



Den demensvenlige have

Inspiration til indretning og
brug af demensvenlige haver
og udeområder



Den demensvenlige have

Inspiration til indretning og brug af demensvenlige haver og udeområder

Redaktørgruppe: Anders Buch-Larsen, Tanja Schmidt, Ulrika K. Stigsdotter, Dorthe Varning Poulsen, Lise Maria Elkrog-Hansen og Thomas Skovgaard.

Layout: Louise Stjerne Madsen, SDU

Produktion: Grafisk Center, SDU

Billeder: Projektet, Colourbox, Dagmarsminde Plejehjem

Forsidefoto: Dagmarsminde Plejehjem

Projektet er støttet af

VELUX FONDEN

SDU 





Indhold

Forord	4
Indledning	6
Projektet bag	6
Opbygning og anvendelse	8
Del 1: Den demensvenlige have	10
1.1 Hvad er en demensvenlig have?	11
1.2 Rehabilitering	11
1.3 Et socialt rum	14
1.4 Arbejdsglæde	14
Del 2: Guide og forslag	16
2.1 Hvad skal man overveje?	17
2.2 Fælles indsats fra alle	28
2.3 Indretning	30
2.4 Anvendelse	34
Del 3: Inspirationstur	38
3.1 Bryghuset Svendborg Demensby	40
3.2 Dagmarsminde Plejehjem	42
3.3 Kildebakken Plejecenter	44
3.4 Aktivitetskort & årshjul	48
Del 4: Vil du vide mere?	52
4.1 Haver og haveterapi for demensramte	53
4.2 Design af demensvenlig have	53
4.3 Samskabelse og deltagende design	54
4.4 Forskningsartikel fra projektet	54



Forord

Det er udfordrende at leve med demens - både for den enkelte og for de mennesker, der omgiver dem. For mennesker med demens, der bor på plejehjem, er det afgørende at skabe rammer, som fremmer livskvalitet, sanselige oplevelser og tryghed i hverdagen. Haver har vist sig som en meningsfuld og virkningsfuld måde at arbejde med netop den type kvaliteter.

I forskningsprojektet **DeRUde – Demensramtes Rehabiliterende Udeområder**, er det undersøgt, hvordan natur og udendørsområder kan bruges i plejen af mennesker med demens. Projektet viser, at ophold i naturen skaber ro, glæde, genkendelighed, stimulerer sanserne og understøtter sociale fællesskaber.

Inspirationshæftet **Den demensvenlige have** bygger på resultaterne fra DeRUde-projektet samt erfaringer fra tre plejecentre: Bryghuset Svendborg Demensby, Plejehjemmet Dagmarsminde og Kildebakken Plejecenter. Det er udviklet til plejepersonale, ledere og andre, der ønsker at bruge naturen til gavn for mennesker med demens.

Hæftet tilbyder praktiske råd til etablering og brug af udeområder; eksempler på, hvordan naturen kan integreres i dagligdagen på plejehjem og overvejelser om, hvordan ledelse og personale kan samarbejde om at fremme brug af naturen i plejehjemet.

Vi skylder en stor tak til plejepersonale, ledere, frivillige, pårørende og borgere med demens, som har bidraget til DeRUde, og til VELUX FONDEN, der med deres støtte har muliggjort projektet.

Vi håber, at hæftet kan inspirere til nye måder at bruge naturen på i plejen af mennesker med demens – og samtidig være med til at gøre dagene lettere og mere meningsfulde for beboere, personale og ledelse ved landets plejecentre, plejehjem og dagscentre.

God læselyst!

Tanja Schmidt
Projektleder





Indledning

Demens er en sygdom, der rammer mange mennesker verden over. Sygdommen påvirker både de syge, deres pårørende og det samfund, der skal tage sig af behandling og pleje.

Det skønnes, at mere end 50 millioner mennesker på verdensplan er diagnosticeret med demens. Samtidig er der tale om en sygdom, som udvikler sig over tid. Derfor stiger antallet af mennesker med demens, i takt med at flere lever længere. Den tendens gælder også for Danmark.

Personer med demens oplever over tid svære mentale og fysiske symptomer, ændrer adfærd og får vanskeligt ved at fungere i hverdagen. Det medfører et stort behov for omsorg og pleje, og ofte skift af bolig til plejebolig eller plejehjem.

Naturoplevelser kan styrke livskvaliteten hos mennesker med demens. At være i en have og deltage i aktiviteter kan for eksempel give ro og mindske medicinforbrug.

Haver og andre naturmiljøer giver øget mulighed for socialt samvær og fysisk aktivitet. Det hjælper ikke alene de demensramte, men har også positiv betydning for pårørende og sundhedsprofessionelle.

Mange plejehjem har allerede have og velindrettede udemiljøer, men de bliver ikke altid brugt så meget, som de kunne.

Derfor har forskere fra Syddansk Universitet og Københavns Universitet arbejdet på at tilrette havemiljøer, der tilbyder oplevelser og haveaktiviteter til mennesker med demens (læs mere om projektet i boksen).

Projektet bag

Målet har været at skabe en demensvenlig have på et dansk plejehjem, hvor naturen og aktiviteter kan støtte både beboere og plejepersonale. Et trygt sted, hvor udendørsomgivelser bliver en del af plejen og styrker beboernes trivsel.

Opbygning og anvendelse

Hæftet er tænkt som inspiration for ansatte i plejesektoren, men kan bruges mere generelt i overvejelser om at skabe, forbedre eller bruge haver, så de bliver mere demensvenlige.





DeRUde

- Demensramtes Rehabiliterende Udeområder

Formålet med DeRUde-projektet har været at skabe ny viden om brugerbaseret indretning af udeområder som rehabiliterende indsats for plejehjemsbeboere med demens.

Projektet bestod af fire faser:

1. Kortlægning af evidens og praksiserfaring på området.
2. Udvikling og samskabelse af en rehabiliterende intervention.
3. Implementering af renoverede udeområder og kompetenceløft af plejepersonale.
4. Evaluering af interventionen samt udvikling af et inspirationshæfte.

Inspirationshæftet er målrettet kommuner og plejecentre i Danmark, med interesse for at arbejde med rehabilitering eller øge brugen af udendørsområder.

Projektet er gennemført af forskere fra Syddansk Universitet og Københavns Universitet. Derudover har Bryghuset Svendborg Demensby, Dagmarsminde Plejehjem i Nordsjælland samt Kildebakken Plejecenter i Haderslev bidraget til projektet.

Projektet er gennemført i perioden 2020-2025 og støttet af VELUX FONDEN.

Læs mere om
projektet



Hæftet består af tre dele:

1

Den demensvenlige have: Viden om hvordan haver og andre udendørsmiljøer gavner mennesker med demens.

2

Guide og forslag: Praktiske forslag til at udvikle og anvende en demensvenlig have, baseret på erfaringer og anbefalinger fra både dette og tidligere forskningsprojekter.

3

Inspirationstur: En "overflyvning" af tre plejehjem og -centre, der på forskellig vis inddrager haver og andre udendørsområder. Indeholder også en række forslag til aktivitetskort og årshjul.







1

Den demensvenlige have



1.1 Hvad er en demensvenlig have?

Haver kan give tryghed og ro. Her kan vi slappe af, føle os trygge og nyde skønne syn og dufte. Vores sanser stimuleres og haver kan fremkalde minder fra tidligere i livet. En demensvenlig have er et udendørsområde designet til at bringe mennesker med demens tættere på naturen og skabe en rolig ramme for afslapning og aktiviteter.

En have kan være fuld af sanseindtryk. Fra indånding af frisk luft til jord under neglene. Fra synet af en smuk blomst til oplevelsen af årstidernes gang. Samtidig er det vigtigt, at den inspirerer til aktiviteter; gerne velkendte aktiviteter koblet til årstidernes skiften.

En godt indrettet demensvenlig have stimulerer og beroliger. Den medvirker til at reducere stress, fremme socialt samvær og forbedre livskvalitet - blandt andet ved at lindre nogle af de udfordringer, som mange demensramte oplever.

På den måde kan haven som rum og ramme være et vigtigt redskab i plejen af mennesker med demens. Haven er et brugbart og behageligt værested for demensramte, deres pårørende og for plejepersonalet.

På de følgende sider kan du læse mere om de fordele og muligheder, som demensvenlige haver tilbyder.

1.2 Rehabilitering

Terapihaver

Terapihaver er et bevidst designet udendørsområde, som har til hensigt at understøtte en terapeutisk proces ved aktivt og positivt at indgå i og bidrage til borgerens behandling og velvære.

En terapihave er indrettet med områder, som rummer forskellige naturkvaliteter og mulige aktiviteter. Dette med henblik på, at borgeren har mulighed for at finde den aktivitet eller det fysiske sted, som på bedste vis fremmer og understøtter deres terapeutiske og naturbaserede behandlingsproces.

Terapihaver anvendes typisk på hospitaler, plejehjem og rehabiliteringscentre, hvor mennesker har brug for en pause fra hverdagen eller hjælp til at genvinde ro og velvære.

Terapihavernes fokus på at skabe et helende udemiljø er særlig relevant for mennesker med demens, hvor det at opholde sig udendørs og deltage i haveaktiviteter både kan skabe ro og lindring, men også styrke sanserne og den sociale interaktion. På den måde anvendes terapihaver og deres indretning bevidst som en del af behandlingsprogrammet, hvor aktiviteterne tilpasses beboernes ressourcer. Dette kan eksempelvis ske gennem sansestimulerende oplevelser såsom at plante blomster, lytte til naturens lyde eller blot finde ro i de stille om-

Sanseoplevelse kan for eksempel være:

- **Synet** af farverige frugter
- **Lyden** af rislende vand eller fuglefløjt
- **Duften** af blomster og krydderurter
- **Smagen** af søde eller sure bær
- **Berøring** af bløde blade eller ru bark
- **Varm** eller kold fornemmelse af jorden
- **Bevægelse** på blødt eller hårdt underlag
- **Opfattelsen** af at bevæge sig eller være opslugt af noget

givelser. Personalet på plejehjem og -centre kan desuden anvende terapihaven aktivt til at støtte beboerne i deres hverdag og samtidig skabe en følelse af tryghed og fællesskab. Samtidig får personalet også selv mulighed for at opleve havens gavnlige effekter og finde ro i de grønne omgivelser.

Naturbaseret terapi

Naturbaseret terapi er en form for behandling, der benytter planter og havearbejde til at forbedre fysisk, psykisk og mental sundhed. Det er en form for et terapeutisk forløb som kan foregå i en terapihave.

Deltagerne udfører praktiske opgaver som at plante frø, vande blomster, beskære grene og luge ukrudt. Det er aktiviteter, der fx kan reducere stress, forbedre humøret og styrke kroppen fysisk. For mennesker med demens giver naturbaseret terapi også mulighed for at opleve glæden ved et naturligt miljø. Det kan bidrage til en oplevelse af ro, struktur og formål i hverdagen. Naturbaseret terapi kræver, at personalet har viden og erfaring med både mennesker med demens og haveaktiviteter. Tilpasning af aktiviteter og blik for den enkeltes inte-

resser kan give beboeren med demens en følelse af mestring, af at kunne noget, hvilket kan øge fx deres trivsel.

Livskvalitet og symptomer

Når man ofte opholder sig udendørs og er aktiv og social, oplever mange en forbedret livskvalitet. Det gælder også for mennesker med demens. Med forbedret livskvalitet følger øget velvære, der kan opleves fysisk, psykisk og socialt. Det viser sig som regel i form af bedre humør og en større glæde i dagligdagen, hvilket også letter arbejdet for personalet.

Studier har også vist, at naturbaseret terapi hos ældre personer kan bidrage til at bevare deres kognitive funktioner og reducere negative følelsesmæssige symptomer, såsom vrede og udadreagerende adfærd, der ofte er forbundet med demens.

En række adfærdsmæssige og mentale symptomer, der hyppigt optræder hos personer med demens, er samlet under fællesbetegnelsen BPSD. BPSD står for 'Behavioral and Psychological Symptoms of Dementia'. Det vil sige adfærdsmæssige

og psykologiske symptomer ved demens (se boks). Op til ni ud af ti personer med demens vil på et tidspunkt opleve sådanne symptomer. Symptomerne ved BPSD kan være en stor udfordring for både mennesker med demens, pårørende og personale. Medicinering kan derfor være en nødvendighed.

En veletableret og velanvendt demensvenlig have kan dog dæmpe symptomer på BPSD og dermed potentielt mindske mængden af medicin.

Typiske BPSD-symptomer inkluderer:

→ **Angst og uro:**

Personen kan føle sig bange eller rastløs uden nogen klar årsag.

→ **Agitation og aggression:**

Personen kan blive irriteret, vred og pludseligt ophidset eller opstemt.

→ **Apati og depression:**

Mange føler sig triste og bliver uinteresserede og passive.

→ **Hallucinationer og vrangforestillinger:**

Nogle ser eller hører ting, som ikke er der (hallucinationer), eller være overbevist om noget, der ikke er sandt (vrangforestillinger).

→ **Hæmningsløshed:**

Personen følger ukritisk egne impulser og kan opføre sig socialt upassende.

→ **Motorisk usikkerhed:**

Personen kan bevæge sig på en afvigende eller uregelmæssig måde.

→ **Søvnproblemer:**

Personen kan have svært ved at få tilstrækkelig hvile, hvilket kan forværre andre symptomer.

→ **Ændringer i appetit:**

Nogle personer spiser mere eller mindre, end de plejer.

1.3 Et socialt rum

En demensvenlig have kan være et trygt udendørs mødested for aktiviteter og sammenkomster. Her kan beboere, personale og pårørende mødes i attraktive omgivelser, og med den rette anvendelse kan haven fremme socialt samvær og fællesskab. Det er særligt værdifuldt for mennesker med demens, der ofte føler sig isolerede. En demensvenlig have skal indrettes til at støtte og opmuntre til relationer mellem beboere, pårørende og plejere, blandt andet gennem gode, sociale naturoplevelser. Med både planlagte og spontane aktiviteter i mere naturlige omgivelser er haven altså et udendørs rum for nærvær og samvær.

Besøg fra pårørende

Demensvenlige haver giver pårørende mulighed for at besøge deres pårørende i et afslappet miljø. Udendørs og grønne omgivelser kan give plads og luft i mødet mellem mennesket med demens og familie, venner eller andre pårørende. Indretning med forskellige siddeområder og stier skaber steder, hvor pårørende og beboere kan tilbringe tid sammen. For eksempel ved at indbyde til en spadseretur, en stille stund eller at engagere sig i en fælles aktivitet. På den måde kan omgivelserne være med til at skabe rum, hvor familier kan samles og føle sig hjemme. Det kan ifølge studier mindske spændinger og gøre det lettere at skabe positive minder.

Kontakt med beboere

Haveområder danner ikke kun ramme for familiebesøg eller personlig fordybelse. Som regel er en demensvenlig have også

designet til at støtte social kontakt med andre beboere. For eksempel har demensvenlige haver ofte pavilloner, drivhuse eller siddepladser, som beboerne kan dele. Også gennem strukturerede aktiviteter i haven, som plejepersonalet organiserer, bliver haven et sted, hvor beboerne kan mødes og deltage i fælles aktiviteter. Det mindsker isolation og ensomhed og styrker beboernes sociale forbindelse.

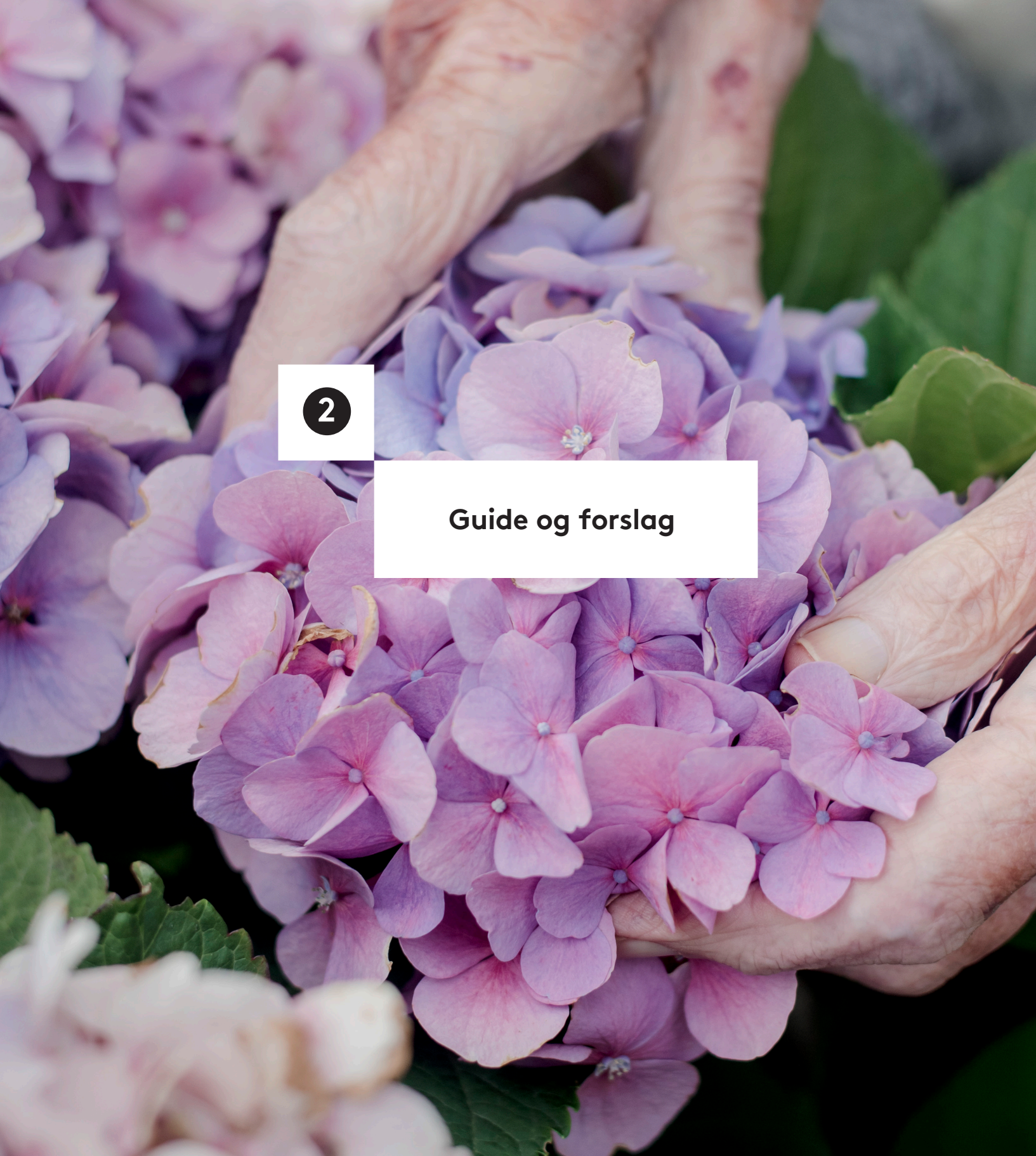
1.4 Arbejdsglæde

Plejepersonale kan også opleve øget trivsel, når de har adgang til udendørsområder, såsom den demensvenlige have. Dels tilbyder haven et pusterum; et sted at tage en pause eller et afbræk fra de indendørs opgaver. Og dels er selve arbejdet i haven sammen med beboerne med til at reducere stress. Når plejepersonalet er udendørs med beboerne, kan de opnå mange af de samme fordele som beboerne. Og når mennesker med demens oplever færre symptomer, letter det personalets arbejdsbyrde.

Samtidig kan daglige ophold med beboerne i haven forbedre personalets oplevelse af meningsfuldhed i arbejdet. En demensvenlig have kan, dermed bidrage til et forbedret arbejdsmiljø.

Evalueringer fra projektet viser, at strukturerede aktiviteter gør det lettere for personalet at skabe positive øjeblikke med beboerne. Det giver en højere tilfredshed blandt medarbejderne, der med træning og erfaring bliver endnu bedre til både at planlægge og udføre aktiviteter i haven.





2

Guide og forslag



2.1 Hvad skal man overveje?

En demensvenlig have bør tage højde for både beboernes og de ansattes behov. Det indebærer et fokus på symptomerne hos mennesker med demens samt overvejelser om besøgs- og arbejdsforhold for pårørende, plejere og frivillige.

Målet er at reducere forhindringer – fysiske såvel som mentale – og gøre haven let at bruge for alle.

I denne del af hæftet får du forslag til, hvordan den demensvenlige have kan udformes og bruges.

Delen fremhæver otte emner med en række praktiske forslag, der både kan anvendes trin-for-trin eller du kan finde de dele, du som læser finder mest interessant lige nu og her.

De otte emner er:

1. Havens holdbarhed
2. Opbygning af haven
3. Tilgængelighed for alle
4. Mulighed for socialisering
5. Havens formål
6. Skab mulighed for erindring
7. Havens sanselighed
8. Sikkerhed i haven



#1

Havens holdbarhed

Det er brugbart at medtænke, hvordan haven indrettes, sådan at vedligeholdelsen er overskuelig.

Forslag:

- **Anvend** planter, der er lette at holde. Gerne forskelligartede og hjemmehørende planter, der kan tåle alt fra skybrud til tørke.
- **Sørg** for selvforsyning, med regntønder og kompost.
- **Fordel** ansvaret. Overvej om der skal ansættes en gartner eller på anden vis organiseres fast havehjælp fra fx beboere, frivillige eller pårørende.
- **Hav** et haveskur eller anden hurtig adgang til udstyr.
- **Klæd** plejerne på. Undervisning og inspiration kan gøre det sjovere og lettere at planlægge udendørsaktiviteter. Det samme gør forståelse af havens formål.
- **Hav** uhindret adgang. Gør det gerne gennemskeligt for beboerne at finde vej og færdes i haven på egen hånd.





Opbygning af haven

En tydelig og logisk opbygning af haven hjælper beboere med at finde rundt og føle sig trygge.

Forslag:

- **Guide** beboerne udenfor. Gør haven synlig indefra og marker ind- og udgange tydeligt.
- **Skjul** afgrænsninger som stakitter, mure og hegn med planter. Det mindsker følelsen af indespærring.
- **Vis** vej med synlige markører, såsom skilte, klistermærker eller andre spor, der er lette at afkode.
- **Brug** kontraster til at lede opmærksomheden. Forskelle i farver, materialer, teksturer og højde kan for eksempel afgrænse stier og fremhæve fokuspunkter.
- **Placer** pejlemærker at orientere sig efter. Især synlige, men også lyde og dufte kan lede vej.



#3

Tilgængelighed for alle

Haven skal være tilgængelig for alle, uanset fysisk formåen. Et fokus på universelt design inkluderer funktioner, der tilgodeser behov hos både beboere og besøgende.

Forslag:

- **Anlæg** brede stier. Kørestole og gående med pårørende eller plejere under armen skal let kunne passere hinanden.
- **Brug** komfortable havemøbler med armlæn og af robuste materialer.
- **Placer** med jævne mellemrum møbler, gelændere og andre støttepunkter.
- **Hav** bede og planter i forskellige højder. Gør det muligt for både gående og personer i kørestol at se, føle og dufte. Samt at udføre havearbejde i forskellige stillinger.
- **Tilbyd** specialdesignet værktøj til personer med nedsat styrke og mobilitet. Hav også almindeligt værktøj til ansatte og besøgende.
- **Skab** komfort i al slags vejr. Sørg for steder med skygge, overdække, afskærmning, tæpper, varmelamper og lign.
- **Gør** haveoplevelsen tilgængelig året rundt. Fx med udestuer, drivhuse, halvtage og grønne udsigter fra vinduer, altaner og taghaver.





Mulighed for socialisering

Indret haven med områder, hvor beboere kan mødes med hinanden og besøgende. Det fremmer socialt samvær og reducerer ensomhed og isolation.

Forslag:

- **Opstil** borde og bænke. Varier antal og udtryk i havens forskellige områder.
- **Tilbyd** både områder til større forsamlinger og aktiviteter og stillezoner til samtaler, ro og privatliv.
- **Skab** helårs fællesarealer. Fx en overdækket terrasse, opvarmet vinterhave eller oplyst orangeri.
- **Indret** børne- og måske kæledyrsvenlige områder til familiebe-søg.
- **Tilføj** elementer, der vækker minder og inspirerer til samtale og aktivitet. Fx rindende vand, udvalgte planter og vegetation, et staf-feli med malergrej og andre brugsgenstande.



#5

Havens formål

Haven kan tilbyde aktiviteter, der engagerer og giver beboerne en følelse af struktur, rutine og formål.

Forslag:

- **Varier** aktiviteter og oplevelser i haven. Forskellige områder og elementer kan tælle blomsterbede og køkkenhaver, frugttræer og bærbuske, drivhuse og værksteder, grill- og bålpladser, foderbræt og fuglebade, havedamme og springvand osv.
- **Skab** daglige og ugentlige rutiner omkring pleje af haven. Fx med pasning af blomsterbed, urte- og køkkenhave, fodring af fugle og fisk samt vedligehold af stier og fællesområder.
- **Husdyr** som høns eller kaniner kan give faste og fælles udendørs-aktiviteter og oplevelser. Der skal naturligvis sikres gode rammer for dyrene.
- **Integrer** haven i eksisterende rutiner. Dagens faste måltider kan fx lægge op til aktiviteter som at dyrke egne råvarer, lave mad sammen, spise udendørs og indsamle køkkenaffald til kompost.
- **Indsaml** løbende naturmaterialer som blomster, kastanjer, blade og andet, der kan indgå i kreative aktiviteter, både inden- og uden-dørs.
- **Samarbejd** med personalet om at udvikle udendørsaktiviteter. Styrk indsatsen med uddannelse i haveterapi eller andre naturbase-rede tiltag.





Skab mulighed for erindringer

Mindevækkende elementer i haven giver gensynsglæde og kan forbinde beboerne med deres fortid. Genkendeligheden giver tryghed og styrker følelsen af identitet, tilhørsforhold og personlig værdi.

Forslag:

- **Lad** beboernes fortid inspirere valget af havemøbler, planter og anden indretning.
- **Brug** genkendelige objekter fra beboernes opvækst, såsom gammelredskaber eller brugskunst.
- **Inkluder** velkendte aktiviteter fra beboernes gamle hverdag. Såsom at hente breve, vande planter, feje, fodre fugle, fisk eller andre dyr eller arbejde i et værksted.
- **Få** indsigt i den enkelte beboers baggrund. Pårørende og nært personale kan hjælpe med at finde aktiviteter og oplevelser, der er særligt mindeværdige og meningsfulde for beboeren.



#7

Havens sanselighed

Sanselige elementer i haven aktiverer beboernes sanser og skaber nærvær og forbindelse til omgivelserne.

Forslag:

- **Tilbyd** aktiviteter, der både stimulerer enkelte sanser (som at lytte til en solsort) og flere sanser (som at plukke og smage forskellige æblesorter).
- **Varier** de forskellige områder i haven, så der både anvendes kraftige og sarte farver, kontraster og varierende teksturer i planter, materialer og underlag.
- **Brug** beroligende lyde. Fx med springvand, vandløb, vindharper, græs og store løvtræer.
- **Placer** planter og objekter i forskellig højde for nem adgang til at se, dufte og røre.
- **Skab** smagsoplevelser med bær, frugter, krydderurter og grønt fra køkkenhaven.
- **Tiltræk** dyreliv med fx insekthoteller, fuglekasser, kvasbunker, foderbræt, havedamme og udvalgte blomster.
- **Skab** sanselige oplevelser inden for. Fx med udsyn til grønne områder fra vindue, balkon eller tagterrasse, dufte gennem åbne døre og vinduer samt lyde fra regn mod ruder eller overdækning.
- **Brug** belysning til at gøre haven brugbar i mørke og lede blikket mod oplyste områder.
- **Fremhæv** og udnyt årstidernes skiften i oplevelser og aktiviteter.





Sikkerhed i haven

Haven skal være sikker og tryk at bruge. Sikring mod fald og andre uheld bør tænkes ind fra start og løbende kontrolleres.

Forslag:

- **Sørg** for jævne, skridsikre stier og undgå blændende belægninger.
- **Skab** overgange mellem inde- og udeområder, der giver beboernes øjne mulighed for at tilpasse sig lysforskellen.
- **Sørg** for, at steder med fx skygge, læ, varme og hvile er jævnt spredt ud over haven.
- **Afskærm** risikable områder fra resten af haven. Med gennemsigtige barrierer kan man bevare synligheden, fx fra balkoner eller taghaver. I andre tilfælde kan det være en fordel at skjule området med solide materialer.
- **Hav** afstand mellem større træer og barrierer som mure og hegn, så de ikke kan bruges til at klatre ud. Skjul af samme grund tværbjælker eller andre fremspring på ydersiden af hegn.
- **Anvend** robuste og holdbare møbler og fastgør potentielt farlige elementer.
- **Vælg** giftfri planter eller sørg for, at de er uden for rækkevidde.
- **Følg** sikkerhedsanvisninger. Fx i forbindelse med kunstgødning, værkstedsarbejde eller bålænding.
- **Udstyr** personalet med passende tøj, udstyr og oplæring til uden-dørs aktiviteter.





2.2 Fælles indsats fra alle

Det bedste miljø for demensramte og plejepersonale skabes med indspil fra alle. Ledelse, personale, beboere, pårørende og frivillige bør bidrage med indsigt i barrierer, behov og løsninger. Når alle inddrages, skabes tillid og en fælles forståelse, som styrker trivsel og sammenholdet på arbejdspladsen.

Beboere, pårørende og frivillige

At blive hørt kan styrke beboernes oplevelse af medbestemmelse og tilhørsforhold, hvilket fremmer trivsel. Mulighederne for inddragelse afhænger af symptomerne hos den demensramte og kræver støtte fra personalet. Pårørende og frivillige kan også bidrage med indblik i beboernes præferencer til havedesign og aktiviteter samt støtte sociale arrangementer. Det øger følelsen af fællesskab og deltagelse.

Forslag til beboere, pårørende og frivillige

- **Hold** møder med idéudveksling.
- **Informér** om havens udvikling.
- **Indhent** feedback og justér løbende.
- **Lav** små hold til haveopgaver.
- **Skab** samværsaktiviteter og fælles arrangementer.

Kulturændring

En demensvenlig have skal bruges aktivt i hverdagen. Det kræver en fælles vision og en ændring i kulturen, så haven bliver en naturlig del af dagligdagen.

Forslag til kulturændring

- **Priorité**r udendørs aktiviteter.
- **Tænk** haven ind i daglige rutiner.
- **Flyt** indendørs aktiviteter udendørs.
- **Del** succeser og inspirér hinanden.

Ledelse

Ledelsen må meget gerne opmuntre til at benytte haven.

Forslag til ledelse

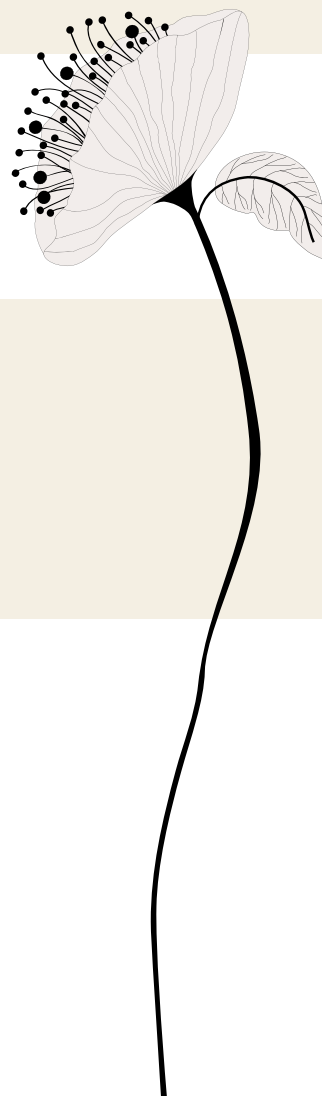
- **Understreg** havens formål løbende.
- **Skab** tværfagligt samarbejde og åben kommunikation.
- **Tilbyd** kurser i udendørs aktiviteter.
- **Giv** plads til refleksion og erfaringsudveksling.

Personale

De ansatte er nøglen til værdig omsorg og kan bruge haven til både faglighed og stressreduktion.

Forslag til personale

- **Introducer** personalet til havens muligheder.
- **Vejled** i udendørs aktiviteter og haveterapi.
- **Tillad** brug af haven til personalepauser.
- **Saml** idéer til aktiviteter i et inspirationshæfte.



2.3 Indretning

Velindrettede omgivelser beroliger og hjælper mennesker med demens med at finde rundt og bevare selvstændighed i hverdagen. I haven bør miljøet være indbydende og sanseligt stimulerende, samt sikkert og overskueligt.

Aktive og passive rum

For personer med demens er det vigtigt, at haven har tydeligt adskilte områder til aktiviteter og afslapning. Klar struktur skaber tryghed og gør det lettere at navigere og anvende haven.



Aktive rum inviterer til engagement gennem gøremål eller sociale aktiviteter. Passive rum er designet til ro og fordybelse. De ligger ofte tydeligt adskilt fra resten af haven.

Beplantning, hegn, højdeforskelle og andre variationer i terrænet kan skabe overgange mellem havens områder.



Forslag til indretning af aktive og passive rum

Generelt

- **Tag** udgangspunkt i form og terræn.
- **Brug** eksisterende beplantning og bebyggelse.
- **Sammenflet** med en cirkulær sti.
- **Anlæg** små afstikkere fra ruten.
- **Tydelige** markører til orientering.

Aktive rum

- **Planter** og bed i forskellig højder.
- **Urte-** eller køkkenhave.
- **Værksted** eller arbejdsstation.
- **Borde** og bænke til siddende aktivitet.
- **Hønsehus** eller kaninløbegård.
- **Havespil** eller træningsredskaber.
- **Åbne** fællesområder.

Passive rum

- **Stille**, afgrænsede kroge.
- **Mulighed** for at betragte naturen.
- **Få**, komfortable møbler.
- **Skygge**, solsejl eller anden overdækning.
- **Havedam**, springvand eller vandløb.
- **Tæpper** og evt. varmelamper.
- **Afskærm** med høje træer, hække, osv.

Lugte, høre, føle, se

Sanseoplevelser er en god måde at guide beboere og skabe genkendelse i haven.

Forslag til sanseoplevelser

- **Plant** blomster og urter.
- **Skab** beroligende lyde, fx med vand og fuglesang.
- **Varier** materialer med forskellige tekstur.
- **Anvend** flere farver og former.
- **Gør** planter og objekter lette at nå.
- **Tilbyd** smagsoplevelser, fx frugter og bær.
- **Nyd** lyden af regn mod halvtage og anden overdækning.

Lys, læ, skygge, tryghed

God belysning og mulighed for at søge skygge og læ skaber tryghed og komfort. Naturligt lys understøtter døgnrytmen og bidrager til

bedre søvn, mens afskærmning kan give en følelse af beskyttelse og privatliv.

Forslag til tryghed og komfort

- **Planlæg** havens rum efter solens bevægelse.
- **Brug** lavintens belysning, der ikke blænder.
- **Oplys** stier, når det er mørkt.
- **Overvej** belysningsmuligheder for haven.
- **Skab** skygge med solsejl, markiser eller pergolaer.
- **Overdæk** terrasser og balkoner med halvtag.
- **Plant** buske og små træer som læ for vind.
- **Afskærm** med flytbare plantekasser eller hegn.



Oplevelser året rundt

En demensvenlig have må meget gerne kunne bruges hele året. Afskærmning, overdækning og passende påklædning gør det muligt at nyde årstidernes skiften.

Forslag til oplevelser

- **Brug** fx drivhuse og bålhytter som overgangsrum.
- **Tilbyd** tæpper, varmelamper og varmt overtøj.
- **Stil** siddepladser i sol om vinteren og skygge om sommeren.
- **Gør** solcreme, tæpper og andre remedier let tilgængelige.
- **Plant** stedsegrønne og vinterblomstrende planter.
- **Udnyt** naturens rytmer til aktiviteter året rundt.
- **Lav** fx et årshjul med forskellige forslag til aktiviteter, der passer til årstiderne.



2.4 Anvendelse

Når beboere, personale, pårørende og frivillige anvender den demensvenlige have, kan det fremme fysisk bevægelse og sociale relationer samt skabe trygge og stimulerende rammer for omsorg og behandling.

Haven har altså et stort potentiale. Den skal bruges aktivt og være en fast del af hverdagen. Udformning og indretning skaber rammerne, og brugerne giver haven liv.

En del af dagligdagen

Den største faldgrube for den demensvenlige have er måske ikke at få den brugt. Erfaringen viser, at det er personalet, som i høj grad skal initiere brugen af haven. De færreste mennesker med demens er selv i stand til at tage initiativet.

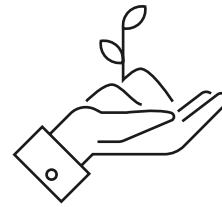
Små justeringer og faste rutiner kan sikre, at haven bruges regelmæssigt og bliver en naturlig del af dagligdagen.

Forslag til dagligdagen

- **Integrer** haven i faste rutiner såsom morgenture og kaffepauser.
- **Planlæg** faste tidspunkter for ophold i haven i løbet af dagen.
- **Giv** daglige eller ugentlige haveopgaver, som at vande planter eller feje.
- **Saml** beboere og evt. pårørende om månedlige, kvartalsvise eller årlige rutiner.
- **Brug** beboernes erfaringer som afsæt for aktiviteter.
- **Udbyg** langsomt udelivets plads i hverdagen.
- **Flyt** indendørs aktiviteter udendørs, hvis muligt.
- **Bliv** ved at forsøge. Det tager tid at ændre vaner.
- **Del** idéer og erfaringer i en inspirationsmappe eller -tavle.
- **Sortér** aktiviteter efter årstid, vejr eller tidspunkt på dagen.
- **Gør** haven synlig, indbydende og let tilgængelig.

Haven som støtterum

Den demensvenlige have må gerne fungere både som et generelt hyggested og et konkret redskab til rehabilitering.



Forslag til havearbejde

- **Uddan** personale i aktiviteter, som kan anvendes målrettet til at styrke beboernes livskvalitet og reducere symptomerne på demens.
- **Skab** områder, der stimulerer forskellige sanser.
- **Brug** duftende planter som lavendel, roser og krydderurter.
- **Lær** beboerne at plante og passe bed og køkkenhaver.
- **Planlæg** aktiviteter som såning, høst og dekoration.
- **Brug** havearbejdet som ramme for terapeutisk samtale.

Rehabilitering

Grønne områder som haver kan reducere stress og fremme mulighederne for fysisk bevægelse. Sanseoplevelser giver velvære, mens havearbejde træner motorik og kog-

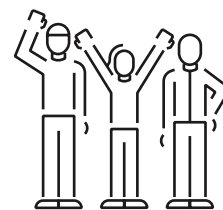
nitive evner. Det er også muligt at styrke den fysiske sundhed gennem aktiviteter som at rejse -og sætte sig fra bænke, gå op og ned af trin.

Forslag til rehabilitering

- **Planlæg** korte gåture og evt. træning i haven.
- **Stimuler** sanserne med udvalgte oplevelser.
- **Start** med simple projekter som at plante krydderurter.
- **Gør** det nemt at deltage i aktiviteter, fx med hævede plantebede.
- **Tilbyd** haveredskaber, der er lette at anvende.

Fysisk aktivitet

En demensvenlig have skaber trygge rammer for bevægelse, som en del af en rehabiliterende indsats. Det forbedrer balance, styrke og blodcirkulation samt giver energi og højner humøret.



Forslag til fysisk aktivitet

- **Anlæg** stier, der inviterer til spadseretur. Glem ikke hvilepladser.
- **Varier** områder og gør det interessant at gå på opdagelse med mindre stier.
- **Læg** op til at bukke eller strække sig efter planter og bær.
- **Indret** små træningsstationer med synlige redskaber som stave eller små stykker brænde.
- **Brug** åbne områder til fælles aktivitet såsom udstræk eller morgengymnastik.
- **Gør** bevægelse naturlig med havespil og havearbejde.

Socialt samspil

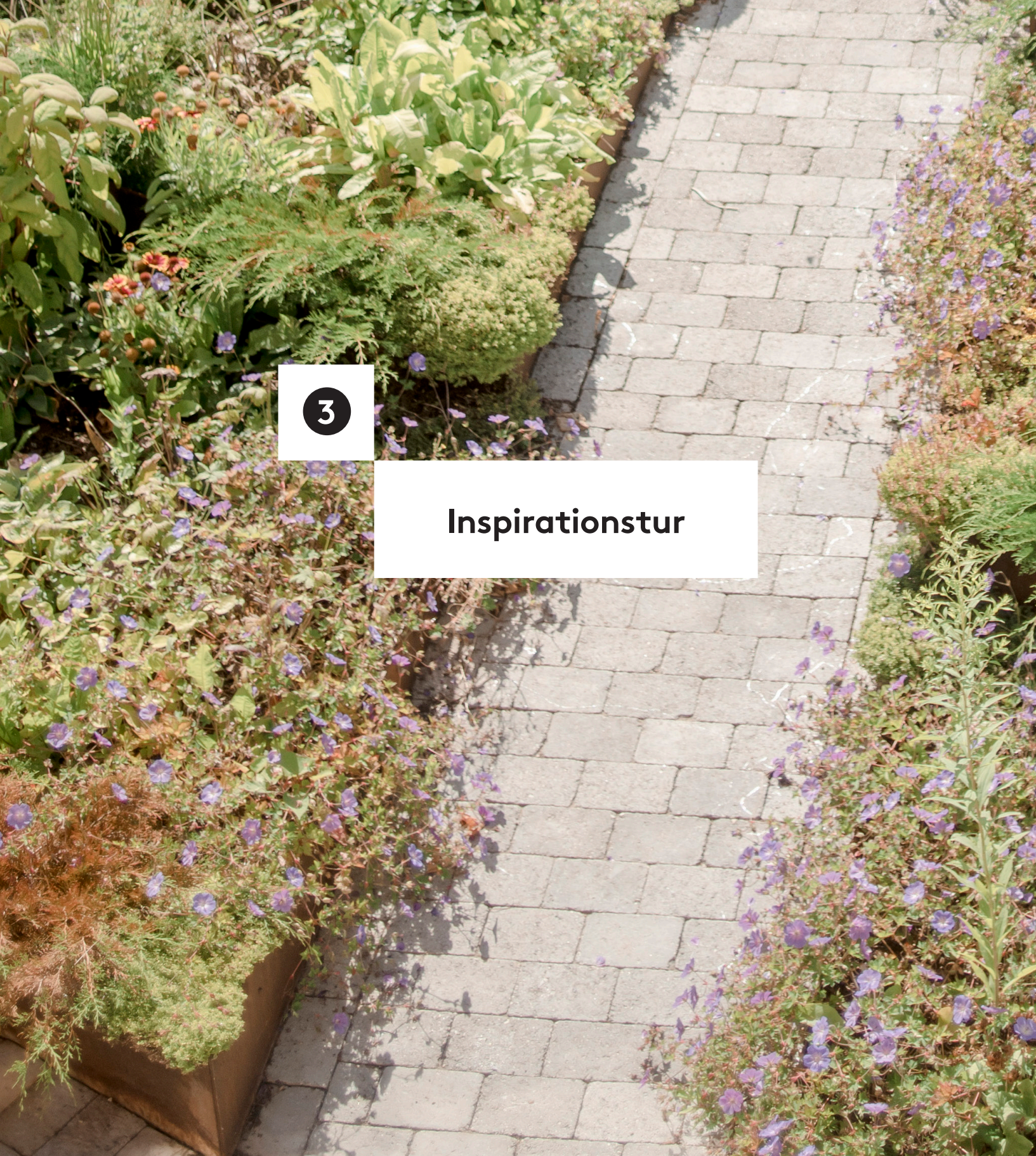
Fællesskab styrker relationer, letter kommunikation og mindsker ensomhed. Som samlingssted for beboere, personale, pårørende og frivillige kan haven styrke det sociale sam-

vær. Social deltagelse kan dog være svært eller skræmmende for personer med demens. Her kan haven ofte være en rummelig, men overskuelig ramme, som beboere kan bevæge sig ind og ud ad efter behov.

Forslag til socialt samspil

- **Skab** en central samlingsplads med siddepladser.
- **Udendørs** gruppeaktiviteter som havearbejde og kreative sysler.
- **Start** ugentlige havegrupper for frivilligt samvær.
- **Arranger** fælles projekter og fejring af milepæle.
- **Inviter** pårørende og frivillige til at deltage i aktiviteter og havespil.
- **Hold** grillfester, picnicdage eller andre arrangementer.
- **Udnyt** ildsteder til aftensamling og historiefortælling.





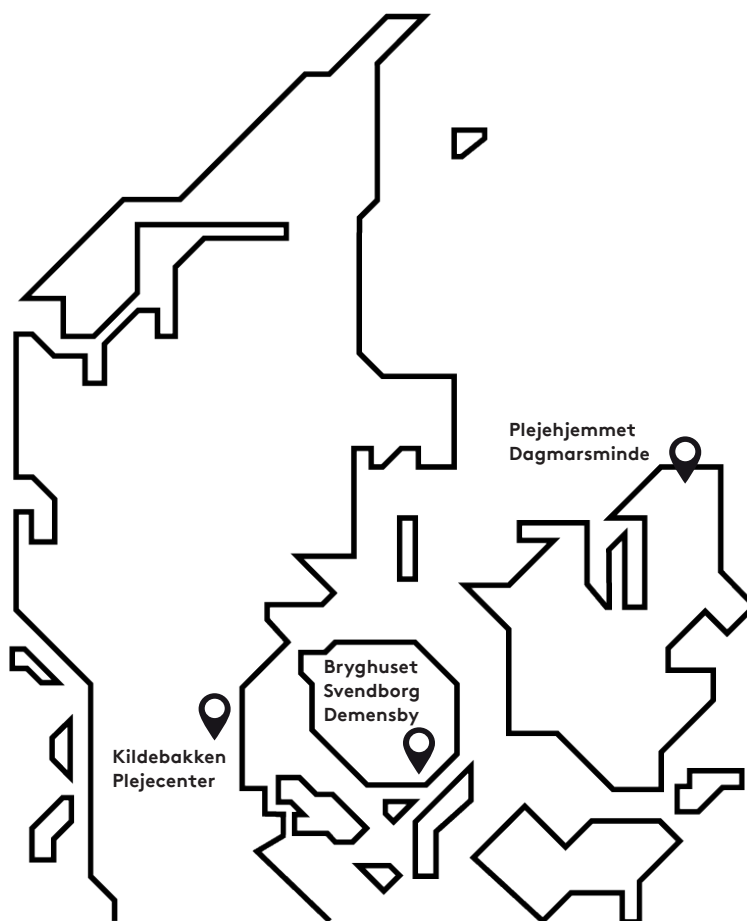
3

Inspirationstur



I denne del af hæftet får du en visuel inspirationstur gennem **Bryghuset Svendborg Demensby, Plejehjemmet Dagmarsminde ved Græsted og Kildebakken i Haderslev.**

De tre typer af hjem - plejehjem, plejecenter og demensby - har haft forskellige roller i projektet.



3.1 Bryghuset Svendborg Demensby

Bryghuset Svendborg Demensby på Sydfyn har i projektet fungeret som sparringspartner og inspiration i forhold til at udvikle og gennemføre en brugerinvolverende proces. De har desuden været inspiration til indretning af uderum og aktivitetstyper.

I Bryghuset Svendborg Demensby har de tidligere gennemført en brugerinvolverende proces for at identificere behov og ønsker for deres udeområder.

Deres udgangspunkt var dog et andet, da de skulle etablere helt nye udeområder, som både rummer et plejecenter samt et dagcenter, og dermed besøgende med meget forskellige funktionsniveauer og behov.

Billedbeskrivelse:

Forskellige typer af vandelementer kan berige en have.

De kan give kølighed, bidrage til øget biodiversitet og tilbyde smukke naturoplevelser, med omkringliggende træer, der spejler sig i vandoverfladen.

Vandet kan blive et samlingspunkt, som kan bidrage til samtale mellem beboere.

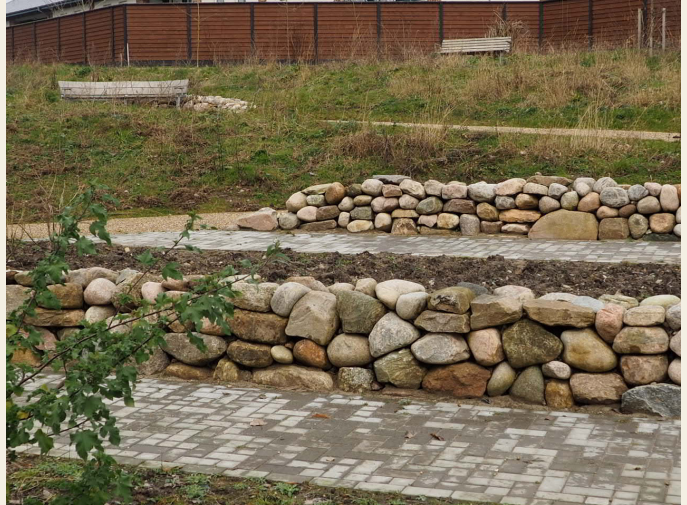


Billedbeskrivelse:

Det er vigtigt at følge BR18 (Bygningsreglementet), når man designer og anlægger en have.

Hældninger er et vigtigt eksempel.

På billedet er hældningerne taget op i et rampesystem. Stenmure er lavet af smukke naturmaterialer.

**Billedbeskrivelse:**

En central del af en teraphave for mennesker med demens er at gøre naturen tilgængelig for beboerne.

At komme tæt på. At kunne røre ved objekterne, hvis man vil.

På billedet er der et eksempel på, hvordan stien snoer sig frem, med dyrenes hus helt op til stien.



3.1 Dagmarsminde Plejehjem

Dagmarsminde Plejehjem i Græsted på Sjælland har ligeledes fungeret som sparringspartner og inspirationskilde i forhold til organisering af aktiviteter, involvering af plejepersonale samt udvikling aktivitetstyper der skaber ro, rum til snak i haven.

Dagmarsminde er et privat plejehjem placeret i et naturskønt område ud til marker og skov.

På Dagmarsminde Plejehjem er der bl.a.fokus på, at haven skal ligne en have man ville have derhjemme. De har fx etableret "sidde-rum", hvor beboerne kan samles. Der er forskellige typer af rum - fx til flere personer, mens andre er til få personer. Nogle rum er afskærmet fra vind og vejr, hvor de fx tager en bog med ud og læser højt for beboerne.

Billedbeskrivelse:

Mange ting vises i dette billede.

Dyrkning i bede, som gør det muligt for beboere, der bruger rullestol, at komme tæt på planterne.

En gadelygte i gammel stil, der kan bringe minder til live før demens.

En gyngesofa, som man kan bruge sammen med andre. Og en enkelt stabil stol, som man kan bruge, når man vil være alene.



Billedbeskrivelse:

Billedet viser en samling af stabile stole, så beboerne sidder sikkert.

Bålet har mange egenskaber, der fx kan få mennesker med demens til at huske tidligere dele af ens liv. Bålet giver både duft, røg og varme.

Det er nemt at sidde sammen omkring et bål.

**Billedbeskrivelse:**

Vand har en særlig tiltrækningskraft på mennesker.

Det vækker vores nysgerrighed og stimulerer vores sanser.

Et mere naturligt udtryk i havens design kan også være berigende for sanserne.



3.1 Kildebakken Plejecenter

Kildebakken Plejecenter i Haderslev i Sønderjylland har fungeret som projektets case. Det vil sige, at forskere tilknyttet DeRUde-projektet har haft et tæt samarbejde med Kildebakken Plejecenter i udviklingen og gennemførsel af forskningsprojektet.

Kildebakken har bl.a. haft et ønske om at arbejde mere aktivt med deres have i den daglige pleje af beboerne. De følte, at de havde en god have, men at den ikke var optimal i forhold til deres behov og udfordringer.

De havde en personalegruppe, som var svære at motivere til at bruge haven og manglede hjælp til at klæde personalet på til at bruge haven.

Kildebakken har deltaget i en bruger-involverende proces. Samtidig har de været aktive i udviklingen af nye initiativer.

Billedbeskrivelse:

Det er vigtigt, at man bruger flere forskellige planter med forskellige udtryk, farver, former og blomstringstider.

Det øger ikke kun biodiversiteten, men bidrager også til, at der året rundt sker noget i haven, som kan stimulere beboerne.



Billedbeskrivelse:

Det er vigtigt at minde beboerne om havens tilstedeværelse. Derfor kan udsigter fra første sal og altaner være værdifulde.

Her er et eksempel på, hvordan haven er visuelt tilgængelig for beboerne.

På billedet ses også drivhuset, der kan være vigtig for dyrkningsaktiviteter, men måske især for at forlænge sæsonen eller være et fascinationspunkt under en gåtur.

**Billedbeskrivelse:**

Billedet viser et eksempel på en robust bæk, der kan være velegnet til ældre med begrænset mobilitet. Den er desuden smuk og vækker minder om en svunden tid.

Det vigtigste er, at der er plads på begge sider af bænken, så beboerne kan placere deres rollator dér, når de sidder på bænken, samt at en ven i kørestol kan placere kørestolen ved siden af bænken. På den måde sidder den gående og kørestolsbrugeren lige ved siden af og kigger mod den samme udsigt.

Samtidig skaber beplantningen bag bænken en beskyttelse, som gør det trygt og behageligt at sidde på bænken og nyde udsigten.



Billedbeskrivelse:

De tre billeder viser gule og grønne "vejvisere", der i løbet af projektet blev placeret rundt omkring for at gøre det nemmere for beboerne og ofte også besøgende at finde vej fra haven og hen til den rigtige elevator.

Plejecenteret består af flere elevator, som beboere kan benytte for at komme fra haven og op til deres lejlighed. Vejviserne i forskellige farver hjalp dem til at finde den rigtige elevator.

Vejviserne blev også brugt til at markere vejen fra fællesområdet - ud på altanen - og hen til elevatoren for at komme ned i haven.

Klistermærkerne kunne således bruges til at gøre det nemmere at finde vej og orientere sig.



Billedbeskrivelse:

Billedet viser et lille spot i haven, hvor der er mulighed for, at beboerne kan røre sig.

Det behøver ikke at være et stort setup, når man skal lave en aktivitet eller være fysisk aktiv. Det kan være så simpelt som et par pinde og sten og en bænk som hjælpemiddel til de som ikke kan stå op så længe.

**Billedbeskrivelse:**

Billedet viser en kurv med tæpper, der står lige ved udgangen til terrassen/altanen. Dermed er det nemt at tage et tæppe med ud, hvis en beboer synes, det er koldt, eller det blæser lidt. Det samme kan man gøre med paraplyer, regnjakker eller andet.

Det sparer tid for personalet, som ellers skal bruge tid på at finde tingene frem, og fungerer også som en visuel reminder om, at vi måske lige skulle sætte os udenfor for en stund.



3.4 Aktivitetskort og årshjul: Eksempler fra Haderslev

I løbet af projektet blev der på Kildebakken i Haderslev udviklet aktivitetskort og et årshjul. Her præsenterer vi et udpluk af kortene til inspiration. På de næste to sider er der et billede af årshjulet og en kort beskrivelse af aktiviteter, der passer til de fire årstider.

Aktivitetskort

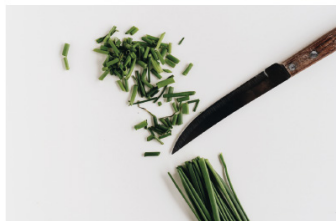
På den ene side af kortet kan der fx være et billede af en plante fra ha-

ven. På den modsatte side er en beskrivelse af planten og hvordan den kan anvendes.

Billedet kan give mening for mennesket med demens - bl.a. hvor ord ikke rækker. Samtidig kan kortene være en anledning for en tur udenfor.

Beskrivelsen af planten kan også være med til at fremkalde erindringer. Derudover kan kortene være en hjælp til personalet, hvis de ikke er så kendte med planterne i haven.

Plante: Purløg



Haven

Purløg er en løgplante, som kan bruges i madlavningen. Stænglerne kan klippes over en rugbrødsmad eller kommes i dressinger.

Purløg blomstrer midt på sommeren med fine lilla blomster, som også kan spises.

Når den har blomstret, bliver stilkene hårde og ikke så lækre. Derfor er det godt at klippe planten ned til 5 cm og vande den, når den har blomstret.

Plante: Timian



Haven

Timian er en krydderurt, som har været kendt og brugt i mange hundrede år.

Den får fine små lilla blomster som tiltrækker bier.

Den bruges i madlavning fx i suppe eller til retter, der tilberedes i ovnen. Den har ry for at være slimløsende og bruges i te mod hoste.

Hvis du nulrer bladene mellem fingrene dufter den dejligt.

Dorthe Varning Poulsen & Anna Maud von Bülow
Københavns Universitet 2023

Plante: Belle De Boskoop æble



Haven

Belle De Boskoop stammer fra Holland, og er fast og ret syrligt i smagen. Det er bedst til madlavning som æblegrød og æblekage, og ikke særlig velegnet til bare at spise. Æblet plukkes fra oktober, og kan gemmes længe i kasser i haven eller på altanerne.

Opskrift på æblegrød

1 ½ kg madæbler
1 dl vand
1/2 stang vanilje
ca. 75 g sukker (evt. lidt mere, hvis æblet er syrligt)

Skræl æblerne og skær dem i både uden kernehus. Kom dem i en gryde med vand og vaniljestang. Lad dem dampe møre under låg 10-15 minutter og kog æblerne til en tyk mos (rør undervejs. Tilsæt sukker og smag til. Køl mosen af og server med kold mælk eller i gammeldags æblekage med lag af rasp.

Dorthe Varning Poulsen & Anna Maud von Bülow
Københavns Universitet 2023

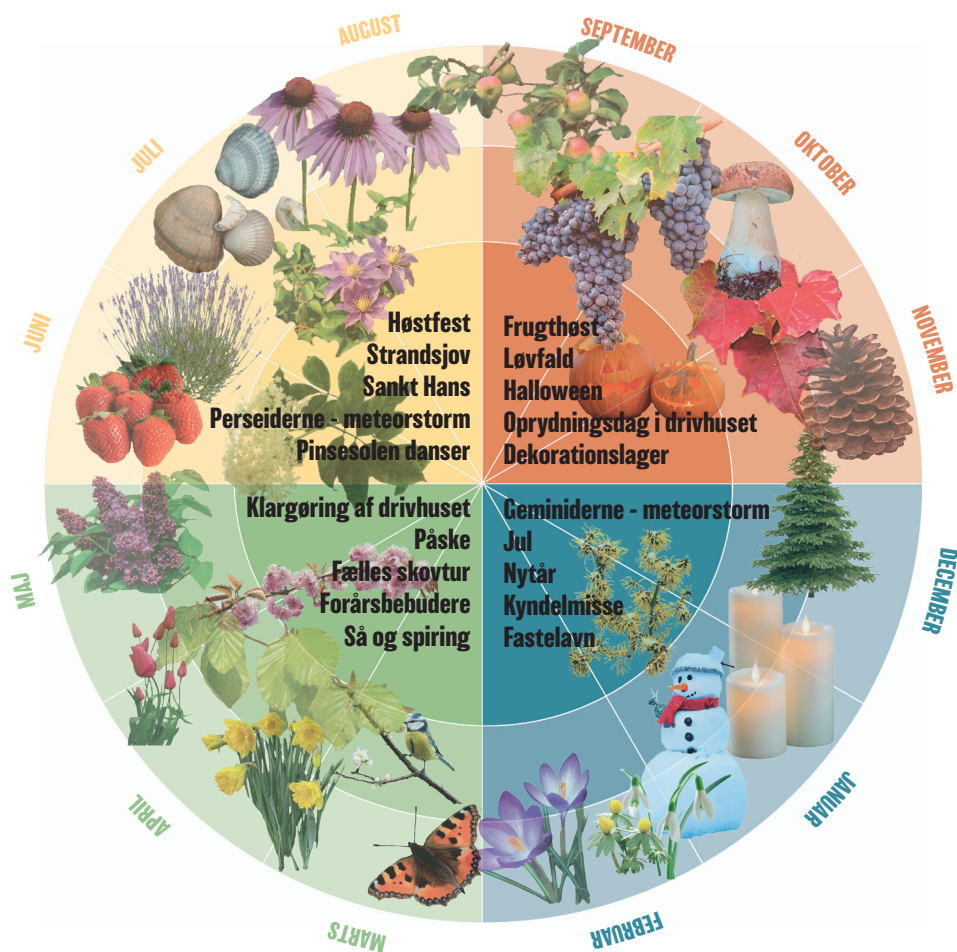
Inspiration til årshjul

Hvis man ønsker at inddrage haven som en del af hverdagsaktiviteterne, kan man lade sig inspirere af et årshjul. Det kan bruges til at beskrive faste aktiviteter året rundt.

Alle aktiviteter inddrager naturen eller haven. For at understøtte beboernes, pårørendes og personalets brug af haven kan der udarbejdes aktivitetskort som inspiration til samtale og aktiviteter.

ÅRSHJUL

- FØLG NATURENS GANG PÅ KILDEBAKKENS PLEJECENTER



Pinsesolens dans Solen på himlen i de lyse nætter sørger for at få os tidligt op, sent i seng eller holder os vågne hele natten. Kom ud og nyd den.

Sankt Hans (23. juni) Fejring af sommersolhverv, hvor bålet tændes og sender heksen afsted til Bloksbjerg

Strandsjov Varmen fordrer nedkøling - kolde fodba-
de, sprøjten og leg med vand hjælper mod de høje
temperaturer.

Perseiderne Meteorstorm der rammer omkring midten
af august - send ønsker ud, når du ser et.

Høstfest Der danses og pyntes op med gyldne farver
og strå når høsten er i hus.

Frugthøst Årets frugter høstes og spises - friske, i
kager, henkogte eller syltede

Løvfald Træerne begynder at smide bladene for at
undgå fordampning og kuldeskader i løbet af vintere-
ren. Efterårsløvet farveintensitet afspejler vejret,
da lave temperaturer og meget sollys fremmer de
røde farver.

Oprydning i drivhuset Visne planter fjernes, der fej-
ses, de sidste vindruer spises, så der er plads til at drikke
varm kakao i vintersolen

Halloween (31. okt) og allehelgens dag (1. nov) pyntes
op med græskarlygter og spindelvæv for at minde
de afdøde

Dekorationslager Nu skal der samles kogler mos, træ-
stykker og andet godt der skal bruges til vinterens
dekorationer

Sætte løg Nu er det tid til at sætte løg - i krukker og i
bede - og glæde sig til årets første blomstring

Forårsbebudere De første sommerfugle kommer frem
nu - oftest Nældens Takvinge som den første

Skovtur Smag, se og lyt til de friske bøgeskud, de
smukke anemoner der dækker skovbunden og
fuglenes smag

Påske Indbyder til at trille æg, gå på æggejagt og spise
påskefrokost i haven

Klargøring af drivhuset Møbler tørres af, muld købes
ind, og de første tomater sættes

Vejrvarsel Springer eg før ask går sommeren i vask,
men springer ask før eg, bliver sommeren bleg
(solrig).

Så og spiring Nu sættes kimen til årets cyklus i haven
Der skal vandes og gødes, så frøene spirer.

Germiniderne Meteorstorm der passerer i midten af
december og giver masser af stjerneskid, så man
kan sende sine ønsker ud i rummet

Julen Inviterer til at sætte lys i juletræet, klippe gr-
angrene til vaser, klippe pynt hertil, lave juledeko-
rationer og nyde duft og syn

Kyndelmisse Lysfest der indikerer at halvdelen af vin-
teren er gået og foråret er på vej

Sne og slud Når sneen falder skal snemændene byg-
ges og sneboldene kastes. Går du i haven kan du
se dyrenes spor.

Fastelavn Riset af tynde grene, ofte birk, pyntes med
klip og farvede bånd og bruges til at vække folk op.
Foråret vågner med, hvis man sætter det i vand.

4. Vil du vide mere?

Ønsker du mere **viden** og få flere **redskaber** til arbejdet med en demensvenlig have, har vi her samlet nogle steder at starte.

- 4.1 Haver og haveterapi for demensramte
- 4.2 Design af demensvenlig have
- 4.3 Samskabelse og deltagende design
- 4.4 Forskningsartikel fra projektet



4.1 Haver og haveterapi mennesker med demens

→ **Ressourceliste fra Alzheimer's Association**
Udgivet 2018

→ **Green dementia care in accommodation and care settings: a literature review**
Julie Barrett, Simon Evans & Neil Mapes, 2019

→ **Benefits of sensory garden and horticultural activities in dementia care: a modified scoping review**
Marianne T. Gonzalez & Marit Kirkevold, 2013

→ **Horticultural Therapy in Patients With Dementia: A Systematic Review and Meta-Analysis**
Li-Chin Lu, Shao-Huan Lan, & Shou-Jen Lan, 2019

→ **What Is the Impact of Using Outdoor Spaces Such as Gardens on the Physical and Mental Well-Being of Those With Dementia? A Systematic Review of Quantitative and Qualitative Evidence**
Rebecca Whear, Jo Thompson Coon, Alison Bethel, m.fl., 2014

→ **Therapeutic Landscapes, An evidence-based approach to designing healing gardens and restorative outdoor spaces.**
Clare Cooper Marcus og Naomi Sachs, 2013

4.2 Design af demensvenlig have

→ **Demensvenligt hjem – Inspiration til indretning af din bolig og hverdag**
Aalborg Kommune, 2018

→ **Indretning af demensvenlige haver**
Hanne K. Kristensen, Hans K. Knudsen, Tina Junge & Rikke D. Kaspersen, 2019

→ **Plejeboliger for personer med demens - detaljer og eksempler**
Lone Sigbrand, Annette Bredmose, m.fl., 2019

→ **"Kan man flytte solen?" Et aktionsforskningsprojekt om at bringe naturen ind i hverdagen på plejehjem**
Eva Algreen-Petersen, 2011

→ **Demensvenlige boliger**
Nationalt Videnscenter for Demens

→ **Bevar hverdagslivet på trods af demenssygdom**
Nationalt Videnscenter for Demens

→ **Gardens that Care: Planning Outdoor Environments for People with Dementia**
Alzheimer's Australia, 2010

→ **Optimal spaces for those living with dementia: principles and evidence. Building Research and Information**
Peter Barrett, Monika Sharma & John Zeisel, 2019

→ **Designing Successful Gardens and Outdoor Spaces for Individuals with Alzheimer's Disease**
Elizabeth C. Brawley, 2007

→ **The Dementia Care Garden: Innovation in design and practice**
Garuth Chalfont, 2008

→ **Dementia Green Care Handbook of Therapeutic Design and Practice**
Garuth Chalfont & Alex Walker, 2013

→ **Landscape Design for Dementia Care. Housing Learning and Improvement Network**
Tom Delhanty, 2013

→ **The Garden-Use Model: An Environmental Tool for Increasing the Use of Outdoor Space by Residents with Dementia in Long-Term Care Facilities**
Charlotte F. Grant & Jean D. Wineman, 2007

→ From experiences of the outdoors to the design of healthcare environments: Towards theories and tools for landscape architecture in healthcare

Anna Bengtsson, 2015

4.3 Samskabelse og deltagende design

→ DEEP Guide: Collecting the views of people with dementia

The Dementia Engagement and Empowerment Project, 2013

→ Alzheimer Europe's position on involving people with dementia in research through PPI (patient and public involvement)

Dianne Gove, Ana Diaz-Ponce, m.fl., 2018

→ Lessons Learned from Participatory Design in Dementia Care: Placing Care Partners at the Centre

Niels Hendriks, Karin Slegers & Andrea Wilkinson, 2017

→ Designing with Dementia: Guidelines for Participatory Design together with Persons with Dementia

Niels Hendriks, Frederik Truyen & Erik Duval, 2013

→ Co-designing with people with dementia: A scoping review of involving people with dementia in design research

Gubing Wang, Chiara Marradi, m.fl., 2019

4.4 Forskningsartikel fra projektet

→ Study design of an interdisciplinary and participatory nature-based palliative rehabilitation intervention in a Danish nursing home for people with severe dementia

Tanja Schmidt, Marie Christoffersen Gramkow, Dorte Varning Poulsen, Louise Holm Miller, Lene Wermuth & Ulrika K. Stigsdotter, 2022



En demensvenlig have er et udendørsområde designet til at bringe mennesker med demens tættere på naturen og skabe en rolig ramme for afslapning og aktiviteter.”



Syddansk Universitet
Campusvej 55
DK-5230 Odense

Telefon: +45 6550 1000
sdu@sdu.dk
www.sdu.dk