

KÄNSLOR SOM LYFTER



Gunnel Roos och Maja Nilsson försöker lista ut vad detta är för träd.

Hel, ren och mätt. Men vad händer mer? Hur stimuleras en människas sinnen i äldrevården? När syn, hörsel, känsel, smak och lukt begränsas riskerar de sista åren att likna livet i en isoleringscell. Finns motmedel? Kanske doften av liljekonvalj eller känslan av en skrovlig bit tallved i sin hand?

Ulrik Alm är naturguide och administratör på Studieförbundet Västra Skåne med Helsingborg som bas. Han har sin ideella bakgrund i Fältbiologerna och Naturskyddsföreningen och har varit exkursionsledare sedan tonåren. Nu tar han med sig äldre på strövtåg i naturen, utan att de behöver lämna stolen på sitt äldreboende. Ulrik hoppas att hans program Natur i vården ska få efterföljare i hela landet, både bland personal i vården och hos Studieförbundet. Han har därför skrivit en manual i ämnet, om hur man tar med naturen in till dem, som sällan har möjlighet eller orkar att själva gå ut.

– Tanken är att ge de äldre sinnesstimulans. Vi ska se och höra, men också känna, lukta, samtala och minnas tillsammans. Visst är all kultur hälsofrämjande. Men naturen har nycklar till alla sinnen, säger Ulrik Alm medan han packar upp sin naturkorg på Solhemmets äldreboende i Ekeby utanför Bjuv.

Han är en av attraktionerna på kommunens ljusfestival, som hölls i februari för att kasta ljus över äldreomsorgen.

– Ett bra initiativ. Det finns så många festivaler för yngre. Då är det inga problem att slänga upp 200 000 kronor i vilken kommun som helst. Men vill man ha 10 000 för att besöka de äldre, sitter det väldigt trångt, säger Ulrik Alm.

Det har även varit trist och enahanda på Bjuvs fyra boenden för äldre. När Solhemmets enhetschef, Lisa Fagerstedt, tillträdde sitt arbete för sex år sedan fanns det överhuvudtaget ingen terapiverksamhet.

Att vara människa

– Personalen har varit inriktad på de äldres kroppar och vårdat dem så att alla varit mätta, hela och rena. Men det är kanske viktigare att sjunga med Agda än att allt är superrent runt henne. Vi måste försvara en människas

TEXT: STEFAN DANIELSSON
FOTO: MARIANNE DANIELSSON

rätt att få leva tills hon dör. Att hon får vara den människa hon varit.

Lisa Fagerstedt hakade snabbt på Region Skånes satsning Kultur i vården. De senaste åren har Solhemmet vänt sig till samhället utanför och får besök från Svenska kyrkan, Missionsförbundet, biblioteket, pensionärsföreningarna, anhörigföreningen, musikskolan, trubadurer och en klädbutik. Dessutom har personalen högläsning, allsång eller gympa med de boende.

Verksamheten ska förhoppningsvis utvecklas ytterligare eftersom Bjuvs kommun har anställt två projektledare, som samarbetar med äldreboendets kulturombud. Humanekologen Brita Jensen, som leder verksamheten, tycker att äldreomsorgen bör vända sig till studieförbunden, som är en stor vilande resurs.

Här finns ju redan lokaler och folk. Det är bara att sätta igång. Handlar det om cirklar betalar de boende själva och kulturevenemang är inte så dyra i studieförbundens regi, säger Brita Jensen.

Kulturevenemang

Ulrik Alm tror inte att studiecirkelformen fungerar så bra på ett äldreboende, utan att kulturevenemang passar bättre eftersom många trots allt är mycket gamla och trötta. Men han betonar att de äldre måste erbjudas meningsfulla aktiviteter. Han är inte imponerad av kvaliteten på det kulturella utbud som erbjuds. Fem procent av Sveriges befolkning är över 80 år och gruppen förväntas bli ännu större när 40-talisterna når dit.

– Trots detta brukar kulturutövare strunta i äldre på äldreboenden. Detta är nog landets mest oattraktiva publik. Studieförbundet tar ansvar för marginaliserade grupper. Det ska

vi vara kaxiga och stolta över. Men varför kommer inte kulturinstitutioner hit med professionella skådespelare och konsertviolinister, undrar Ulrik Alm.

Han tycker det är ett demokratiproblem att äldre förmenas rätten till sinnesupplevelser. Att undertrycka sinnen, har använts som kontroll och straff på fängelser och mentalsjukhus.

Isolering

– Vad är det vi gör, när vi ska straffa folk som mest? Sätter dem i isoleringscell. Vi vet hur hårt det tar. Människan blir galen av att isoleras. Astronaut, som är i rymden en längre tid, har med sig filmer, musik och böcker. Det dröjer inte länge förrän de börjar titta på naturfilmer. De saknar ljudet av vind, regnmatter, isklirr, fågelsång och alla dofter. Sådant vi tar för givet. Våra sinnen är samkörda. När vi inte får känna vinden eller höra fågelsång mår vi snabbt sämre.

Ulrik Alms mission, att bryta äldres isolering genom naturupplevelser, började efter en utmaning från Höganäs kommun 2006.

– Jag blev ombedd att besöka kommunens äldreboenden och ta med mig naturen in till dem. Det var något helt nytt för mig. Visste inte alls vad jag skulle göra. Jag mötte en grupp människor, där någon plötsligt kunde falla i sömn eller lämna lokalen med sin rullator. Det får man lära sig att ta.

Men Ulrik Alm fann snabbt en metod att öppna deras sinnen. Och så plockar han upp naturen från sin korg: djurhorn, bitar av träd, kottar, kvistar, bark, stenar, fjädrar. Dagrummet fylls långsamt av boende, som är nyfikna på vad Ulrik Alm har att berätta. ■



LEVANDE NATURSHOW

Ulrik Alm har kört igång sin naturshow på Solhemmet. Ett tjugotal av de boende har bänkat sig i dagrummet. Men först pratade han några ord med var och en. Frågade efter deras namn. Nu har han faktiskt lagt dem på minnet. Det känns redan som om Ulrik är en bekant.

– säger du det, Maj-Britt, att du har cyklat i Nyvängs gruva. Så fantastiskt. Det går inte idag. Nu är den gamla stenkolsgruvan fylld med vatten. Var du inte rädd?

– Inte där nere, men jag var lite orolig för att linorna skulle brista i hissen. Då sa gruvfogden: ”Det har aldrig hänt. Men botten har gått ur.”

Maj-Britt berättade om sin gruvliga upplevelse, när Ulrik Alm skickade runt en svart sten, som församlingen lätt identifierade: Stenkol. Det är så han jobbar, låter de naturliga tingena väcka minnen som öppnar sinnen.

Han tar fram ännu en sten.

– Den här var varm, när jag plockade den på Västmanöarna 1973. Den kommer från jordens inre.

Olika material

Ulrik Alm växlar mellan mjukt och hårt. Han stryker en len vit fjäder mot kinder som varit med länge och berättar om fåglarnas fantastiska dunvästar.

– Det är världens bästa isoleringsmaterial. Långt mycket effektivare än Gullfibers glasull i Billesholm. Har någon av er jobbat där, undrar Ulrik Alm.

Det har ingen. Men alla är med på noterna. Eller nästan alla. En dam sover tryggt i sin rullstol. En annan gör entré med sin rullator och ropar efter kaffe innan hon resolut vänder på klacken och lämnar dagrummet.

Ulrik Alm går omkring bland publiken med bitar av olika stammar. Konstaterar att han har ett träd i sitt namn och undrar om det finns någon mer med växtanknytning. En Roos ger sig till känna.

Känsel och minnen

– Krama vedstycket. Kan ni se vad det är för träslag? Känn på det. Väg det i handen. Visst är det tungt? Ja, det är ek. Det manliga trädet, som användes till fartyg och ekor. Eka för att det tillverkades av ek. Och vad gör man mer av ek? Navet på ett vagnshjul gjordes av al. Vad tror ni man tillverkade ekrarna av? Och det här är lind, det kvinnliga trädet: ”Drömmen om Elin, leende under en blommande lind”, sjunger Ulrik Alm.

Därefter passerar olika djurhorn revy. En vaxkaka. Doftande enris. Kottar...



– Ekorn satt i granen skulle skala kottar... Hoppa han från tallgrenen... Hur kunde han hoppa från en tallgren, när han satt i granen. Sånt gillar jag inte, säger Ulrik Alm och avslutar med att visa diabilder med vackra naturmotiv. Bilder han själv har tagit med vår, sommar, höst och vinter.

Naturguiden plockar ihop sin rekvisita medan en kommunal ungdomsorkester gör sig redo att fortsätta ljusfestivalens program. Ingrid Nilsson, undersköterska och ett av Solhemmets kulturombud, är entusiastisk efter Ulrik Alms föreställning. Hon är själv mycket naturintresserad och tänker kopiera hans pedagogik, att tala om naturnära ting.

Ulrik Alm tar sin naturkorg och lämnar Solhemmet. En lätt doft av skog dröjer sig kvar. ■