inifrån boendet ökar motivationen att också vistas där.” (Statens folkhälsoinstitut, 2005, s 12)

Att *kunna följa vädret* inifrån trodde personalen att de äldre tyckte var värdefullt (Bengtsson & Carlsson, 2005, s 60).

Några informanter sa att det upplevdes positivt om *boendets läge* var nära affärer och service. (Bengtsson & Carlsson, 2005, s 61). Enligt informanterna i Bengtsson och Carlssons studie är det värdefullt för de äldre att ha kontakt med världen utanför, till exempel genom att se människor gå förbi (2005). Det är viktigt att ibland få byta miljö och träffa människor utanför boendet (Bengtsson & Carlsson, 2006, s 61). Om boendets läge är där andra människor rör sig så är det lättare att tillgodose de behoven.

En fokusgrupp i Bengtssons och Carlssons studie trodde att det var positivt att boendets uteplatser har insynsskydd och en av förklaringarna till detta var att äldre med synliga funktionsnedsättningar då inte kände sig uttittade. Fokusgruppen sa att det kunde vara anhöriga som sa detta (Bengtsson & Carlsson, 2006, s 55). Samtidigt kan höga insynsskydd skymma utsikten: om till exempel inte buskarna klipps så är det svårt att se över dem (Bengtsson & Carlsson, 2006, s 59).

Äldreboendets utemiljö bör erbjuda flera olika upplevelser och ge den boende möjligheten att byta miljö på äldreboendet

Vilka upplevelser bör trädgården i sig ge? Förutom att boendets läge och omgivning ger stimulans så ska också äldreboendets utemiljö i sig ge de boende möjlighet att byta miljö. Utemiljöns friska luft, vinden och lukterna ger frihetskänslor. Frihet är också att det finns olika saker att göra i utemiljön att välja mellan. En informant sa:

“Om jag känner för att promenera runt husen så gör jag det. Om jag känner för att titta på havet så gör jag det. Om jag känner för att sitta i trädgården så gör jag det”. (Bengtsson & Carlsson, 2006, s 59).

Just att det finns valmöjligheter när det gäller vad man ska göra i utemiljön betonas också av Statens folkhälsoinstitut (Statens folkhälsoinstitut, 2005, s 10). Olika platser i trädgården möjliggör för olika aktiviteter och upplevelser. Det är viktigt att det går att välja om man vill vara social eller vara för sig själv (Statens folkhälsoinstitut, 2005, s 10).

Kvaliteter som har återhämtande effekt togs upp i Bengtsson och Carlssons studie och dessa var: trädgården i sig, fontäner och hav (Bengtsson & Carlsson, 2006, s 58). Kontakt med naturelement, som vatten och växter är positivt för välbefinnandet (Statens folkhälsoinstitut, 2005, s 6). Statens folkhälsoinstitut skriver också att.

”Miljöer som stimulerar oss visuellt är bra för hälsan och påskyndar tillfrisknandet.”
(Statens folkhälsoinstitut, 2005, s 6)

Vegetationens betydelse beskrivs i många artiklar. I Bengtssons och Carlssons studie berättar informanterna om vegetationens olika stadier som ett sätt att följa årstiderna. Att med alla sinnen få följa blommornas utveckling från knopp till utslagen blomma. Att se träden skifta färg på hösten. Blomdofter upplevdes mycket positivt. Dofter från gräs uppskattades till exempel. En informant beskrev det såhär:

“När hon såg syrenerna var vi tvungna att gå över gatan och köra fram rullstolen till busken så att hon kunde känna lukten. Det var väldigt viktigt för henne. Att få känna på blommorna och komma nära dem”. (Bengtsson & Carlsson, 2006, s 59).

Rodiek kom fram till att informanterna såg frisk luft, grönska, växter, blommor, vatten, djur som ”magneter” för utevistelse (Rodiek, 2006, s 102-103). Även i Bengtssons och Carlssons studie framkom det att äldre uppskattar att titta på fåglarna (2006, s 60).

Det är värdefullt att kunna ta del av årstidsväxlingarna, både inifrån och utifrån. Variation och förändring behövs i utemiljön. Midsommarfirande utomhus uppskattades. (Bengtsson & Carlsson, 2006, s 59).

I Bengtssons och Carlssons studie beskrev personalen att de äldre tycker mycket om när personalen plockar blommor och tar in på boendet. (Bengtsson & Carlsson, 2005, s 59). Att få in *dagsljus* i rummen är viktigt (Bengtsson & Carlsson, 2005, s 59). Alla studierna som legat till grund för den här litteraturstudien konstaterar också att *utsikten* både inifrån byggnaden och från trädgården är viktig. Utsikt som gav grönska och färg var uppskattat (Bengtsson & Carlsson, 2005, s 59).

Känslan av att byta miljö behöver enligt informanterna inte kräva att den äldre kommer långt ifrån sin vanliga miljö. En timme tyckte fokusgruppen ofta att de äldre upplever som tillräckligt länge att vara iväg för att känna att man har bytt miljö (Bengtsson & Carlsson, 2006, s 57).

Äldreboendets utemiljö behöver vara tillgänglig, bekväm och trygg

Det är ju faktiskt först när man stöter på ett hinder som man `blir` funktionshindrad. Ju tillgängligare utemiljön är, desto färre kan alltså betecknas som funktionshandikappade.”

(Statens folkhälsoinstitut, 2005, s 10).

I Bengtsson och Carlssons studie uppgav informanterna att god *tillgänglighet* var mycket viktig för användandet av utemiljön. Låga trösklar och räcken att hålla sig i är viktigt. Lättanvända hissar är nödvändigt för självständighet. (Bengtsson & Carlsson, 2006, s 55)

Exempel på brister i tillgängligheten som de äldre uppgav i Rodieks studie var; problem med *gångvägar*, till exempel att de var för smala eller att de hade gått sönder; svårigheter att öppna dörrar samt att utemiljön upplevdes vara för långt bort. En informant skrev “Dörrarna ut är långt från mitt rum”. (Rodiek, 2006, s 102). Många *gångvägar* som tillgängliggör utemiljön är positivt. (Rodiek, Fried. 2005, s 185). Gångunderlaget kan ställa till svårigheter för de äldre. Eftersatt underhåll kan till exempel påverka äldres möjligheter att gå säkert på underlaget. Oklippta gräsmattor gör det till exempel svårare att gå på gräset (Bengtsson & Carlsson, 2006, s 59).

Bekvämlighet är viktigt, till exempel tillgång till skugga och sittplatser längs gångvägarna (Rodiek & Fried. 2005, s 185). *Vädret* är mycket viktigt för hur mycket de boende vill vara ute enligt flera studier. Om det är kallt, regnar eller blåser så gör det att de äldre inte vill gå ut

enligt informanterna i Bengtsson och Carlssons studie (2006, s 55). Därför behöver det finnas platser i skugga, sol och med vind- och regnskydd. De äldre uppskattar sittplatser, verandor och uterum (Rodiek, 2006, s 102-103).

Det är inte bara den fysiska tillgängligheten som är viktig. Hindren kan också vara mer upplevelsemässiga:

Hindren för utevistelse kan finnas redan innan man kommit ut och på vägen dit. En tråkig utsikt är redan i sig ett hinder och om man till exempel alltid måste passera en rökig och bullrig entré kan detta även verka avskräckande.” (Statens folkhälsoinstitut, 2005, s 12)

Vikten av en trivsamt och tillgänglig *övergång mellan inne och ute* beskrivs också i Bengtssons och Carlssons studie, där personalen anser att det är bra att det finns attraktiva utemiljöer nära gemensamma utrymmen. *Övergång mellan inne och ute* kan innebära en sittplats nära dörrarna ut som ger en blick ut i utemiljön och möjlighet att sitta och vila (Rodiek & Fried. 2005, s 185). *Fönster* i anslutning till dörrar ut är positivt (Rodiek & Fried. 2005, s 185).

En av frågorna som ställdes i Rodieks studie var ”Gör byggnaden eller utemiljön det svårt eller lätt för dig att gå ut?” (Rodiek, 2006, s 100). 76 % av informanterna svarade att miljön inte gjorde det svårare att gå ut och 24 % svarade att miljön gjorde det svårare. Författaren skriver att trots att så få på den här generella frågan uppgav att miljön *inte* hindrade dem så uppgav många i frågor om specifika element i miljön att miljön faktiskt hindrade dem (Rodiek, 2006, s 104). Författaren kommenterar att svarsfrekvensen var lägre på mer komplexa frågor, som den här, som krävde mer av informanten. Att svaren skiljer sig åt tror författaren också kan ha orsaker; kanske vill inte informanterna kritisera sitt äldreboende och/eller kanske så är de ovana att tänka på miljön som något som kan påverkas (Rodiek, 2006, s 105). Samtidigt som informanterna på den generella frågan var positiva så upplevde de flera brister i tillgängligheten. Många av de undersökta äldreboendena var relativt nybyggda så bristerna i tillgängligheten förvånade Rodiek (2006 s 101).

Något som Rodiek trodde att de äldre skulle se som viktig men som de inte uppgav var så viktigt var visuell *kontakt med personalen* under utevistelse.

“Kommentarer från flera av de boende tyder på att när de väl kommit ut så kände de flesta sig ganska trygga med att vara `för sig själva` en liten stund. Kanske stärks känslan av att vara

självständig när man kommer ut, eller kanske så går de mer självständiga äldre ut mer”
(Rodiek, 2006, s 105)

I Bengtsson och Carlssons studie trodde dock personalen att många äldre tycker att närhet till personal ger *trygghet*. Öppna fönster och dörrar på boendet trodde personalen skapar känsla av trygghet för den som ska gå ut. (2006, s 55)

Resultat av studie av tävlingsbidragen i arkitekttävlingen Framtidens äldreboende

Gemensamt för alla tävlingsbidragen

Boendets *läge* är en del av tävlingsförutsättningarna och ingenting förslagsställarna kunde påverka. Längst ut på Brofästet ska den nya stadsdelen Norra Djurgårdsstaden växa fram och det är här äldreboendet ska ligga. Förslagsställaren till tävlingsbidraget Connected beskriver boendets kontext såhär:

”Miljöstadsdelen Norra Djurgårdsstaden kommer att erbjuda framtidens miljömässigt och socialt hållbara boende. En ny stadsdel med nära kontakt till staden och Nationalstadsparkens naturskatter och vattnets horisont, med Bobergs historiska gasverksklockor i förgrunden i vackert mönstrat tegel, som ger sin speciella charm till området. Dessa byggnader kommer ligga tvärs över gatan från det nya boendet – de kommer inrymma kultur och kommer tillsammans med hållbarhetstanken vara det som ger området profil. Naturstigarna är många, tillgängligheten bra och området attraktivt för många målgrupper. Här finns plats för möte och motion i alla åldrar!”

En ungefärlig placering av husen var också bestämd och deras höjd var i princip bestämd. Hur mycket innergården skulle vara solbelyst kunde förslagsställarna alltså inte påverka. Läget ger *utsikt* över *vegetation, mänskligt liv, vatten* och hamn. För de som bor högt upp och mot vattnet blir det fin utsikt över Husarviken och hamnen och den nya stadsdelen från bostaden.

Då alla förslag erbjuder flera olika typer av trädgårdsrum så erbjuder de *olika upplevelser*. Det finns platser för *sociala* sammankomster, spontana möten och en stund för sig själv. Trädgårdsrummen är också av varierande i typ , med takträdgårdar, innergården och terrasser. Utsikten inifrån mot innergårdarna skiljer sig åt i förslagen på grund av olika utformning av innergården.

Alla förslagen använder sig av takträdgårdar. Detta utnyttjar takens yta och ger möjlighet till fler platser som kan erbjuda *olika upplevelser* för de boende. Takträdgårdarna tar också vara på *dagsljus* och på *utsikten* som läget ger. Dock har inte alla förslagsställare valt att takträdgården ska användas av alla boende.

Alla förslag har kvaliteterna vatten, vegetation och djurliv i utemiljön.

Tävlingsbidraget Meningsfyllt

Tävlingsbidraget Meningsfyllt vann tävlingen. På bilden nedan syns boendets framsida.



Äldreboendets framsida i tävlingsbidraget Meningsfyllt (Bild: White Arkitekter)

” Utblickar mot gård, gata och grannskap stimulerar sinnena och ger en känsla av delaktighet”
(White Arkitekter)

Glasfasaden ger boendet en öppenhet och kontakt med omgivande stadsdel.

MENINGSFYLLT



Plan över äldreboendets entréplan i tävlingsbidraget Meningsfyllt (Bild: White Arkitekter)

Lobbyn har stora glaspartier både ut mot gatan och in mot innergården. Här finns en kaffe- och kakabar. Restaurangen ligger precis intill. Genom den öppna entrén med funktioner för flera i stadsdelen bjuds andra än de boende in och skapar en *god kontakt med omgivningen runt äldreboendet.*



Lobbyn med kaffe – och kakabar i tävlingsbidraget Meningsfyllt (Bild: White Arkitekter)

White Arkitekters bildtext: "Det är jätteroligt att bo i ett sådant här kvarter. Läget är perfekt, nära till naturen och kommunikationerna. Och huset är verkligen fint och det känns bra att det är enkelt att leva miljövänligt här. Det är liksom så trivsamt. Jag har fått många nya vänner och njuter av alla bekvämligheter som finns här. Det är i lobbyn vi hänger mest."

En förlängning av lobbyn, och innergården, är Galleriet som går utmed en fasad. Med de stora fönstren och glasdörrarna skapas en bra kontakt med utemiljön på innergården.



Galleriet i tävlingsbidraget Meningsfyllt (Bild: White Arkitekter)

White Arkitekters bildtext "Jag är fortfarande samma människa på insidan som jag alltid har varit. Jag vill kunna klara mig själv så länge jag kan. Här får jag vara i fred när jag vill men jag kan alltid få hjälp och det finns alltid någon att prata med så jag behöver aldrig känna mig ensam. Varje dag går jag min lilla runda med rollatorn. I galleriet hänger det fin konst och man kan följa årstidernas växlingar i trädgården"

"Genomtänkta rumssamband, goda ljusförhållanden, färg och form lockar till rörelse."

Innergårdens *vegetation är frodig* och erbjuder både *sociala och avkopplande upplevelser*. Förslagsställaren beskriver sin inställning till utemiljöns utformning såhär:

"Utemiljöerna är en förlängning av bostäderna. Tillgången till fina utemiljöer ger frihetskänsla, möjlighet att uppleva årstidsväxlingar och att bara andas frisk luft. De olika utemiljöerna lockar och inspirerar till utevistelse och ger möjlighet till rörelse, vila och avkoppling. De skapar möjlighet till rörelse, vila och avkoppling. De skapar möjlighet till möten mellan människor men också möjlighet till avkoppling."



Innergården i tävlingsbidraget Meningsfyllt (Bild: White Arkitekter)

White Arkitekters bildtext ”Vi har det fantastiskt här. Det var skönt att lämna huset och flytta till ett bekvämt och modernt boende. Vi är ett gäng som tränar på gymmet och går stavgång i Nationalstadsparken. På gården träffas vi ofta och grillar och fikar på sommarkvällarna. Ibland har vi gårdsfest och då är alla i kvarteret med. Vi har en duktig gitarrspelare i trapphuset intill så det blir ofta sång och musik.”

Lägenheterna har tillgång till egen balkong eller fransk balkong, de flesta av dem är inglasade och vetter ut från boendet, inte in mot gården. De gemensamma rummen på vårdavdelningarna har större inglasade balkonger som alla vetter utåt. Det ger en *kontakt med livet i stadsdelen utanför*.

Att varje vårdavdelning har nära till den gemensamma egna balkongen ger en bra *övergång mellan ute och inne*, som kan locka de boende till utevistelse. Att balkongerna dessutom är inglasade ger *väderskydd* och gör att de kan ha ett mer behagligt klimat utan vind eller regn och varmare än en oskyddad balkong är, vilket ökar attraktiviteten.

Att de boende har egen balkong gör att de har möjlighet att ha kontakt med *vegetation* och få *dagsljus* och *frisk luft*. Bilden nedan visar exempel på en bostad och den goda kontakten med utemiljön. De stora fönstren ger utsikt över vegetationen och omgivningen. Sittplatser både utanför och innanför dörren gör att balkongen är tillgänglig och är ett exempel på en *bra övergång mellan inne och ute*.



Bostad med balkong i tävlingsbidraget Meningsfyllt (Bild: White Arkitekter)

White Arkitekters bildtext: "Jag har det så bra här. Min lilla lägenhet är så fin och jag kommer lätt till ro när jag behöver vila. Jag får många besök och vi går ofta ner och fikar i caféet."

Takträdgården ska vara en säker plats även för äldre med demens. Här finns kaniner och ett varierande växtliv.



Takträdgården i tävlingsbidraget Meningsfyllt (Bild: White Arkitekter)

White Arkitekters bildtext: "Jag blir glad när jag besöker pappa. Det märks att han trivs även om han inte kan uttrycka sig som förr. Han har ett stort behov av att röra sig och tar promenader på egen hand upp till takträdgården som är hans favoritplats. Med hjälp av GPS-armbandet vet personalen precis var han är. Vi brukar följa med honom upp dit när vi är på besök."

Tävlingsbidraget En liten bit av Sverige

Förslagsställaren har valt att flytta huset mot parken för att skapa en semiprivat zon mellan gata och byggnad. Innergården har breda gångar som ser släta och *tillgängliga* ut. Fasaderna är gråa men en fasad är tänkt att vara helt täckt av klätterväxter. Annars blir utsikten från de höga husen grå, husen är ju ganska höga. Tävlingsbidraget använder inte paradrabatter utan har rabatter i mer naturlig stil och växter med strandkaraktär. Förslagsställaren motiverar valet av växtlighet, framförallt till innergården, såhär:

"De naturtyper som mest effektivt lugnar, skapar ro och trygghet är vildvuxen grönska med våtområden som har en stor artrikedom, både av växter och djur. Den sinnliga upplevelsen av bladens gröna frodighet, porlande vatten, kvittrande fåglar och surrande insekter ger en helande effekt, med hjälp av de kvaliteter är det den effekten vi eftersträvar att uppnå i vårt projekt".

Innergården erbjuder framförallt lugna upplevelser. Takträdgården inbjuder till flera olika aktiviteter och upplevelser och det verkar vara ett mer varierat växtval än på innergården. Här finns traddungar, örträdgård, "vingård", bärträdgård och flera olika perenner. Det finns också grill och utekök. Svårt att se på planerna hur väderskydd är utformade. De stora träden ger ett visst solskydd. På takträdgården finns ett "kaninhus", en kreativ verkstad, träningsredskap, utevardagsrum och mer lugna platser med fontän och en plats bland höga perenner där fågellivet förväntas trivas.

I texten står det mycket om att det är viktigt att förslaget strävar efter att ta vara på varje årstids speciella tjusning, vilket enligt resultatet från litteraturstudien är mycket bra.

Enligt tävlingsbidragets text:

"Med bottenvåningens stadsnära funktioner som restaurang, vårdcentral, gymnastik och andra mer utåtvända aktiviteter mot både gatan och grönområdet, kommer bebyggelsen att påverka lokalsamhället och med sin egen lilla "stad" i byggnaden ge ett kärleksfullt bidrag till den nya stadsdelen Brofästet".

I bottenvåningen finns en stor foajé som är i kontakt med både gatan utanför och innergården. På en skiss över en takträdgård så ser man att det i gräset ligger trampstenar. Enligt texten ska gångstigen ändå vara tillgänglig för rullstolsburna och personer med andra problem att röra sig.

Tävlingsbidraget Oasis

Också förslaget Oasis betonar att de äldre ska integreras med resten av stadsdelen. Ett sätt att uppnå det är genom att lägga en förskola i byggnadens bottenplan. Förskolan ligger i den yttre delen av innergården, som inte är helt omsluten. Den inre delen av innergården hör till äldreboendet. Det går inte att tyda om var förskolans område slutar och börjar. Förslaget tar upp generationsdialog. Restaurangen är vänd mot gatusidan, inte mot innergårdssidan. Förslaget beskriver att det ska vara möjligt för sängliggande att också komma ner hit. Det finns en speciell del av restaurangen för de som är sängliggande.

Förutom orangeriet som ligger på taket så ser takträdgården i sig monoton ut på bilderna. Något enstaka träd växer på en annars gräs- eller trallbelagd yta. Takträdgården erbjuder *utsikt* och ser ut att erbjuda flera platser för *sociala aktiviteter* med sina många sittplatser. Eftersom alla boende är tänkta att använda platsen kan det bli en plats för möten mellan boende från olika delar av äldreboendet. Det ser inte ut att finnas några avskilda vrår för den som vill vara för sig själv. I orangeriet är *vegetationen frodig* och rummet ger också *skydd för regn, vind och kyla*. På taket finns också ett gym. Förslagsställaren beskriver både entréplan och takträdgården som aktiverande ytor.

Innergården beskrivs inte som avkopplande, men beskrivs som en plats med goda möjligheter för avkoppling och kontemplation. Innergården är en plats med flera vatteninslag och mycket naturlig vegetation. Förslagsställaren beskriver den såhär

”Trädgården uppstår som ett flexibelt vattenlandskap, som utnyttjar lokal hantering av regnvatten för att skapa olikartade biotoper och upplevelser av den svenska naturen.” (Oasis)

Det låter inte som att de satsar på blommande arter, doftande arter eller traditionella finblommor. Inte heller på arter som har starka höstfärger eller ger tydliga årstidsväxlingar. Här finns många små fontäner som ger en rofylld ljudupplevelse. Utformning och växtval generellt verkar ge en lugn upplevelse.

Vårdboendets bostäder har *utsikt* in mot den rofyllda innergården. Alla boende har egna franska balkonger. Enligt texten ska också många av fasaderna bli gröna väggar, vilket också ger grön utsikt. Alla våningar har ett stort burspråk som är inglasat. Alla seniorlägenheter har antingen vanliga eller franska balkonger.

Många gångvägar på innergården och de många sittplatser som finns i gångens nischer är positivt för de äldre.

Tävlingsbidraget Connected

I förslaget Connected har förslagsställaren valt att lägga vård- och omsorgsboendet på de tre lägsta våningarna och motiverar det med att "Forskning har visat på att gruppen känner sig tryggast i markplan". Trädgården består av en innergård som är till för alla, en stor terrass för varje vårdplan, privata mindre terrasser som hör till varje seniorlägenhet och en takträdgård som framförallt är till för de som bor i seniorlägenheterna. Takträdgården hittar jag ingen plan över.

Namnet i sig beskriver förslaget bra då förslagsställaren trycker mycket på att äldreboendet och de boende ska integreras med stadsdelen i övrigt. Tidigt i inledningen skriver förslagsställaren:

"Social isolering är vanligt bland äldre och ett viktigt område att förebygga. Därför bör miljöer där äldre vistas och bor utformas kring att upprätthålla samhörighet och främja integrering mellan boende, personal, anhöriga och andra".

Litteraturstudien visade också att *kontakt med liv utanför boendet* och att det finns flera *platser för sociala aktiviteter* är viktigt. Hur visar sig den här ambitionen konkret i förslaget Connected? Integreringen med stadsdelen i övrigt uppnås genom att delar av trädgården är öppen för allmänheten och ska innehålla attraktiva kvaliteter för flera åldersgrupper. Miljön ska vara intressant för grannar. Entrén har stora glaspartier som gör att det är lätt att utifrån se vad som händer inne i byggnaden. I bottenvåningen finns gym, lounge, läslounge, bibliotek, lokaler för föreningar och kanske vårdcentral, alltså flera funktioner som kan locka in andra i stadsdelen. Entrén verkar vara ett exempel på en bra *övergång mellan ute och inne*. Den kommer att vara en livlig plats och skulle kunna vara en bra plats för piggare äldre som "vill vara där det händer".

Glaspartierna mot trädgården uppmuntrar till att gå ut och upptäcka trädgården. I närheten av utgångarna och ingångarna finns några sittplatser, men de är placerade i sittgrupper vända mot bord och är inte heller placerade precis intill ut- och ingångarna. På en visionsbild av ett vardagsrum syns också stora glaspartier och stora dörrar som öppnas mot avdelningens terrass. Nära utgången finns sittplatser. Genom att det finns stora fönster in mot boendet kan också de äldre känna sig trygga i att någon skulle se om de ramlade till exempel.

Utemiljöns utformning får stort utrymme i presentationen av förslaget. Redan tidigt i texten skriver förslagsställaren, efter ett stycke som bland annat beskriver alla positiva hälsoeffekter som närhet till natur ger "Men det mest väsentliga är att trädgården ses som en del av vården och vårdmiljön".

Vegetationen i förslaget är lummig, flerskiktad och flera träd ska få växa sig stora här. Om *växtval* skriver förslagsställaren att de vill välja växter som ger färg-, doft- och smakupplevelser till de äldre, men det går inte att på bilderna eller planerna se vilka arter de vill använda. I texten beskrivs dock en del artval: klassiska träd som ek och björk och blommande fruktträd har valts och i fältskiktet sådant som naturligt växer i trakten, som vitsippa, liljekonvalj med flera. Dessutom finns här mycket blommande växter och lökar. På innergården finns en näckrosdamm. Förslagsställaren vill utnyttja alla delar av trädgården, även yta under balkongerna ska planteras med skuggtåliga växter. Det låter som att det blir en frodig *vegetation* på innergård. Redan från början kommer *utsikten* från fönster långt ner i huset och som vetter in mot innergården att vara grön. Några år senare kommer även de som bor längre upp i huset att ha en delvis grön utsikt. Också terrasserna som hör till varje vård- och omsorgsboende kommer att få en allt grönare utsikt. Alla boende har en djup blomlåda i sitt fönster och kommer iallafall att se den. Genom utsikten över vegetation får de boende möjlighet att följa årstidsväxterna. Björken har en gul höstfärg som kan lysa upp innergården på hösten.

Vid gångarna på innergården finns bänkar på flera ställen.

Terrasserna får tak genom terrassen på våningen ovanför. På takträdgården och på innergården hittar jag inga regnskydd. Varje vård- och omsorgsplan har tillgång till en terrass

så utemiljö kan sägas finnas nära de boende. På terrassen ska hela avdelningen kunna sitta ute och äta.

Diskussion

I förslaget Meningsfyllt är de gemensamma balkongerna på vård- och omsorgsavdelningarna förhållandevis smala, medan Connected föreslår en terrass till varje avdelning där hela avdelningen ska kunna sitta ute och äta till exempel. Det tycker jag är en god ambition, här finns det möjlighet till midsommarfirande till exempel. Terrasserna är inte inglasade och därför väderutsatta. Balkongerna i Meningsfyllt är inglasade men kan eventuellt bli för smala för boende med större rullstolar och göra att det blir krångligare för flera boende att använda balkongen samtidigt. Kanske krävs det också en viss yta för att till exempel en rofylld upplevelse ska bli total? I min litteraturstudie så har jag inte hittat mycket om hur stora ytor som behövs kring äldreboendet för att tillgodose äldres behov av utemiljö. Rimligtvis borde det bero på i vilken utsträckning en miljö kan erbjuda olika upplevelser. Om en liten plats erbjuder privata rum där den äldre kan vara för sig själv och njuta av naturen utan att bli störd, så borde inte platsen vara för liten. Under tidig vår och sen höst, då det är för kallt att vara ute, så kan jag tänka mig att den inglasade balkongen i Meningsfyllt blir för trång för alla avdelningens boende och därmed inte kan erbjuda tillräckligt många upplevelser.

I förslaget *En liten bit av Sverige* har förslagsställaren valt att lägga huset så att en semiprivat zon skapas mellan husets huvudentrésida. Hur hade det blivit om huset istället flyttades åt andra hållet? En semiprivat zon hade skapats mellan äldreboendet och parken. Givetvis är det en avvägning. Kanske skulle det vara svårare att skapa en inbjudande entrésida, men vinsten skulle kunna vara möjligheten att sitta i marknivå utanför boendet och titta ut över parken. Parken kan både ge upplevelse av att vara i kontakt med naturen och att vara i kontakt med och se människor som rör sig i området.

Förslagsställaren till *Connected* har i inomhusmiljön tänkt på att det kan ge trygghet och kontakt med närhet till personal

”Till exempel ska man från sin boendelägenhet kunna öppna sin dörr och höra röster, se eller höra aktivitet, eventuellt känna matdoft. Därför är kök, tvätt och personalens skrivbord strategiskt placerade utanför boenderummen.”

Ett liknande tänk kring utemiljö hade kunnat öka de äldres upplevelse av trygghet vid utevistelse. Innergården är en plats som till sin natur är omsluten av byggnader. Det är en plats där det byggda och det mänskliga livet är nära. Det kan säkert ge trygghet för den äldre som är osäker på att gå själv och för personal. Samtidigt tror jag att det kan upplevas som en instängd miljö, som kanske kan göra att frihetskänslan som utevistelse kan ge minskar. Då tävlingsbidragen erbjuder valmöjligheter som balkonger, terrasser och takterrasser så kanske inte det blir ett problem då frihetskänsla och utsikt erbjuds på andra platser i äldreboendets utemiljö. I förslaget Connected så ska takterrassen användas av seniorlägenheterna.

Motiveringen är att den gruppen äldre som bor på vård- och omsorgsboendet” trivs bäst vid markplan”. Kanske kan möjligheten att, även som mycket svag och kanske sängliggande, komma upp till takterrassens utsikt och få känna vinden i ansiktet vara extra värdefullt? En fördel med att vård- och omsorgsboendet placeras i de nedre våningarna tror jag kan vara att de som bor där får en grönare utsikt än de som bor längre upp. De som bor på vård- och omsorgsboendet är troligtvis mindre rörliga och beroende av andra för att komma ut, och då är en grön utsikt från det egna fönstret värdefull.

I förslaget *En liten bit av Sverige* föreslås trampstenar i gräs som en del av markbeläggningen. Markbeläggningen beskrivs vara tillgänglig även för rullstolsburna och personer med gångsvårigheter, men kanter som ställer till problem borde kunna uppkomma med stenar i gräs. Det är inte helt tydligt hur markbeläggningen ska se ut, men förslagsställaren använder

sig av referensbilder av markbeläggning som ser ut att komma ifrån High Line i New York.



High Line, New York 2012. Egen bild

Referensbilderna av markbeläggning som förslagsställaren använde var på den/eller liknande markbeläggningen som syns på bilden ovan. Med markbeläggning som den på bilden kan jag tänka mig en del svårigheter för äldre. Svårigheterna som jag kan tänka mig med markbeläggningen på bilden för äldre är att personer med nedsatt syn, rullstolsburna och de med gångsvårigheter kan missa de oregelbundna kanterna. Jag tror att tydligare, mer definierade kanter fungerar bättre till äldre.

Att äldreboendet har plats och ger bra möjligheter att ta emot närstående är såklart positivt. Förslagen erbjuder många fina sittplatser utomhus och en spännande miljö att besöka. Några av förslagen föreslår övernattningslägenheter för närstående vilket jag tror är jättebra. Om boendet är attraktivt att besöka genom spännande arkitektur och eller viktiga funktioner för andra grupper än äldre så ökar också möjligheten till integrering i stadsdelen och kontakt med livet utanför boendet. Att träffa och se andra människor än de boende behöver då inte innebära att lämna boendet. Alla förslagen har kvaliteter som är attraktiva för andra än bara de boende och närstående och det ser jag som väldigt positivt. Innan jag gjorde den här studien hade jag inte tänkt på möjligheten hos äldreboende utemiljö som en intressant plats för andra

än de äldre att vistas på. Samtidigt som det är positivt att det finns delar av utemiljön som är öppna för alla så tror jag också att det är viktigt att det finns privata delar av utemiljön.

Både i Meningsfyllt och i Connected finns ljusa och öppna entrélokaler med kontakt både med gata och med innergården. Entréerna skapar en bra *kontakt med livet* och *vegetationen* utanför. I Meningsfyllt finns dock inga sittplatser nära dörrarna och i Connected finns sittplatserna en bit från dörrarna och är vända från dörrarna mot bord. Även om *övergång mellan inne och ute* är bra på det viset att utemiljön syns bra inifrån så saknas stabila sittplatser precis innanför och utanför dörrarna ut.

Arkitektur blir alltid en avvägning mellan olika krav. Jag har studerat framförallt utemiljön i tävlingsbidragen ur ett upplevelse- och användarperspektiv, medan de som utformat tävlingsbidragen har sett till miljökrav, byggnadsteknik med mera. Till exempel så kanske inte det optimala är ett höghus, utan lägre byggnader där alla våningar har direktkontakt med utemiljö? Men när en ny stadsdel byggs kan till exempel täthet vara ett krav i översiktsplanen. Att bygga höga hus kan också vara tvingande av detaljplanen. En fördel med höghus är att många människor samlas på liten yta och får närmre till varandra, vilket kan stärka det sociala livet. Det blir inte så långt för de äldre att gå om de kan åka hiss eller gå i trappor istället för att gå genom en hel avdelning för att komma till nästa avdelning. Det finns för- och nackdelar med alla lösningar.

Avslutande reflektion

Studierna som jag har behandlat i litteraturstudien har till stor del undersökt befintliga boenden och äldres upplevelse av dem. Min litteraturstudie tar inte upp hur man ska tänka när ett nytt äldreboende ska byggas. Att litteraturstudien inte gör det gör att min studie av tävlingsbidragen inte heller tar upp aspekter om hur ett äldreboende ska utformas från grunden. Till exempel har jag inte studerat orienterbarhet, som kan sägas vara en del av tillgängligheten. Exemplet som ges i studierna i litteraturstudien på hur en miljö görs tillgänglig är att undvika höga trösklar och tunga dörrar, men inte om hur miljön kan underlätta för en synskadad, trött eller förvirrad person att orientera sig. Då till exempel trötthet, synnedbrott och viss kognitiv svikt så känns orienterbarheten som en viktig fråga. Hur färgval, skyltning, intuitiv/logisk planering påverkar orienterbarheten hade varit intressant att läsa mer om. Jag tror att det är viktigt att byggnads- och landskapsarkitekter planerar helheten tillsammans för att slutresultatet ska bli orienterbart. Både inomhus- och

utomhusmiljön har en viktig roll i att "locka" till aktivitet och till att gå ut. Kanske är detta speciellt viktigt för personer med någon form av nedsättning i funktionsförmåga. Vad är nära? Något som någon upplever som nära kanske någon annan upplever som långt bort. Något, som kanske kan kallas orienterbarhet är att den boende upplever att avståndet mellan bostaden och utemiljön är kort. Jag tror att flera av kvaliteterna som jag funnit bidrar till ett *kortare mentalt avstånd*. Exempel på det är *utsikt* och *bra övergång mellan inne och ute*. Det bästa vore om tankarna om kvaliteter för äldreboenden fanns med redan i kommunens översiktsplaner och detaljplaner. På så vis skulle till exempel optimala lägen för att bygga äldreboende kunna upptäckas tidigt till exempel i planering av en ny stadsdel.

Jag har i mitt arbete inte undersökt hur inomhusmiljö och utomhusmiljö kan komplettera varandra. I förslaget Oasis till exempel beskrivs innergården som lugn, medan entréplan inomhus är mer aktivt och socialt. Kanske behövs då inte sociala platser ute lika mycket för att valmöjligheten ska vara tillräcklig?

Att använda orden utemiljö "kring" äldreboende är kanske inte optimalt i det här arbetets titel. Det är helheten som är viktig, som kontakt mellan ute och inne. *Kring* är dock ett bra ord då det också inbegriper omgivningen runt själva boendet och därmed utsikt och kontakt med omvärlden.

Många av de kvaliteterna i utemiljö som äldre personer uppskattar är sådana kvaliteter som uppskattas av personer i andra åldrar också. Närmiljöns utformning blir viktigare när funktionsförmågan sjunker så det blir extra viktigt för personer med funktionsnedsättning att ha tillgång till en god utemiljö. Genom litteraturstudien fann jag att viktiga kvaliteter för äldreboendes utemiljö bland andra är *utsikt*, *kontakt med det omgivande samhället*, *vegetation*, *bra övergång mellan inne- och utemiljö*, *god tillgänglighet* och en *bekväm utemiljö*. Alla de studerade tävlingsbidragen erbjöd många av viktiga kvaliteterna. I tävlingsprogrammet står det att tävlingsbidraget ska ha ett "Nytänkande kring bra bostäder och boendemiljöer för äldre" samt att förslaget ska ha en "Arkitektonisk gestaltning av byggnaden och grönytor." Förslagsställarna gick också igenom ett prequalificeringsförfarande där de behövde visa upp referensprojekt. Med andra ord så håller tävlingsbidragen en hög kvalitet. Jag frågar mig i vilken utsträckning de vanliga befintliga äldreboenden och "vanliga" äldreboenden som byggs idag erbjuder utemiljöer med lika god kvalitet? Rodiek kom i sin studie från 2005 fram till att

även relativt nybyggda äldreboenden har bristande tillgänglighet. Är det rimligt att ett äldreboende inte erbjuder en bra och varierad utemiljö, med tanke på de många hälsovinster för individen och den lägre hälso- och sjukvårdskostnaden för samhället som den ger? Det hade varit intressant att undersöka vidare hur befintliga äldreboendes utemiljöer ser ut och hur planer för planerade ”vanliga” äldreboenden ser ut.

Borde tvärvetenskapliga team vara ett krav i den här typen av tävlingar? Många andra discipliner har god insikt i äldres behov och skulle kunna bidra med mycket i en dialog om utformning. Äldre själva och de som arbetar med den dagliga vården skulle också kunna bidra med många viktiga tankar.

Referenser

Ahlbom, A. Drefahl, S. & Lundström, H. (2010) Den åldrande befolkningen Läkartidningen nr 48 Vol 107 (Elektroniskt) <http://www.lakartidningen.se/engine.php?articleId=15497>

Bengtsson, A. Carlsson, G. (2005). Outdoor Environments at Three Nursing Homes: Focus Group Interviews with Staff.

Bengtsson, A. (2003). *Utemiljöns betydelse för äldre och funktionshindrade – en kunskapssammanställning*. Sandviken. Sandvikens tryckeri.

Cooper Marcus, C. Hartig, T. (2006). Essay Healing gardens -places for nature in health care. *Medicine and Creativity*, vol 368, ss. 36-37

Dederling, S. Lagerwall, T. Lindgren, A. Lindström, J. Magnusson, E. Månsson, K. Paulsson, J. & (2012). Bo bra på äldre dar. Kreativitet och nytänkande när det gäller bostäder och boendemiljö för äldre. Slutrapport. (Elektronisk) Hjälpmedelsinstitutet. <http://www.hi.se/sv-se/Publicerat/Boende/Bo-bra-pa-aldre-dar---Slutrapport/> Tillgänglig: 2013-04-19

Detweiler M B. Sharma, T. Detweiler J G. Murphy, P. Lane, S. Carman, J. Chudhary, A. Halling .M. & Kim K Y. (2011).What Is the Evidence to Support the Use of Therapeutic Gardens for the Elderly? *Psychiatry Investigation*, vol 9, ss. 100-110.

Rodiek, S. (2006). Residents Perceptions of Physical Environment Features that Influence Outdoor Usage at Assisted Living Facilities. *Journal of Housing for the Elderly*, 19: 3-4, ss. 95-107.

Rodiek, S. Fried, J. (2005). Access to the outdoors: using photographic comparison to assess preferences of assisted living residents. *Landscape and Urban Planning*, 73, ss. 184-199.

Statens folkhälsoinstitut. (2005). *Utemiljöns betydelse för äldre och funktionshindrade vid särskilda boenden*. Ödeshög. AB Danagårds grafiska.

Sveriges framtida befolkning 2010-2060. (2010) SCB. (Elektroniskt)

http://www.scb.se/Statistik/BE/BE0401/2010I60/BE0401_2010I60_SM_BE18SM1001.pdf

25 april 2013