

# Movium Fakta # 4 2020



## HÄLSOFRÄMJANDE UTEMILJÖER

I detta faktablad beskrivs upplägg och resultat från tre projekt där forskare använt och utvecklat modeller och verktyg för hur forskning kan komma in i design- och planeringsprocesser – det vill säga evidensbaserad design (EBD).

*Anna Bengtsson, Anna Åshage, Robert Burman och Nina Oher*

# Hälsofrämjande evidensbaserade modeller

Även om man använder samma modeller är varje designprocess unik. Platsens förutsättningar och sammanhang liksom användarnas behov ser aldrig likadana ut.

I de tre projekt som vi redogör för här i faktabladet har de evidensbaserade modellerna använts för att ta vara på tidigare forskningsresultat som sätter människors hälsa och välbefinnande i fokus. Utifrån detta skapas en dialog mellan forskare, praktiker och användare för att planering och design ska bli ändamålsenlig. Det behövs mer forskning satt i relation till projekten för att undersöka och beskriva vilka hälsoeffekter föreslagna utvecklingsåtgärder och designinterventioner har gett.

## Stödjande miljöer

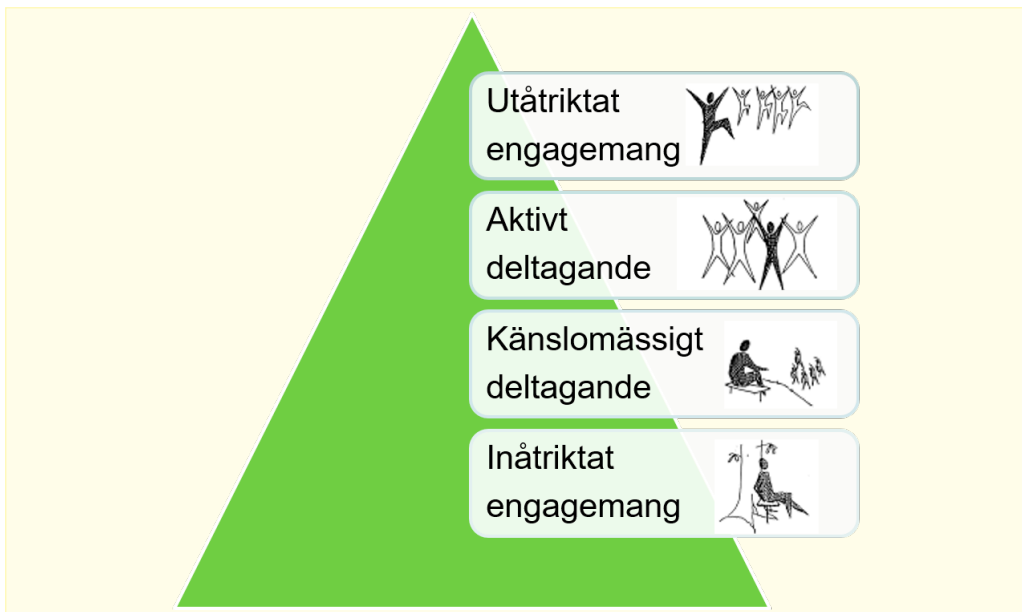
Behovspyramiden i teorin om stödjande miljöer utgör en grundläggande modell i projekten. Teorin beskriver hur en persons behov av den fysiska och sociala omgivningen hänger samman med personens behov och känslighet för stimulans.

Längst ned i pyramiden söker sig den som behöver vara för sig själv och söker lugn och kravlösa intryck i naturmiljöer.

En person i toppen av pyramiden söker sig till miljöer med fler människor och vill gärna dela sina upplevelser med andra. Den successiva övergången mellan basen och toppen av pyramiden kännetecknas av två steg där personen först deltar känslomässigt men från distans och i nästa steg deltar aktivt i aktiviteter och sociala sammanhang (figur 1).

## Bakgrund

De tre projekten, som delfinansierats av Movium Partnerskap, har alla ett gemensamt syfte, att låta forskning bidra till design- och planeringsprocesser för att utveckla hälsofrämjande utemiljöer för människor i allmänhet och för personer med särskilda behov. Fysiska förutsättningar, verksamheter och målgrupper skiljer sig mellan de tre projekten som sträcker sig från offentliga miljöer i staden till specialdesignade miljöer för specifika målgrupper. Detta ger möjlighet att använda och vidareutveckla ett urval av modeller och metoder för evidensbaserade designprocesser i vitt skilda sammanhang. Vid samtliga fall arbetar vi enligt principerna för deltagande aktionsforskning. Det innebär att forskare från SLU på olika sätt varit involverade i design- och planeringsprocesserna.



Figur 1. Behovspyramiden i teorin om stödjande miljöer (ursprungsmodell: Patrik Grahn).

Modellen är användbar i designprocesser eftersom den tydliggör spännvidden av behov av olika miljöer samtidigt som den anknyter till övergripande teorier om miljöer för hälsa och återhämtning. Behovspyramiden låg till grund för den ursprungliga designen av Alnarps rehabiliteringsträdgårdar och i de tre beskrivna projekten vidareutvecklas kunskapen om modellens konkretisering i olika sammanhang.

### Quality evaluation tool

Quality evaluation tool (QET) bygger vidare på den praktiska tillämpningen av behovspyramiden. Det är ett verktyg avsett att stödja evidensbaserade designprocesser för hälsofrämjande utemiljöer som vi använt oss av i de tre EBD-projekten.

QET omfattar nitton forskningsbaserade miljökvaliteter som i en designprocess relateras till målgruppen, verksamheten och den fysiska miljön för att utforma miljöer som syftar till att gynna brukarnas hälsa och välbefinnande.

Kvaliteterna är indelade i två grupper. Grupp A beskriver sex miljökvaliteter som förebygger riskfaktorer genom att skapa en bekväm, trygg och säker utemiljö med en *bekväm design*. Dessa är viktiga i hela miljön för att alla ska kunna använda den på lika villkor. De tretton miljökva-

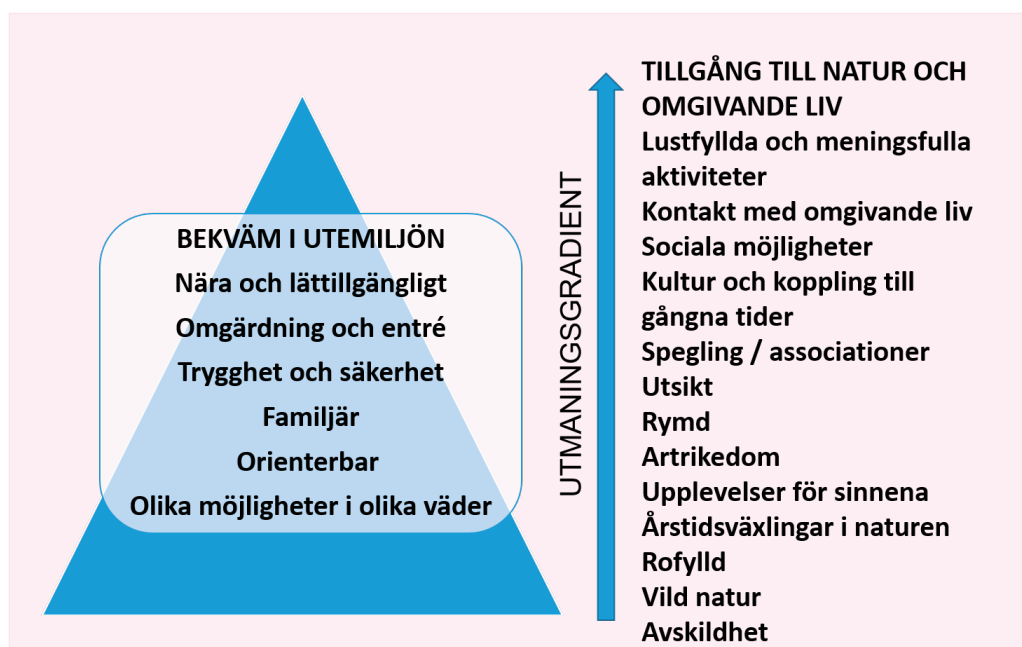
liteterna i grupp B avser att främja det friska hos brukarna genom att skapa en miljö med tillgång till natur och omgivande liv genom en *stimulerande design*. Dessa är ordnade i en *utmaningsgradient* i enlighet med tidigare forskning och i linje med behovspyramiden. Utmaningsgradienten innebär att de kvaliteter som hänger ihop med sociala och utåtriktade miljöer placeras högt upp i pyramiden och de kvaliteter som hänger ihop med lugna och avskilda miljöer placeras långt ned i pyramiden (figur 2).

Sammantaget innebär detta att de nitton miljökvaliteterna i QET svarar mot såväl människors generella som specifika behov och önskningar i kontakten med utemiljön och främjar därmed design som inkluderar så många människor som möjligt.

QET-verktyget omfattar också en principmodell för kontakten med utemiljön (figur 3).

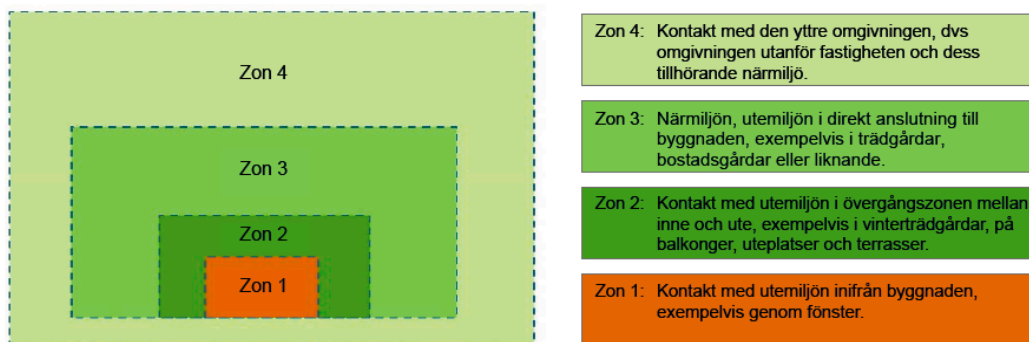
För att fånga in de specifika miljöförutsättningarna på platsen ställs brukarnas behov i förhållande till miljökvaliteterna i relation till kontakten med utemiljön i fyra zoner som visat sig betydelsefulla för människors hälsa och välbefinnande.

Arbetsprocessen för QET består av fyra steg. I steg ett undersöks platsens förutsättningar genom inventering och analys av de nitton



Figur 2. De nitton miljökvaliteterna i QET. Illustration: Anna Bengtsson.

miljökvaliteterna i utemiljöns olika zoner. I steg två undersöks miljökvaliteternas betydelse för de potentiella brukarna i utemiljöns olika zoner. I det tredje steget sammanvägs resultatet av de två tidigare stegen för att ta fram konkreta åtgärder och designförslag utifrån designkoncepten *bekväm design*, *stimulerande design* och *utmaningsgradienten*.



Figur 3. Principmodell för kontakt med utemiljön i fyra zoner. Illustration: Anna Bengtsson och Anna Åshage.

## Tre projekt för att utveckla hälsofrämjande utemiljöer

De tre EBD-projekten som redovisas här har varierande förutsättningar såväl i den fysiska miljön som på ett organisatoriskt plan.

Den övergripande tanken med samarbetsprocesserna har varit att ge upphov till kunskap som främjar den praktiska tillämpbarheten av forskning om utemiljö som resurs för hälsa och välbefinnande. Samtidigt konkretiserar och fördjupar vi kunskapen om specifika miljökvaliteter i olika sammanhang beroende på användargrupper, fysisk miljö samt i relation till olika aktiviteter och verksamheter. I samtliga projekt har vi också strävat efter att anlägga ett helhetsperspektiv på utemiljön som resurs för hälsa och välbefinnande, dels genom att förhålla oss till samtliga zoner, dels genom utbyte och dialog med platsens användare.

### Hälsostråk i centrala Täby

I det första projektet har ett program för utvecklingen av ett hälsostråk i centrala Täby tagits fram. Programmet utgör ett exempel på hur forskningsevidens om hälsofrämjande miljökvaliteter kan omsättas praktiskt inom planering och design

I vissa fall genomförs också ett fjärde steg som innebär en utvärdering av de åtgärder och designförslag som processen lett fram till. De tre EBD-projekten har än så länge omfattat de tre första stegen. Omfattningen och genomförandet har anpassats till respektive projekts förutsättningar och sammanhang.

av tätortsnära utemiljöer. Hälsostråket utgörs av de tre parkerna Åkerbyparken, Byängsparken och Libbyängen.

Flera av Täbys centrala grönområden ingår i stråket som sträcker sig från Täby centrum till Rönningesjön och knyter ihop den nya stadsdelen Täby park med Stolpaskogen.

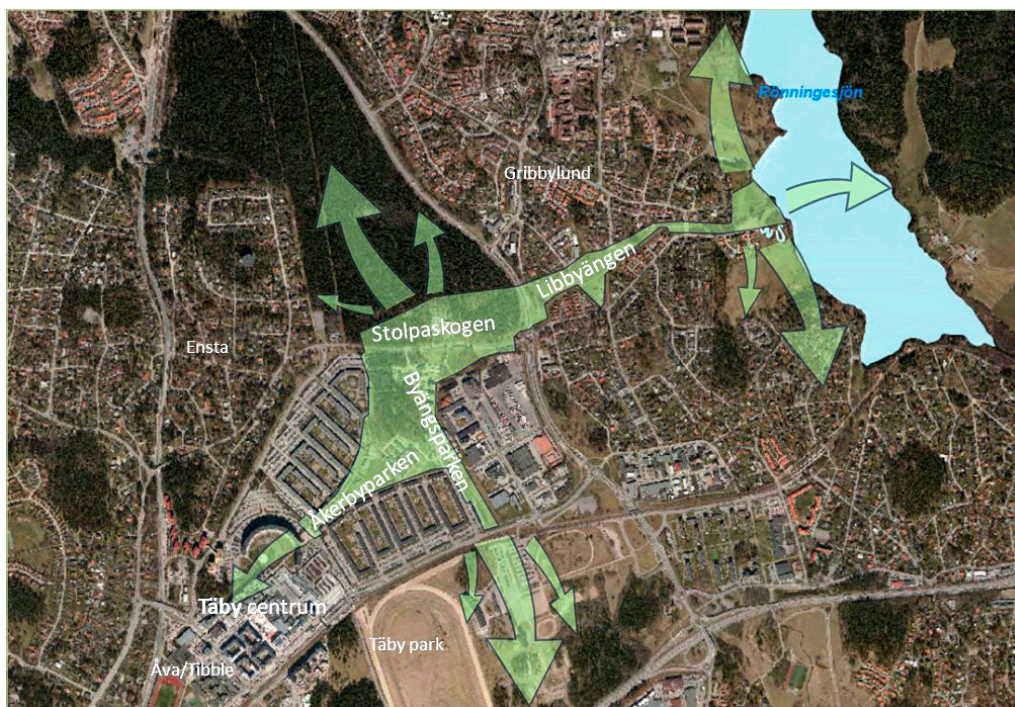
Programmet, som syftar till att guida kommunens framtida arbete, visar hur de tre parkerna, en intilliggande naturpark och delar av Stolpaskogen kan knytas ihop till ett sammanhängande stråk och utvecklas med intentionen att främja hälsan för Täbys invånare genom att förstärka tillgången till stadsnära gröna och blå rekreativelement.

### Genomförande

Landskapsarkitekter på Park och stadsmiljöenheten i Täby kommun har tillsammans med forskare från SLU studerat områdets befintliga hälsofrämjande miljökvaliteter samt arbetat fram förslag på utvecklingsåtgärder.

Täby kommun har genomfört invånardialoger som bland annat inkluderat frågor om miljökvaliteter för bekväm respektive stimulerande design.





Figur 4. Hälsostråkets utbredning och kopplingar. Illustration: Sara Pålsson, Täby Kommun.

Inventeringen och analysen har baserats på platsbesök samt fotodokumentation av stråkets miljöer. Miljökvaliteterna för bekväm design har inventerats detaljerat över hela stråket för att skapa en övergripande bild över var det finns behov av att utveckla miljökvaliteter som gör platser längs stråket tillgängliga, bekväma och trygga att använda.

Inventeringen av miljökvaliteter för stimulerande design utmärker sig genom att fokus har varit att identifiera var miljökvaliteterna finns *starkt representerade* längs stråket. Just denna inventering är dessutom baserad på kommunens GIS-data över rekreativa upplevelsevärden och funktioner.

## Resultat

De platsanalyser som presenteras i programmet belyser stråkets styrkor och svagheter ur ett hälsofrämjande perspektiv och utgör underlag som kan användas vid prioritering av åtgärder inom stråket och i relation till angränsande utvecklingsprojekt. De detaljerade inventeringarna visar dels var det finns bäst naturliga förutsättningar att utveckla olika kvaliteter, dels var det finns brister i miljön när det gäller tillgång till specifika miljökvaliteter.

Analyserna visar exempelvis att det både i Åkerbyparkens första del och i Norra Byängsparken finns välutvecklade parkmiljöer med bekväma sittmöjligheter, där man kan sitta för sig själv eller i sällskap, som erbjuder utblickar över stimulerande miljökvaliteter. I övrigt saknas det generellt inom stråket platser som erbjuder sittplatser med varierat skydd som möjliggör att vistas ute vid olika typer av väder.

Resultaten visar vidare att trafikerade vägar dels utgör barriärer som skärmar av stads kärnan från tillgång till stadsnära rekreativa gröna miljöer. Samma trafikerade vägar utgör också bullerkällor och begränsar därmed tillgången till rofyllda upplevelsekvaliteter. Rofyllda och återhämtande miljöer går idag endast att finna på några få platser.

Alla ytor som ingår i hälsostråket utgörs av zon 4 enligt principmodellen för kontakt med utemiljön. Därför har modellen använts med utgångspunkt i zon 4, för att undersöka tillgången till zon 2- och zon 3-miljöer i den byggda miljön utmed stråket. Resultatet ger en övergripande strukturell information om var längs hälsostråket det saknas tillgång till "egna" bostads- och verksamhetsnära grönytor. Denna



information är viktig för att guida utvecklingen av miljöns övergripande utformning i relation till prioriterade användargrupperns specifika behov. Underlagen i programmet ger upphov till konkret platsspecifik information för vidare utveckling av olika delområden. På en övergripande planeringsnivå kan informationen i programmet också guida vid placering av verksamheter och funktioner som riktar sig till användare som har särskilda behov i relation till utemiljö, till exempel barn och äldre.

### Övergripande utvecklingsförslag

Programmet utnynnär i ett övergripande förslag för stråkets utveckling som innebär att stimulerande miljökväliteter med socialt utåtriktade aktiviteter prioriteras i områdena nära Täby centrum. Stråket övergår successivt till att domineras av miljökväliteter med fokus på rofylldhet i stråkets yttre, mer naturnära delar. Gestaltning föreslås följa en skala av urban och formell designkaraktär nära centrum som successivt övergår i en mer naturpräglad och informell designkaraktär.

I linje med detta övergripande förslag innehåller programmet vidare detaljerade och konkreta utvecklingsförslag för hur olika delområden inom hälsostråket kan utvecklas park för park. Målet är att utveckla ett attraktivt, tryggt centralt stråk som erbjuder ett varierat innehåll av hälsofrämjande upplevelsekväliteter och kopplar samman centrum med de stadsnära rekreationsområdena.



Picknickplats vid Rönningesjön i stråkets utkant.  
Foto: Anna Åshage.



Gångar och sittplatser i sol respektive skugga i stråkets centrala delar i Åkerbyparken. Foto: Anna Åshage.

## Grönstrukturplan för länssjukhuset Ryhov

Detta projekt har handlat om att ta fram en grönstrukturplan för sjukhusområdet kring länssjukhuset Ryhov i Jönköping. Grönstrukturplanen är ett exempel på hur forskningsevidens om hälsofrämjande miljökvaliteter kan användas för att ta fram underlag till långsiktigt planerings- och utvecklingsarbete i ett sjukhussammanhang.

På Ryhov finns en önskan om att ta tillvara forskningen om utemiljöns och grönskans betydelse för människans välmående och tillfrisknande i en långsiktig strategi för att bevara och utveckla platsens sociala och biologiska värden. På Ryhov finns träd och områden som är flera hundra år gamla och vittnar om områdets historia samtidigt som de är viktiga såväl för biologisk mångfald som ur hälsosynpunkt.

Grönstrukturplanen är en viktig del i vägledningen av Ryhavs utveckling och utbyggnad och ingår som en underplan till den mera övergripande fastighetsutvecklingsplanen för området.

### Genomförande

Uppdraget i sin helhet har genomförts i nära samverkan mellan Region Jönköpings län/Regionfastigheter, White arkitekter och forskare från SLU. Områdets befintliga hälsofrämjande miljökvaliteter har inventerats och analyserat. Tidigare faser av samarbetet har även innefattat intervjuer

med personal på ett urval av vårdenheter, där frågor om miljökvaliteter för bekväm respektive stimulerande design samt kontakt med utemiljö i olika zoner inkluderats.

Värden och brister utifrån ett hälsofrämjande perspektiv har därefter sammanvägts med värden och brister utifrån ett biologiskt, kulturellt och historiskt perspektiv för att ta fram visioner och mål för hälsofrämjande miljökvaliteter, karaktärer och upplevelser.

### Resultat

Resultatet av analyserna visar att det finns stor tillgång till gröna friytor på området. Stora värden och kvaliteter finns i områdets ytterkanter med uppvuxen vegetation med mer eller mindre vild karaktär. I de centrala delarna saknas en variation av naturtyper och biotoper i parkrummen även om det på sina håll finns enskilda ytor och element som är av stor betydelse.

De miljökvaliteter som finns behöver till stor del anpassas till de speciella behov som finns hos verksamheten och användarna. Exempelvis är tillgången i nuläget begränsad när det gäller sittplatser som gör det möjligt att vistas utomhus vid olika väderförhållanden, liksom miljöer som passar personer som har olika behov i relation till utemiljön.



Ny innergård med naturkaraktär på Ryhov. Foto: Robert Burman.



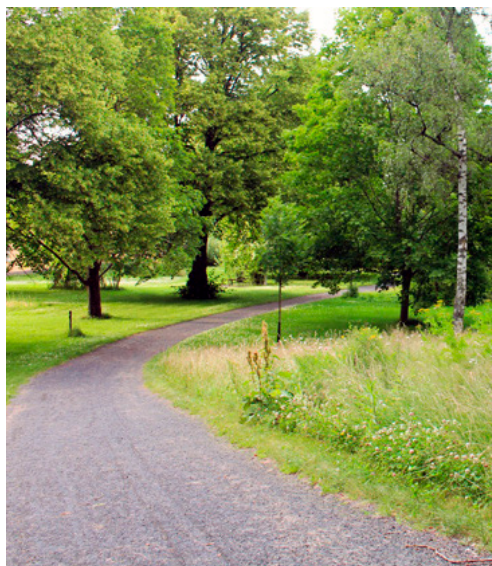
## Visioner och mål i grönstrukturplanen

I grönstrukturplanen sammanställs riktlinjer för att över tid skapa en genomtänkt och fungerande helhet.

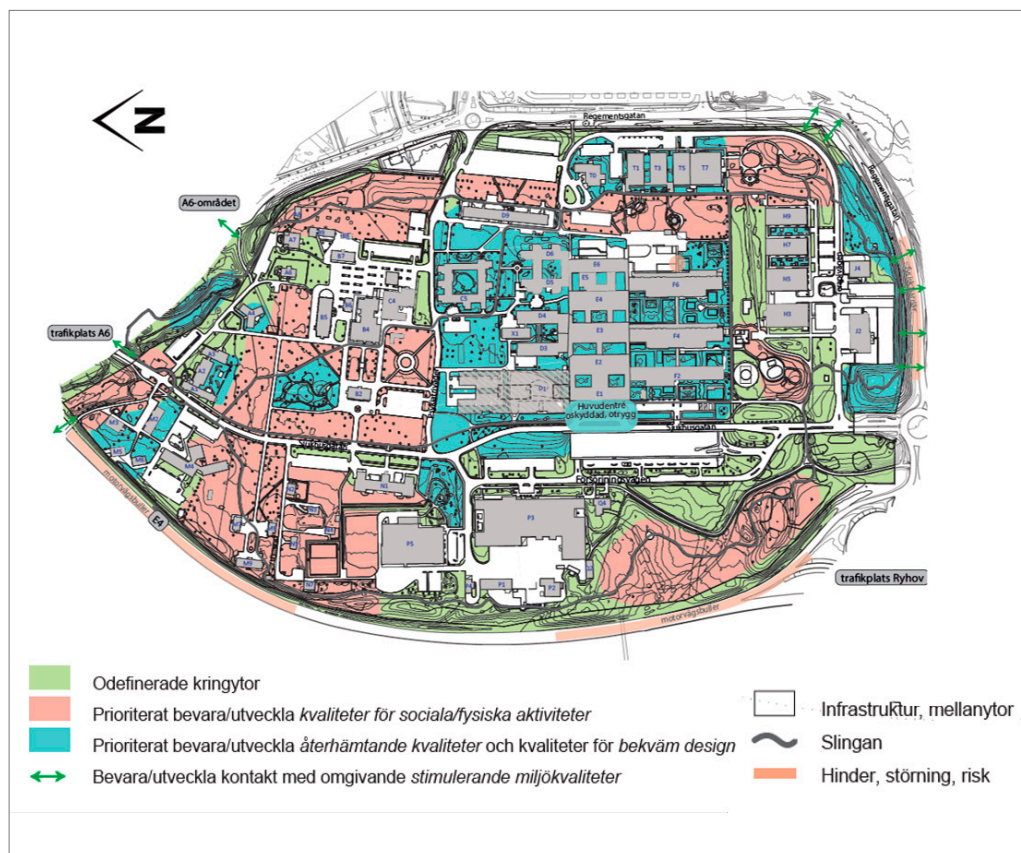
Målet är en miljö med innehåll och upplevelsevärden som stödjer och stimulerar verksamheter och vård, där sociala, biologiska och ekologiska värden skyddas, utvecklas och kompletteras. Vid varje nytt projekt ska därför grönstrukturplanen ingå som grund för beslut. Att spara höga värden ska prioriteras och om detta inte är möjligt ska värdena kompenseras.

Utemiljön ska vara till för alla – för patienter, personal och besökare såväl som för förbipassande. En variation av upplevelsevärden i trygga och bekväma miljöer ska främja utevistelse, fysisk aktivitet, snabbare tillfrisknande och ett högre välmående.

Stor variation i naturtyper och biotoper ska locka nya djur- och växtarter och främja den biologiska mångfalden.



Slingan kallas en 3 km lång natur- och kulturstig runt Ryhov med omväxlande natur och parkmark.  
Foto: Anna Åshage.



Figur 5. Plan för utveckling av hälsofrämjande miljökvaliteter. Illustration: Anna Åshage.



## Takträdgård till Minneskliniken i Malmö

Under hösten 2015 togs beslutet att Minneskliniken lokaler skulle rivas och att Minneskliniken skulle flyttas till nybyggda lokaler i centrala Malmö. Den nya platsen innebar att kliniken inte skulle ha tillgång till en utemiljö i markplan. Ett beslut fattades om att istället gestalta och anlägga en takträdgård. Detta innebar en möjlighet för forskare på SLU att följa och medverka i en designprocess med det övergripande syftet att öka kunskapen om specifika miljökvaliteter för att utforma demensvänliga utomhusmiljöer. Projektet bygger på ett samarbete mellan ansvariga forskare från SLU, personal på Minneskliniken (Region Skåne) samt White arkitekter. Forskningsprojektet är upplagt som en fallstudie bestående av tre steg, varav de två första nu huvudsakligen genomförts.

*Steg 1: Pilotstudie i Alnarps rehabiliteringsträdgård*  
Pilotstudien utfördes under åtta veckor hösten 2016. Deltagarna, som befann sig i ett tidigt stadiet av demens, besökte rehabiliteringsträd-

gården 3–4 timmar, två dagar i veckan. Pilotstudien genomfördes med personal från Alnarps rehabiliteringsträdgård vid SLU och från Minneskliniken. Dagen började med samling som följdes av olika typer av trädgårdsaktiviteter och avslutades med avslappningsövningar, samt fika/lätt lunch med processutvärdering och reflektionsrunda.

Projektet utvärderas bland annat med hjälp av loggböcker och dagböcker från personal, samt intervjuer med deltagare och personal. Preliminära resultat lyfter fram och preciserar särskilda miljökvaliteter för utformning av utemiljöer med betydelse för den specifika målgruppen.

Dessa designrelaterade kvaliteter relaterar till orientering, sinnesstimulans, reminiscens, avskildhet/öppenhet, ljudmiljö, sociala sammanhang med mera.

I intervjuerna framkom det dessutom att personal och deltagare upplevde att projektet hade en positiv inverkan på deltagarnas välmående och minne.



Takträdgården under anläggning i december 2019. Foto: Anna Bengtsson.



Första sommaren i takträdgården. Foto: Anna Bengtsson.

*Steg 2: Designprocess vid Minneskliniken i Malmö*  
SLU har sedan hösten 2015 ingått i designprocessen för Minneskliniken nya miljöer genom medverkan i byggmöten.

Under hösten 2015 togs en första skiss för takträdgården fram, som sedan diskuterades och utvecklades under processens gång. Hösten 2017 genomfördes tre workshoppar med personal som representerade Minneskliniken olika professioner och enheter. Syftet var att undersöka och tydliggöra hur takträdgården och utemiljön i den nya byggnaden skulle kunna bli största möjliga resurs för verksamheten.

Workshopseriens resultat sammanställdes med resultatet från pilotstudien för att ta fram aspekter att överväga vidare i utformningen av takträdgården. SLU har fortlöpande initierat möten för att informera och inspirera designprocessen med hjälp av resultaten och utifrån evidens från QET-verktyget. 2020 flyttade Minneskliniken in i de nya lokalerna. Utvärderingen av takträdgården, som utgör steg 3 i fallstudien, är planerad till 2021.

## Evidensbaserad design i framtiden

Med ökad kunskap om utemiljöns betydelse för människors hälsa och välbefinnande blir det allt mer angeläget att forskning om området blir tillgänglig i design och planering.

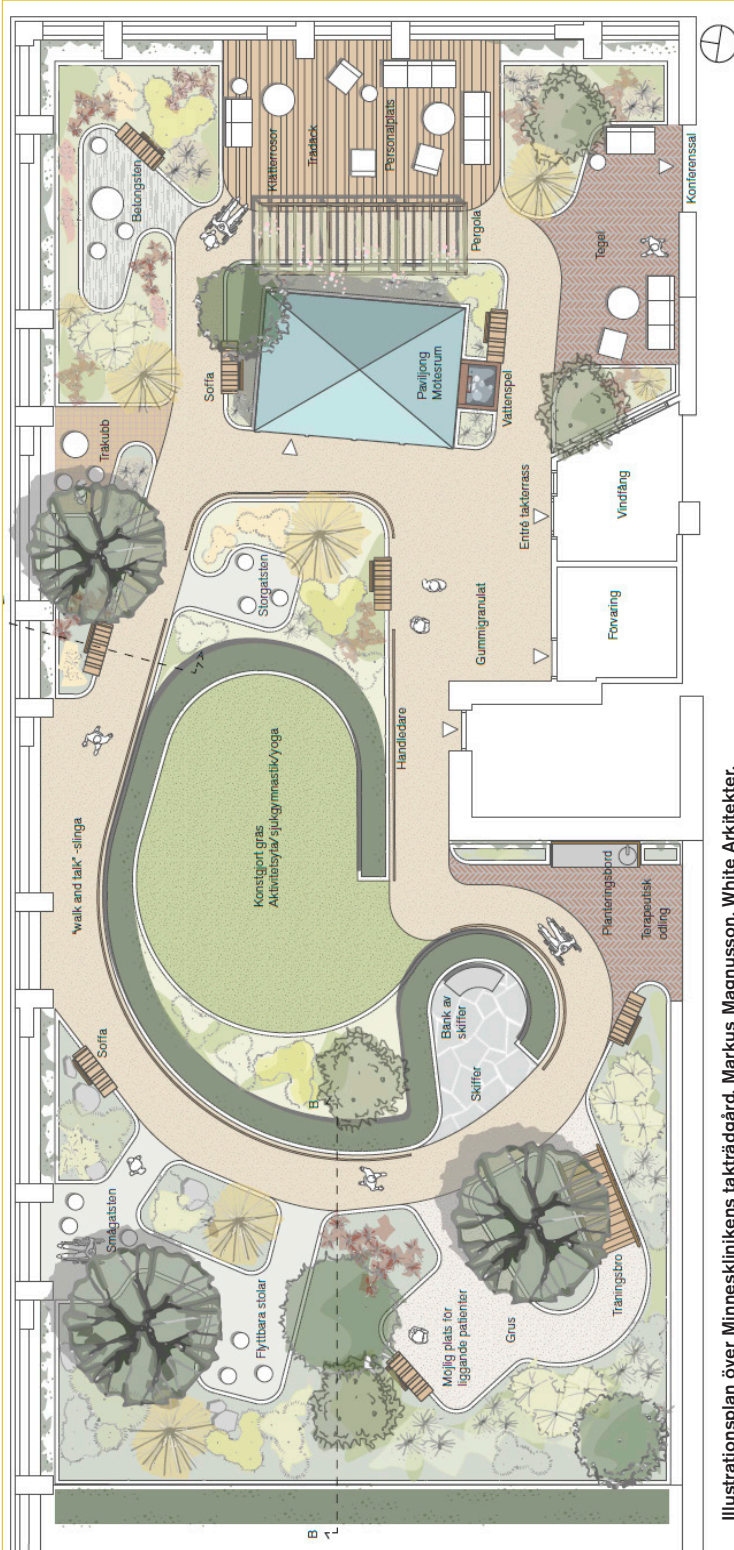
Grönytor tar lång tid att utveckla och därför är långsiktiga strategier för utemiljöns utveckling som social och ekologiskt resurs synnerligen viktiga i ett hållbarhetsperspektiv.

De tre projekten som beskrivs i detta faktablad ger upphov till ny kunskap avseende specifika miljökvaliteter i olika kontext, allt från offentliga miljöer i staden till specialdesignade miljöer för specifika målgrupper.

Projekten har också hjälpt oss att konkretisera och precisera användningen av modeller och verktyg i praktiken i dessa olika sammanhang.

Sist men inte minst visar projekten på vikten av ändamålsenlig användning av forskning i relation till unika projekt, vilket kan leda till olika former av forskningsanknytning, se sidan 12.





Takträdgården är utformad så att den ska kunna nyttjas av flera olika brukare samtidigt och ge möjlighet till en rad olika typer av aktiviteter.

Slingan är den sammanlänkande stigen på terrassen och via denna når man trädgårdens olika rum och delar. Slingan är 1,2 meter bred och utformad med en ljus kulör av gummigranulat. Ena sidan av slingan är utformad med en ledstång av trä.

Kopplade till slingan finns det sju stycken mindre platser eller rum för minst två personer som alla har olika karaktär.

Variationen skapas med olika typer av markmaterial och olika typer av växtkompositioner i den omgivande grönskan. Slingan är ljussatt med antingen markspotlights längs med kanten eller från en armatur som är infälld i cortenstålet.



Terrassen var en populär samlingspunkt i Alnarps rehabiliteringsträdgård under pilotstudien. Foto: Anna Bengtsson.

### Aktuell Forskningsanknytning

- Att inspirera den övergripande konceptutvecklingen för utemiljöer i olika skala och kontext
- Att informera detaljerade designlösningar
- Att involvera och engagera användare och olika intressenter i designprocesser
- Att utgöra underlag för beslutsprocesser genom program och gröstrukturplaner

### Movium Partnerskap

De tre projekten har delfinansierats av Movium Partnerskap, som ger bransch och universitet möjligheter till samarbeten, kunskapsutveckling och erfarenhetsutbyten. I dessa tre samfinansierade forskningsprojekt har därför forskare från SLU på olika sätt varit involverade i design- och planeringsprocesserna. Läs mer om Movium Partnerskap på: [movium.slu.se](http://movium.slu.se).

### Detta Movium Fakta är skrivet av

*Anna Bengtsson*, universitetsadjunkt vid Institutionen för arbetsvetenskap, ekonomi och miljöpsykologi, SLU Alnarp.

*Anna Åshage*, forskningsassistent inom miljöpsykologi vid Institutionen för arbetsvetenskap, ekonomi och miljöpsykologi, SLU Alnarp.

*Robert Burman* landskapsingenjör på Region Jönköpings län.

*Nina Oher*, doktorand i miljöpsykologi och hälso-design, vid Institutionen för arbetsvetenskap, ekonomi och miljöpsykologi, SLU Alnarp.

Omslagsbild: Takträdgård till minneskliniken i Malmö.  
Foto: Anna Bengtsson.

