

# Tankevækkende haver

Eksempler og viden om grøn terapi præsenteres i meget smuk og velskrevet bog

Af Helle Nebelong, landskabsarkitekt MAA, MDL, MPM

En smuk og velskrevet bog der i ord og billeder fortæller om alt det gode som haver og grønne områder gør ved os. Sådant er 'Tänkvärda trädgårdar - när utemiljön blir en del av vården' hvor Pia Schmidtbauer, agronom og fotograf, har samlet erfaringer og eksempler på svenske og udenlandske terapihaver.

Haverne er, som titlen henlyder til, virkelig værd at tænke over. Der er masser af inspiration at hente for både 'grønne' og 'hvide' fagprofessionelle som vil i gang med at samarbejde om at etablere hospitals- og rekonvalescenshaver, sansehaver og terapihaver hvor mennesker kan rehabiliteres i naturlige og smukke haverum.

At parker og grønne områ-

der kan være en kilde til et bedre og sundere helbred og mere livskvalitet, er der allerede sagt og skrevet meget om. Det kan derfor undre at den viden ikke for længst er implementeret i syge- og ældreplejen herhjemme.

I Sverige har man i flere år inddraget patienter og plejehjemsbeboere i lettere havearbejde som kan bidrage i plejen og beskæftigelse for en bred gruppe patienter og ældre. I Sverige er disse haver særligt udbredte i forbindelse med hjem for ældre og for rehabilitering af mennesker med stressrelaterede sygdomme. Og haverne er et godt hjælpemiddel i den menneskelige pleje og omsorg, lyder konklusionen. Forudsætningen er



dog at personalet engagerer sig og derved motiverer patienterne til at være aktive.

Professor Mats Lieberg fra det svenske landbrugsuniversitet Alnarp uddyber i et kapitel resultatet af forskningsprojektet 'Trädgård och park som rehabilitering' fra 2000-2004. Et forskerteam af en beskæftigelsesterapeut, en fysioterapeut og en landskabsarkitekt har undersøgt hvordan en offentlig park - Prästgårdsparken i Älvsjö - kan være en ressource for bydelens ældre og plejekrævende indbyggere.

Det er bydelsforvaltningen i Älvsjö som har ansvaret for parken. Forvaltningen arbejder imidlertid tæt sammen med personalet på Solberga ældreboende der vender sin facade ud mod parken og udnytter parkens rum og muligheder aktivt i rehabiliteringen. Aktiviteter som at luge og rive visne blade sammen er populære blandt dem der har kræfter til det og som kan færdes uden hjælpemidler. Andre promenerer i parken og lader sanserne påvirke af naturen, sidder i det lille lysthus og genkalder sig næsten glemte erindringer eller dypper og svaler fødderne i parkens vandløb.

Det gode resultater har ført til at der i Älvsjö bydelsforvaltning er oprettet en halvtidsstilling for en arbejds terapeut som koordinerer samarbejdet inden for park og have.

I et andet kapitel redegør Patrick Grahn, landskabsarkitekt og lektor ved Alnarp, om koblingen mellem sundhed og ophold i grønne omgivelser i et historisk perspektiv. Hans eget forskerhold forsøger at sammenkæde teorier om havearbejdets sundhedsfremmende

effekter med teorier om have- rummets sundhedsfremmende effekter. Det er ikke alene menneskets adgang til grønne omgivelser der er afgørende, siger han. Det har også stor betydning hvordan udemiljøet ser ud og er indrettet. De faktorer i naturområder, parker og haverum, der har betydning opgør Grahn i otte kategorier af 'arketypisk natur'. De er lagt til grund for udformningen af Alnarps egen rehabiliteringshave. Et andet grundlag er menneskets modtagelighed overfor omverdenen som afhænger af de psykiske kræfter. Når de er små, er modtageligheden størst.

Mange af de haver bogen omtaler er startet på initiativ fra ildsjæle, og projektet er sårbart hvis der ikke er kollegaer som gribes af idéen. Det viser sig heldigvis at gode resultater hen ad vejen overbeviser kollegaer og ledere. Det viser sig også at en terapihaves holdbarhed styrkes når behandlingspersonalet samarbejder med landskabsarkitekter og gartnere som forstår at designe, anlægge og vedligeholde haver. Den tværfaglige videndeling er nødvendig for at udvikle den enkelte have.

En af bogens vigtige konklusioner er, at det tager tid at udvikle en velfungerende terapihave, og at det er vigtigt at visioner og forventninger realistiske. Det banale, men afgørende råd lyder at starte i en lille skala og med enkle aktiviteter. Når det lykkes, kan haverne konkurrere som behandlingstilbud til syge og ældre og være med til på naturlig vis at skabe større livskvalitet. Det er der virkelig en grund til at tænke nærmere over.

Pia Schmidtbauer, Patrick Grahn, Mats Lieberg, 2005: Tänkvärda trädgårdar - när utemiljön blir en del av vården. Formas. 157 sider. 295 Skr. formas.lidi@liber.se.



Prästgårdsparken i Älvsjö. At vade i bækken vækker minder fra barndommen. Foto: Anna Lenninger.