

Projektbeskrivning: Rågsveds Hälsoträdgårdar - Salongsträdgårdarna

Idé

Att anlägga hälsoträdgårdar vid Rågsveds Äldrecentrum (vidare nämnd RÄC), tillgängliga för alla Vantörs pensionärer och deras närstående.

Hälsoträdgårdarna erbjuder en skräddarsydd trädgårdsmiljö, som är mycket välanpassad för målgruppen äldre personer med varierande grad av funktionshinder. Den erbjuder bl.a. följande:

- Sinnesstimulerande miljöer i form av grönska med stor rikedom av arter, dofter, smaker och färger
- Minnesstimulerande inslag såsom kolonistuga, berså, fruktträdgård, skogsmiljö, och vattenspel
- Full tillgänglighet för funktionshindrade
- Trygg och skyddad miljö med tillgång till personal och ledsagare
- Upphöjda grässängar där rullstolsburna äldre lätt kan lägga sig i gräset
- Möjlighet till gång- och balansträning genom rosenpergola och på varierande markunderlag exempelvis träbrygga, samt stig av stensjöl och natursten.
- Möjlighet för äldre till egna odlingar i form av upphöjda odlingslådor

Den innebär en tydlig kvalitetshöjning av äldreomsorgen genom de goda hälsoeffekter som trädgården förväntas ha på brukarna samt genom en kompetenshöjning hos delar av personalen. Hälsoträdgårdarna innebär också att den befintliga, sociala mötesplatsen, Salongerna, kompletteras och förstärks.

Bakgrund

På första våningsplanet i RÄC finns idag två terrasträdgårdar i söderläge. Eftersom miljön erbjuder maximal trygghet för äldre (ingångsskyddad plats samt tillgång till personal), har den också en särskild potential som projektet vill utnyttja genom att på terrasserna anlägga hälsoträdgårdar enligt ett koncept liknande ”Sinnenas trädgård”.

Utevistelse och fysisk aktivitet är hälsofrämjande och påverkar därför den enskildes behov av vård och omsorg. Hälsoeffekterna, mätbara och/eller upplevda, innebär en starkt positiv förändring av vardagen för äldre som regelbundet vistas i utemiljö¹.

Bland effekterna kan nämnas:

- stärkt skelett och därmed minskad risk för benskörhet
- bibehållen muskulatur och rörlighet
- förbättrad sömnkvalitet
- minskad läkemedelskonsumtion

¹ Bengtsson Anna, R 2003:60

En stor folkhälsostudie² visar att nära 70 % av de äldre rangordnar hälsovärdet av en trädgård högt. Vill man översätta vinsterna av utevistelse i kostnadsbesparingar visar en annan studie³ att för varje höftfraktur som förebyggs sparar kommun och landsting sammanlagt ca 300 000 kronor.

Vikten av utevistelse i en sund och säker miljö, kravet på ökad fysisk aktivitet och stadsdelsnämndernas ansvar för att skapa möjligheter till detta har lyfts fram i flera av stadens styrdokument, bl.a. i äldreomsorgsplanen och det nya förslaget till folkhälsoprogram.

Rågsved har en vacker utemiljö med närhet till vild natur med skog, sjön Magelungen, våtmarker och det gamla kulturlandskapet med betande djur. Dessvärre är miljön otillgänglig för personer med nedsatt rörelseförmåga p.g.a. alltför kuperad terräng och/eller social ottrygghet. Dessa hinder till utevistelser elimineras genom att skapa hälsoträdgårdar vid RÄC.

Stockholms stadsbyggnadskontor har, i samarbete med Vantörs och Farstas stadsdelsförvaltningar samt markkontoret, inlett en process för att ta fram underlag för en naturreservatsbildning kring norra Magelungen. Detta kan leda till att naturområdet blir mer tillgängligt för äldre och funktionshindrade personer, vilket i sin tur kan utgöra ett viktigt komplement till den verksamhet som byggs upp genom Hälsoträdgårdarna i RÄC.

Syfte, mål och kriterier

Projektets syfte är att erbjuda de äldre i Vantör en attraktiv och meningsfull utevistelse i förebyggande och/eller rehabiliterande syfte, i form av hälsoträdgårdar.

Det långsiktiga målet för Rågsveds Äldrecentrum är att utvecklas till en förebild inom Äldreomsorgen. Arbetet med detta har påbörjats med följande pågående projekt och planer:

- **Salongerna – Social Mötesplats för äldre i Vantör.**
- **Projekt för fall- och skadeprevention i Vantör** med höftskyddsbyxa och fixartjänst för äldre i Vantör. Detta fallskadeförebyggande arbete utökas till att omfatta även användning av hälsoträdgårdarna i form av gång- och balansträning, träning av orienteringsförmågan och övrig motorik.
- **Demensdagvård och korttidsboende för dementa.** Äldreomsorgen diskuterar möjligheten att flytta sin befintliga dagverksamhet för dementa (Solgården) från nuvarande lokaler till Rågsveds äldrecentrum samt ser över möjligheterna för ett tillfälligt boende för dementa i Rågsveds Äldrecentrum enligt förebild från pensionat Hornskroken.
- **Brynäsmodellen** är ett projekt mellan kommun och landsting som ska klargöra gränsdragningar och förtydliga ansvarsområden mellan primärvårdens och kommunens hälso- och sjukvård. Målsättningen är att skapa en kvalitetssäkringsmodell på särskilda boenden där rutiner upprättas kring varje boende, alltifrån inflyttning till livets slutskede. Projektet ska skapa underlag för

² Norling, Ingemar & Larsson, Eva-Lena 2004

³ Wänell, Sven Erik R 2005:6

en samverkansöverenskommelse mellan primärvården och RÄC samt Mårtensgården. Projektet har påbörjat diskussion om implementering av Brynäsmodellen även i ordinärt boende. I modellen ingår ett detaljerat dokumentationssystem som kommer att användas som utvärderingsverktyg i mätningen av trädgårdarnas hälsoeffekter på brukarna över tid.

- **Kravmärkt yrkesroll** **Kravmärkt yrkesroll** är ett projekt som sker i samverkan mellan tre stadsdelar i Stockholms Stad samt några närliggande kommuner. Projektet har hittills tagit fram yrkeskrav för baspersonal (undersköterskor och vårdbiträden) inom äldre- och handikappomsorgen. Just nu sker validering i varje arbetslag genom kreativa samtal för att stämma av hur man står sig i förhållande till baskraven. I nästa projektfas gör varje deltagare en egen validering, och varje arbetstagare blir också föremål för validering av en professionell validerare. Ett av baskraven rör hur bra arbetstagaren är på att stimulera till aktiviteter samt bygga relationer mellan sig och vårdtagaren. Detta bedöms i tre grader: ”bör utvecklas”, ”kan med stöd” och ”kan”. Målsättning är att all vårdpersonal ska nå graden ”kan”. Projektets mål är att i slutfasen utarbeta individuella arbetsplaner för varje arbetstagare. Hälsoträdgårdarna erbjuder här utökade möjligheter för personalen att uppfylla kraven.

Sammantaget får hälsoträdgårdarna en central roll i samtliga ovan beskrivna verksamheter och fungerar som motor i utvecklingsarbetet inom äldreomsorgen. Salongernas samverkan med de ideella organisationerna, och mötesplatsens roll som frivillig- och närståendecentrum utgör också grund för ett neutralt och lustbetonat forum för samarbete mellan de ideella organisationerna som blir viktig för den framtida utvecklingen och förvaltningen av hälsoträdgårdarna.

Rågsveds hälsoträdgårdars övergripande målsättning är att öka förutsättningarna för målgruppen att uppleva förbättrad livskvalitet, genom förbättrad hälsa och genom en meningsfullare vardag. I förebyggande syfte, fördröjs de deltagande personernas behov av andra stödinsatser.

Dessa övergripande mål ska nås genom:

- Att hälsoträdgårdarna noggrant detaljprojekteras för att säkerställa kraven på tillgänglighet och attraktivitet.
- Att fortsätta förankra projektet hos alla berörda parter: Vantörs pensionärer, anhöriga, personal, frivilliga, ideella organisationer, förvaltning och primärvård.
- Att fördjupa samarbetet med primärvården för att erbjuda bättre vård och på sikt kunna utvärdera hälsoeffekterna.
- Att erbjuda de ideella organisationerna, frivilliga och anhöriga ett neutralt och lustbetonat forum för samarbete i förenings- eller nätverksform anknuten till hälsoträdgårdarna.
- Att genom samarbete med Salongerna sprida informationen till äldre personer boende utanför RÄC, samt fördjupa samverkan med frivilliga, närståendevårdare och de ideella organisationerna.
- Att planera och genomföra implementeringen av trädgårdsterapeutisk verksamhet i hälsoträdgårdarna, bl.a. genom att utbilda all berörd personal samt frivilligarbetare.

Projektet uppfyller de övergripande målen för Stadsdelsförnyelsen genom att förstärka de äldres möjligheter att uppnå ökad trygghet, trivsel, förbättrad hälsa och ett utökat utbud av fritidsaktiviteter. Projektet uppfyller även ett antal processmål inom Stadsdelsförnyelsen genom att samverkansformen mellan äldreomsorgen, frivilligarbetarna och de ideella organisationerna vidareutvecklas. Medborgarna har även haft goda möjligheterna att delta i planeringen av projektet.

Hälsoträdgårdarna uppfyller kriterierna för Stadsdelsförnyelsen genom att göra Vantör mer attraktivt och bidra till en kunskapsutveckling inom äldrevården. Projektet bidrar även till att mobilisera ordinarie resurser i det lokala utvecklingsarbetet.

Målgrupp/geografiskt område

Projektet riktas till samtliga invånare över 65 år som är bosatta inom Vantörs stadsdelsområde, samt till deras närstående.

Förväntat resultat

Projektet förväntas leda till uppkomsten av förbättrad utemiljö för äldre att vistas i. Detta i sin tur förväntas leda till förbättrad hälsa och ökat välbefinnande för deltagare/brukare.

För RÄC förväntas projektet öppna nya möjligheter till kompletterande verksamhetsområden och på sikt till uppbyggnaden av en förebild inom äldreomsorg.

Projektets innehåll och tidsplan

2005

Förprojektering inleddes under våren genom framtagning av förslagshandlingarna till ombyggnad av terrassträdgårdarna till hälsoträdgårdar. Förslagshandlingarna diskuteras mellan RÄC och fastighetsägaren MiCasa, kostnadskalkyler har tagits fram, och framtidsplaner förankrats hos ledning och personal.

2006

Projektering tillsammans med Micasa inleds. Projektplan, projektbeskrivning och budgetförslag för ombyggnad av trädgårdarna upprättas. Ansökan om delfinansiering till Stadsdelsförnyelsen (för projektering), Kompetensstegen (för utbildningsdelen) samt till Folkhälsoanslaget (anläggning och projektledning), färdigställs under våren. För resten av året planeras: detaljprojektering, kontakter med samarbetsparter samt påbörjande av rivningsarbete/ombyggnadsarbete av den ena av de två terrassträdgårdarna.

2007-2008

Ombyggnadsarbetet fortsätter parallellt med förberedelser inför introducerandet av trädgårdsterapeutisk verksamhet i vården med start 2008, samt uppbyggnaden av den sociala ekonomin kring hälsoträdgårdarna. Dess roll – i förenings- eller nätverksform - är att aktivt delta i hälsoträdgårdarnas användning, marknadsföring, och utveckling samt – tillsammans

med fastighetsägare och äldreomsorgen - garantera trädgårdarnas fortlevnad i ett långsiktigt perspektiv.

Projektet avslutas den 31 december 2008.

Styrgrupp för projektet består av chefen för äldre- och handikappomsorgen inklusive socialpsykiatri, chefen för den samlade hemtjänsten, projektledaren, representanter för de deltagande pensionärernas organisationer samt representant för det lokala pensionärsrådet.

Kommunikation och delaktighet

Samverkan med de ideella organisationerna inleddes i samband med att projektbeskrivningen togs fram och kommer att vara en viktig del under hela projektets genomförande. Inför projektstarten, våren 2005, har ombyggnadsplanerna presenterats för de boende på RÄC som – i arbetsgrupper - också haft tillfälle att påverka utformningen.

Under våren 2006 har projektet presenterats vid flera tillfällen för olika aktörer såväl inom äldreomsorgen som bland de ideella organisationerna.

Förvaltningen informerade om det planerade projektet på Vantörs pensionärsråd den 21 april 2006. Fram till sommaren 2006 ska projektet presenteras för alla arbetsenheter på RÄC, samt för Salongernas samverkansgrupp.

Samarbetsparter

Projektet kommer att samarbeta med:

- MiCasa Fastighets AB
- Samlad hemtjänst och övrig personal inom äldre- handikappomsorgen
- Stadsdelsområdets ideella organisationer
- Stockholms Läns Landsting, genom Brynäsmodellen, för att följa upp, värdera och säkerhetsställa dem förväntade hälsoeffekterna som hälsoträdgårdarna ska erbjuda
- Salongerna - social mötesplats för äldre i Vantör.

Dokumentation och utvärdering

Projektet kommer att dokumenteras och utvärderas kontinuerligt både kvalitativt (den subjektiva upplevda erfarenheten) och kvantitativt (den objektiva mätbara förändringen). Under initieringsfasen planerar man ta fram relevanta statistiska värden som finns tillgängliga på RÄC (t.ex. frekvensen av larmrapporter) för att sammanställa ett jämförelseverktyg att ställa mot samma sort värden i slutet av projektet. Detta för att kunna bedöma påverkan av hälsoträdgårdarna över de boendens hälsa.

Eftersom en del i utvecklingsarbetet i Vantör och i synnerlighet på RÄC, är införandet av Brynäsmodellen, kommer dokumentationen som ingår att användas som underlag för de mätbara hälsoeffekterna.

I samarbetet med primärvården kommer också att ingå utformningen av ett utvärderingsverktyg för de uppskattade hälsoförändringarna.

Åtterrapporering till nämnden kommer att ske i verksamhetsberättelsen. Redovisningen av projektet kommer också att ingå som en del av underlaget för redovisningen av Stadsdelsförnyelsen till Stadsledningskontoret. Projektet kommer att slutrapporteras enligt den mall som har tagits fram för projekt inom Vantörs Stadsdelsförnyelse.

Budget/kostnadsberäkningar

Projektets budget beräknas till totalt 7,5 miljoner kronor för år 2005 till och med år 2008 fördelat enligt följande:

Syfte	2005	2006	2007	2008	Finansiär	kostnad
Anläggningskostnader		40 %	60 %	-	MiCasa + folkhälsoanslaget	4400
Projekteringskostnader	25 %	75 %	-	-	MiCasa + Salongerna + RÄC + Stadsdelsförnyelsen	590
Kompletteringar		-	100 %	-	MiCasa	484
Lösa inventarier		-	70 %	30 %	Fonder + donationer	100
Drift/etableringsperiod		-	50 %	50 %	MiCasa + folkhälsoanslaget	430
Löpande driftskostnader/år		100 %	100 %	100 %	MiCasa	
Projektledarens lön		10 %	50 %	40 %	Folkhälsoanslaget + Salongerna	1200
Personalutbildning	30 %	-	50 %	20 %	Kompetensstegen + RÄC	200
PR kostnader		20 %	50 %	30 %	RÄC+ Salongerna	50
Ideella organisationer		10 %	50 %	40 %	Kompetensstegen + Salongerna	50
Totalt, tsk.						7504

Ansökan om medel från Stadsdelsförnyelsen:

85 % av projekteringskostnaden

500 000 kronor.

Kontaktpersoner

Vantörs Stadsdelsförvaltning

Chef för äldre- och handikappsomsorgen inkl. socialpsykiatri

Margareta Selin

Chef för den samlade hemtjänsten
Birgitta Eskils Pettersson

Arkitekt på Salongerna
Doina Velasques
Tel: 070-695 33 67
E-post: croquis@chello.se

Referenser

- Norling Ingemar & Eva-Lena Larsson, Sektionen för vårdforskning, Sahlgrenska universitetssjukhuset. ”Ett gott och friskare liv som äldre – för en aktiv livsstil i natur och trädgård”, 2004.
- Bengtsson Anna, Statens Folkhälsoinstitut, R:2003:60 ”Utemiljön betydelse för äldre och funktionshindrade” – kunskapssammanställning, www.fhi.se
- Wånell Sven Erik Statens Folkhälsoinstitut R:2005:6 ”Hälsoutveckling och hälsofrämjande insatser på äldre dar – en kunskapssammanställning”