

Gröna rum – funktionsfrämjande miljöer i Norden för äldre och för personer med funktionsnedsättning

www.yrkesakademin.fi/gronarum



Foto: Lisa Berglund



Syfte och målsättning med utbildningen är att inspirera och motivera personal till att utveckla färdigheter att använda gröna rum i det dagliga arbetet genom att ge kunskap och verktyg till att förverkliga möten i natur och trädgård.

Utbildningen tar fasta på att stöda den enskilda individen samt arbetsgemenskapen genom att fokusera på lärande i arbetet och stärka det yrkesmässiga kunnandet/yrkesskickligheten och kompetensen.

Målgruppen är personal inom äldre- och handikappomsorg samt personal som arbetar med natur, trädgård och park

Utbildningen omfattning är 3,0 studieveckor (120 t) varav närstudier: 10 dagar (5 gånger per/år)

Tidpunkt: Utbildningen i Vasa , Kungsgårdsvägen 30 A, pågår under tiden 9.9.2009-22.4.2010





Yrkesakademin
i Österbotten



Inom projektet Gröna rum – funktionsfrämjande miljöer i Norden för äldre och för personer med funktionsnedsättning och inom pilotutbildningen har följande kompetensnivåer fastställts i relation till de olika kunskapsområden som ingår. www.yrkesakademin.fi/gronarum

| Kunskapsområden | Överenskommen kompetensnivå |
|---|--|
| Naturens betydelse för människans välbefinnande och trivsel | |
| Naturens betydelse för människan <ul style="list-style-type: none"> • ljus, luft, klimat, årstider • upplevelser • aktiviteter | Personalen/studerande förstår naturens betydelse för människans hälsa och välbefinnande samt kan skapa och motivera situationer/aktiviteter som möjliggör naturupplevelser i det dagliga arbetet |
| Naturen och trädgården som hälsokälla - trädgårdsterapins historia | Personalen/studerande känner till synen på naturen och trädgården som hälsokälla och trädgårdsterapins historia |

| Kunskapsområden | Överenskommen kompetensnivå |
|---|---|
| Hälsoresurser och funktionsförmåga hos äldre och hos personer med funktionsnedsättning | |
| Fysisk, psykisk, social och andlig hälsa | Personalen/studerande har insikter i människans hälsoresurser/hälsohinder ur fysiskt, psykiskt, socialt och andligt perspektiv och förstår att hälsan kan befrämjas med naturnära aktiviteter |
| Hälsoresurser och funktionsförmåga sett i det normala åldrandets perspektiv Hälsoresurser och funktionsförmåga hos personer med funktionsnedsättning | Personalen/studerande inser att en naturnära verksamhet bör planeras och förverkligas och utvärderas utgående från den enskilde människans hälsoresurser och funktionsförmåga |
| Rehabiliterande hållning och arbetssätt | Personalen/studerande förstår vad rehabiliterande hållning och arbetssätt innebär och hur den enskilde människan respektfullt kan och bör erbjudas delaktighet och självbestämmande i sin egen vardag |
| Hjälpmedel som stöder delaktighet | Personalen/studerande känner till och kan använda olika hjälpmedel som stöder människans delaktighet |

| Kunskapsområden | Överenskommen kompetensnivå |
|--|--|
| Redskap för att fånga in människans önsningar av mötet med gröna rum | |
| Möten i de gröna rummen som en naturlig del i vården och omsorgen om de äldre och om personer med funktionsnedsättning | Personalen/studerande kan skapa möten för de äldre och för personer med funktionsnedsättning i det dagliga arbetet där gröna rum är ett naturligt inslag |
| Planering och dokumentation med levnadsberättelsen som utgångspunkt | Personalen/studerande kan planera, förverkliga, utvärdera och dokumentera en naturnära verksamhet med beaktande av människans personhistoria, intressen, handlingskraft och funktionsförmåga |
| Fotografier, böcker och film som hjälpmedel för att uppleva de gröna rummen | Personalen/studerande använder fotografier, böcker och film som hjälpmedel för att skapa och stärka upplevelser av de gröna rummen |
| Anpassning av miljön för att tillmötesgå människans behov av delaktighet och upplevelse av en trygg och säker grön miljö | Personalen/studerande känner till hur den omgivande miljön bör vara utformad och anpassad för att skapa trygghet och säkerhet för de äldre och för personer med funktionsnedsättning |

| Kunskapsområden | Överenskommen kompetensnivå |
|--|---|
| De gröna rummens utformning och innehåll | |
| Trädgårdens utformning och innehåll utgående från specifika behov | Personalen/studerande känner till hur trädgården bör vara utformad och kan i samarbete med personal från respektive bransch skapa en funktionsfrämjande och tillgänglig miljö utgående från specifika behov hos de äldre och hos personer med funktionsnedsättning |
| Tillgänglighet till gröna rum för de äldre och för personer med funktionsnedsättning | |
| Skilnader och likheter mellan en vanlig trädgård och en hälsoträdgård | Personalen/studerande kan reflektera kring och beskriva skillnader och likheter mellan en vanlig trädgård och en hälsoträdgård |
| Trädgårdskunskap: Val av växter, odlingsbäddar, planteringar och skötsel, planering av gångars beläggning och utformning, behov av avgränsningar, redskap för olika ändamål | Personalen/studerande känner till lämpliga växter, odlingsbäddar, planteringar och deras skötsel, planering av gångars beläggning och utformning, behov av avgränsningar och kan använda redskap för olika ändamål samt i samarbete med personal från respektive bransch skapa funktionsfrämjande och tillgängliga gröna rum utgående från specifika behov hos de äldre och hos personer med funktionsnedsättning |

| Kunskapsområden | Överenskommen kompetensnivå |
|--|--|
| De gröna rummens användningsmöjligheter – och sen då? | |
| De gröna rummen – en mötesplats för olika aktiviteter och sinnesupplevelser | Personalen/studerande stärker aktivt sitt yrkeskunnande genom att läsa aktuell litteratur och forskning inom området |
| De gröna rummens användningsmöjligheter – att införa idén om gröna rum i sitt arbete | Personalen/studerande initierar, på basen av aktuell litteratur och forskning, utveckling av gröna rum på sin arbetsplats |
| Att utveckla sin verksamhet för att tillmötesgå människans önsknings av mötet med gröna rum | Personalen/studerande planerar, förverkligar, utvärderar och dokumenterar naturnära aktiviteter i samarbete med sina kolleger på arbetsplatsen |
| Att arbeta i nätverk och ta tillvara olika yrkesgruppers kunskande för att möjliggöra utveckling av verksamheten | Personalen/studerande skapar nätverk av yrkeskunniga inom området för att möjliggöra utveckling av naturnära verksamhet och av gröna rum |



Utbildningens upplägg och innehåll:

1. Naturens betydelse för människans välbefinnande och trivsel

Innehåll:

- Naturens betydelse för människan
 - ljus, luft, klimat, årstider
 - upplevelser
 - aktiviteter
- Naturen och trädgården som hälsokälla - trädgårdsterapins historia

Uppgifter:

1. Inventera och beskriv de resurser som finns i den verksamhet där du jobbar. Vilka gröna miljöer finns inomhus/utomhus
2. Planera en naturupplevelse tillsammans med en annan (exempelvis en kollega, en familjemedlem eller en klient) Beskriv vilken betydelse upplevelsen har för dig och för den andra. Var uppmärksam på likheter och skillnader.
3. Studera litteraturen och reflektera över din beredskap att i din verksamhet tillämpa "Naturens betydelse för människans välbefinnande och trivsel"
 - Vad behöver jag ännu lära mig? (kunskap och förståelse)
 - Hur kan jag använda det jag lärt mig? (hanterbarhet)
 - Vad är viktigt för mig att ta vara på? (meningsfullhet)Sammanställ dina tankar i din inlärningsportfolio

Litteratur:

Andersson Royne, Rydberg Dan, 2005. **Naturen och hälsan**, Skogsstyrelsens förlag

Nebelong, Helle. 2003. **Sansehaver - naturens terapirum** artikel i temanummer "Grønt er godt..." i tidsskriftet Vækst, Hedeselskabets tidsskrift nr. 4

Bengtsson, Anna . 2003. **Utemiljöns betydelse för äldre och funktionshindrade**. Statens Folkhälsoinstitut i Sverige. Rapporten kan laddas ned:

<http://www.fhi.se/upload/PDF/2004/rapporter/utemiljo0401.pdf>

Rappe, Erja. & Lindén, Leena. & Koivunen, Taina. 2003. **Puisto, puutarha ja hyvinvointi**. Gummerus, Jyväskylä.

Schmidtbauer, Pia, Grahn, Patrik & Lieberg, Mats.2005.**Tänkvärda trädgårdar. När utemiljön blir en del av vården**. Formas

2. Hälsoresurser och funktionsförmåga hos äldre och hos personer med funktionsnedsättning

Innehåll:

- Fysisk, psykisk, social och andlig hälsa
- Hälsoresurser och funktionsförmåga sett i det normala åldrandets perspektiv
- Hälsoresurser och funktionsförmåga hos personer med funktionsnedsättning
- Rehabiliterande hållning och arbetssätt
- Hjälpmedel som stöder delaktighet

Uppgifter:

1. Beskriv hur en rehabiliterande hållning och ett rehabiliterande arbetssätt kan tillämpas inom din verksamhet för att skapa en meningsfull vardag för dina klienter/brukare
2. Beskriv några viktiga förutsättningar för att en fritt vald grupp klienter/brukare skall kunna använda en uteplats intill ett gruppböende
3. Studera litteraturen och reflektera över din beredskap att i din verksamhet tillämpa "Hälsoresurser och funktionsförmåga hos äldre och hos personer med funktionsnedsättning"
 - Vad behöver jag ännu lära mig? (kunskap och förståelse)
 - Hur kan jag använda det jag lärt mig? (hanterbarhet)
 - Vad är viktigt för mig att ta vara på? (meningsfullhet)Sammanställ dina tankar i din inlärningsportfolio

Litteratur:

Andersson, Lisa. 2006. **Att få leva tills jag dör – om ett rehabiliterande synsätt.** Fortbildning ab/ Tidningen Äldreomsorg

Bengtsson, Anna . 2003: **Utemiljöns betydelse för äldre och funktionshindrade.** Statens Folkhälsoinstitut i Sverige. Rapporten kan laddas ned:

<http://www.fhi.se/upload/PDF/2004/rapporter/utemiljo0401.pdf>

Berentsen Vigdis Drivdal, Grefsrød Ellen-Elisabeth, Eek Arnfinn, 2007, **Sansehager for personer med demens**, Utforming og bruk. Forlaget Aldring og helse

Dahlenborg, Inge. 2003. **Trädgård – en möjlighet i all vård.** Demensförbundet, Stockholm.

Forsman, Monika. 2008. **Socialt innehåll i äldreomsorgen.** Fortbildning ab/ Tidningen Äldreomsorg

Sjöberg Malena m.fl., 2003, **Om bemötande av människor med funktionshinder**, Lenanders Grafiska Ab

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

3. Redskap för att fånga in människans önskningar av mötet med gröna rum

Innehåll:

- Möten i de gröna rummen som en naturlig del i vården och omsorgen om de äldre och om personer med funktionsnedsättning
- Planering och dokumentation med levnadsberättelsen som utgångspunkt
- Fotografier, böcker och film som hjälpmedel för att uppleva de gröna rummen
- Anpassning av miljön för att tillmötesgå människans behov av delaktighet och upplevelse av en trygg och säker grön miljö

Uppgifter:

1. Intervjua två personer i din närhet/i ditt arbete och beskriv de redskap som personerna upplever som betydelsefulla för att kunna uppleva det gröna som en hälsokälla
2. Studera litteraturen och reflektera över din beredskap att i din verksamhet tillämpa "Redskap för att fånga människans önskningar av mötet med gröna rum"
 - Vad behöver jag ännu lära mig? (kunskap och förståelse)
 - Hur kan jag använda det jag lärt mig? (hanterbarhet)
 - Vad är viktigt för mig att ta vara på? (meningsfullhet)Sammanställ dina tankar i din inlärningsportfolio

Litteratur:

Berentsen Vigdis Drivdal, Grefsrød Ellen-Elisabeth, Eek Arnfinn, 2007. **Sansehager for personer med demens**, Utforming og bruk. Forlaget Aldring og helse

Björkqvist. Ulrike. 2009. **Naturnära omsorg – en handbok**. Kårkulla samkommun

Börjeson Ingvor, Koch Gunilla, 2005. **Tänk om Livskvalitet och funktionshinder**, B4 Press

Crafoord Clarence, 1994, **Människan är en berättelse**, Natur & Kultur

Dahlenborg, Inge. 2003. **Trädgård – en möjlighet i all vård**. Demensförbundet, Stockholm.

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



Yrkesakademin
i Österbotten



4. De gröna rummens utformning och innehåll

Innehåll:

- Målsättning med trädgårdens utformning och innehåll utgående från specifika behov
- Skillnader och likheter mellan en vanlig trädgård och en hälsoträdgård
- Tillgänglighet till gröna rum för de äldre och för personer med funktionsnedsättning
- Trädgårdskunskap: Val av växter, odlingsbäddar, planteringar och skötsel, planering av gångars beläggning och utformning, behov av avgränsningar, redskap för olika ändamål

Uppgifter:

1. Planera tillsammans med en kurskamrat en funktionell grön miljö (inomhus eller utomhus) i enlighet med en grupp klienters /brukares behov och kapacitet
2. Praktiska övningar i en trädgård med skriftlig rapport i inlärningsportfolion
3. Studera litteraturen och reflektera över din beredskap att i din verksamhet tillämpa "De gröna rummens utformning och innehåll"
 - a. Vad behöver jag ännu lära mig? (kunskap och förståelse)
 - b. Hur kan jag använda det jag lärt mig? (hanterbarhet)
 - c. Vad är viktigt för mig att ta vara på? (meningsfullhet)Sammanställ dina tankar i din inlärningsportfolio

Litteratur:

Almark, Lisbeth & Mönefors, Karin. 2005. **Doftande växter till nytta och nöje**. Prisma bokförlag, Stockholm

Berentsen Vigdis Drivdal, Grefsrød Ellen-Elisabeth, Eek Arnfinn, 2007, **Sansehager for personer med demens**, Utformning og bruk. Forlaget Aldring og helse

Carlsson, Gunnel. 2003. **Gröna hjälpen: 106 frågor och svar om växter ute och inne**. Prisma bokförlag, Stockholm

Krook, Annika & Ray, Ann-Kristin. 2005. **Den terapeutiska trädgården**. Lärdomsprov på branschen för trädgårdsskötsel, Svenska yrkesinstitutet

Projektet **Gröna rum inom rehabiliterande och aktiverande äldreomsorg KAN-05-9905**
www.yrkesakademin.fi/gronarum

Sandberg, Kerstin (red). 2000. **Möjligheternas trädgård – en trädgård för alla**, Hjälpmedelsinstitutet och Sveriges Utbildningsradio AB.

Schmidtbauer, Pia, Grahn, Patrik & Lieberg, Mats. 2005. **Tänkvärda trädgårdar. När utemiljön blir en del av vården**. Formas

5. De gröna rummens användningsmöjligheter – och sen då?

Innehåll:

- De gröna rummen – en mötesplats för olika aktiviteter och sinnesupplevelser
- De gröna rummens användningsmöjligheter – att införa idén om gröna rum i sitt arbete
- Studiebesök till olika organisationer som utvecklar sin verksamhet för att tillmötesgå människans önskningsar av mötet med gröna rum
- Att arbeta i nätverk och ta tillvara olika yrkesgruppers kunskande för att möjliggöra utveckling av verksamheten

Uppgifter:

1. Planera, förverkliga och utvärdera en praktisk och konkret situation på ditt arbete där du levandegör idén om gröna rum i din dagliga verksamhet.
Beskriv händelserna i din inlärningsportfolio
2. Diskutera med dina kolleger på din arbetsplats om hur ni i relation till organisationens vision och målsättning för verksamheten kunde utveckla verksamheten tillsammans. Beskriv även det behov av stärkande av yrkeskunskande som upplevs på er arbetsplats för att kunna förverkliga och använda de gröna rummen. Sammanfatta diskussionen i din inlärningsfolio
3. Studera litteraturen och reflektera över din beredskap att i din verksamhet tillämpa ”De gröna rummens användningsmöjligheter”
 - a. Vad behöver jag ännu lära mig? (kunskap och förståelse)
 - b. Hur kan jag använda det jag lärt mig? (hanterbarhet)
 - c. Vad är viktigt för mig att ta vara på? (meningsfullhet)Sammanställ dina tankar i din inlärningsportfolio

Litteratur:

Berentsen Vigdis Drivdal, Grefsrød Ellen-Elisabeth, Eek Arnfinn, 2007, **Sansehager for personer med demens**, Utforming og bruk. Forlaget Aldring og helse

Sandberg, Kerstin (red). 2000. **Möjligheternas trädgård – en trädgård för alla**, Hjälpmedelsinstitutet och Sveriges Utbildningsradio AB.

Schmidtbauer, Pia, Grahn, Patrik & Lieberg, Mats. 2005. **Tänkvärda trädgårdar. När utemiljön blir en del av vården**. Formas



Utbildningen utvärderas i enlighet med följande modell:

1. Hur är ditt helhetsintryck av utbildningen

| | | | |
|---------------|---|---|------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| Inte alls bra | | | Mycket bra |

Kommentar: _____

2. Vad anser du om dina förkunskaper inför utbildningen?

| | | | |
|---------------|---|---|------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| Inte alls bra | | | Mycket bra |

Kommentar: _____

3. Hur har informationen/administrationen i samband med utbildningen fungerat?

| | | | |
|---------------|---|---|------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| Inte alls bra | | | Mycket bra |

Kommentar: _____

4. Jag anser att utbildningens svårighetsgrad har varit

| | | | |
|---------------|---|---|------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| Inte alls bra | | | Mycket bra |

Kommentar: _____

5. Vad tyckte du om utbildningsmomentet "Naturens betydelse för människans välbefinnande och trivsel" (innehåll, uppgifter, litteratur)?

| | | | |
|---------------|---|---|------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| Inte alls bra | | | Mycket bra |

Kommentar: _____



Yrkesakademin
i Österbotten



6. Vad tyckte du om utbildningsmomentet "Hälsoresurser och funktionsförmåga hos äldre och hos personer med funktionsnedsättning" (innehåll, uppgifter, litteratur)?

| | | | |
|---------------|---|---|------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| Inte alls bra | | | Mycket bra |

Kommentar: _____

7. Vad tyckte du om utbildningsmomentet "Redskap för att fånga in människans önskningar av mötet med gröna rum" (innehåll, uppgifter, litteratur)?

| | | | |
|---------------|---|---|------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| Inte alls bra | | | Mycket bra |

Kommentar: _____

8. Vad tyckte du om utbildningsmomentet "De gröna rummens utformning och innehåll" (innehåll, uppgifter, litteratur)?

| | | | |
|---------------|---|---|------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| Inte alls bra | | | Mycket bra |

Kommentar: _____

9. Vad tyckte du om utbildningsmomentet "De gröna rummens användningsmöjligheter – och sen då" (innehåll, uppgifter, litteratur)?

| | | | |
|---------------|---|---|------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| Inte alls bra | | | Mycket bra |

Kommentar: _____

11. Övriga kommentarer:
