

Planter på plejehjem vækker sanserne

Marianne Mikkelsen laver 'Planteværksteder', hvor natur og planter bruges til at skabe rum til erindringer og gode oplevelser for både ældre plejehjemsbeboere, pårørende og personale.

Jeg har i mange år formidlet viden om natur og haver i forskellige sammenhænge, ikke mindst som redaktør for Tidsskrift for Praktisk Økologi (PØ). I den sammenhæng havde jeg fornøjelsen at interviewe Marianne Mikkelsen om de planteværksteder, hun siden 2019 har lavet på plejehjem i Aarhus Kommune (og på et enkelt besøg på et plejehjem i Odder). Artiklen blev oprindeligt udgivet i PØ nr. 5, 2023,

men Mariannes beretning om planteværksteder på plejehjem er også vigtig at formidle til praktikere inden for ældreområdet og genudgives derfor her i en let redigeret udgave på opfordring fra dette tidsskrifts redaktion. For Marianne selv er håbet, at flere vil være med til at udbrede konceptet om planteværksteder på plejehjem og/eller lave følgeforskning. Mere om det til sidst i artiklen.

Planter skaber historier

Marianne Mikkelsen er naturvejleder og cykler rundt til plejehjem i Aarhus Kommune med en ladcykel fuld af blomster, frøstande, visne blade, og hvad årstiden ellers byder på af naturelementer. Marianne laver planteværksteder med de ældre plejehjemsbeboere og bringer dermed haven og naturen ind til dem, der ikke selv har muligheden for at bevæge

Marianne Mikkelsen laver planteværksteder på plejehjem, hvor de ældre kan røre, se og dufte forskellige vilde og dyrkede planter.



Foto: Simon Jeppesen



sig ud for at mærke, dufte og opleve naturens glæder. De sanselige oplevelser i Mariannes planteværksted er springbrættet til historier om de ældre beboeres egne oplevelser med planter og trækker spor langt efter, at *Blomsterdamen*, som de kalder hende, er cyklet videre.

Når Marianne trækker i en blomstret kjole og pakker sin ladcykel, er det med et bestemt tema afhængig af årstid og stedet, hvor hun har fundet naturelementerne:

– Det kan for eksempel være grøfttekanten, og så fortæller jeg [plejehjemsbeboerne, som deltager i planteværkstederne, red.], at jeg kommer cyklende langs Brabrandstien og bremser op og klipper rejnfan eller røllike, og så ser jeg små insekter, som boltrer sig i pollen. Et andet sted ser jeg lupiner, og så snakker vi om, at humlebieerne er glade for dem, men at de faktisk er invasive. Det bedste er, hvis der har sneget sig et dyr med ind sammen med planterne. Her er snegle gode, fordi de ikke lige forsvinder. Sneglene giver anledning til at snakke om dyr, og hvilke dyr de ældre selv har haft. For nogle kræver det lidt mod at røre ved dem, men det giver også glæde at overvinde sig selv, fortæller Marianne, der har lavet et terrarie derhjemme med afrikanske kæmpesnegle, som hun også tager med på plejehjemsbesøgene.

Besøgene varer 1-1,5 time. Beboerne sidder typisk omkring et bord, mens Marianne præsenterer én plante eller genstand ad gangen.

– Det er fristende at fylde bordet med dejlige grønne sager, men

jeg skal helst nøjes med én ting ad gangen, så det ikke bliver for overvældende eller forvirrende. Det dejligste er, når hver beboer kan få en lille ting med hjem: En lille buket, en stikling, en håndfuld kastanjer.

Det er meget forskelligt, hvordan de forskellige plejehjem har gjort, men planteværkstederne fungerer optimalt, når 1-2 fra personalet også deltager. Og det er allerbedst, når det er faste

Siden Marianne Mikkelsen begyndte at lave planteværkstederne i 2019 er de blevet finansieret/afholdt under flere forskellige rammer:

- Som aftenskolelærer, både under FOF og gennem en særlig ordning under FO-Aarhus, som en del plejehjem havde, hvor planteværkstederne var ét af de tilbud, de kunne købe.
- Som barselsvikar som 'flyvende grøn oplevelsesmedarbejder' i 2020. Aarhus Kommune havde på det tidspunkt en gruppe af oplevelsesmedarbejdere, der leverede oplevelser på alle kommunens plejehjem. Ordningen er siden blevet beskåret voldsomt.
- Som selvstændig naturvejleder, hvor Aarhus Kommune i 2021 købte i alt 80 besøg, så 10 forskellige plejehjem fik otte besøg hver i løbet af året.

ABSTRAKT

I Aarhus Kommune har Marianne Mikkelsen siden 2019 lavet planteværksteder på mange af kommunens plejehjem. Artiklens forfatter har interviewet Marianne, som her fortæller om konceptet, og hvordan det foregår i praksis. Ved at bringe forskellige naturelementer ind på plejehjemmene kan man skabe nærværende snakke og frembringe positive erindringer hos de ældre beboere. Planter kan bruges til at vække sanserne og skabe mulighed for historier og samtaler til glæde for både beboere, pårørende og personale.

Mia Stochholm, økologisk landmand, redaktør på Tidsskrift for Praktisk Økologi (www.oekologi.dk), konsulent og freelance inden for formidling af økologisk havebrug og udvikling af fællesskabshaver (www.miastochholm.dk).
mia@miastochholm.dk

“

ansatte, der deltager hver gang, og som sørger for at invitere og hente de beboere, de ved, er interesserede. I den anden ende af skalaen har Marianne også oplevet bare selv at ankomme til en dagligstue, og deltagerne var så de beboere, der var til stede.

Planter, sanser og erindringer

Historiefortællingen kan bredes ud, så plejehjemsbeboerne får en følelse af, at de er med på Mariannes cykeltur, men hun holder også pauser og tager ikke hele scenen. Der skal gøres plads til de ældres historier. For historier giver identitet. Det er herigennem, man genoplever, hvad man tidligere har lært og oplevet. Mange ældre plejehjemsbeboere har demens, og her er det særligt vigtigt at bringe sanserne i spil, fordi de går bagom demensen

Mange ældre plejehjemsbeboere har demens, og her er det særligt vigtigt at bringe sanserne i spil, fordi de går bagom demensen og vækker minder og følelser. Farverige blomster, bløde blade og kraftige dufte fra mynte og ambra, kan sætte gang i sanserne. Det handler om at etablere et rum, hvor der er plads til forundring, og hvor historierne kommer snigende og kan give de ældre en oplevelse af, at de er med på tur”

og vækker minder og følelser. Farverige blomster, bløde blade og kraftige dufte fra mynte og ambra, kan sætte gang i sanserne.

Det handler om at etablere et rum, hvor der er plads til forundring, og hvor historierne kommer snigende og kan give de ældre en oplevelse af, at de er med på tur:

– I dag skal vi til stranden, siger jeg, men det skal vi jo ikke, jeg har bare taget stranden med ind i form af sand,

muslinger, krabbeskjold, østers og snegle. Jeg har også haft visne blade med om efteråret, som de ældre lavede buketter af og med et fint bånd omkring, så har man en enkel dekoration. Pludselig kan hænderne noget, når tingene bliver lagt foran dem, oplever Marianne.

– Når jeg har skræpper med, læser jeg indledningen til *Den grimme ælling*. Det åbner for noget kulturhistorie. Når jeg har blomstrende skvalderkål med, snakker vi om, hvornår noget er krudt, og hvornår det er ukrudt. Den snak kan nærmest blive filosofisk og handle om, at vi som mennesker også gerne må være forskellige. Skvalderkålen blomster er jo ret flotte, men hvorfor betragtes den så som ukrudt? Vi snakker også om forfald, hvilket visne frøstande af japanske lygter og akeleje giver anledning til. De er billeder på smukt forfald, og så snakker vi om, at vi også er grå i toppen, men stadig er beundringsværdige, siger Marianne.

Oplevelser, der varer ved

– Lykken bliver størst, når de får noget med hjem, som forlænger oplevelsen. For ældre med demens er oplevelsen også væk, når jeg er væk. Derfor har jeg nogle gange stiklinger med, så kan vi snakke om, hvordan det går med





Buketter i syltetøjsglas får et besøg fra Marianne til at vare længere end blot den time, hvor hun er på plejehjemmet.

den, næste gang jeg kommer. Eller jeg giver dem en tørret blomst og et hækket hjerte med et manilamærke, hvor der står *Kærlig hilsen Marianne, »Blomsterdamen«*. Så kan de pårørende eller personalet spørge til det og starte en samtale. Det hæklede hjerte minder om de taktile oplevelser ved at røre ved en plante, siger Marianne.

Det er i øvrigt en udbredt standardforståelse, at 'det med blomster er noget for damer'. De mænd, der deltagere, er mindst lige så optaget af det grønne, og det er ikke usædvanligt, at pårørende også prioriterer at deltage, bl.a. er en bror til en mandlig beboer fast gæst ved planteværkstederne.

Marianne forklarer oplevelsesrækken som en lyskæde, hvor hun tænder et lys, og så starter det en kædereaktion af lys, hvor de ældre beboere taler med hinanden, personale og pårørende om det, de oplever. Hun får positiv respons på planteværkstederne fra personale og pårørende:

– De fortæller, at de ældre glæder sig til planteværkstederne og snakker om dem mellem besøgene, fortæller Marianne og giver en opfordring til os, der skal besøge ældre plejehjemsbeboere:

– Tag noget med fra haven, altanen eller grøftekanten – oplev det sammen, duft til det, og snak om det. Blomster og kærlighed kan vi ikke få for meget af!

Salvie er et eksempel på en plante, der kan det hele med sine bløde blade, smukke blomster og kraftige duft. Det er min far på billedet. Han havde Alzheimers og døde sidste efterår.

Flere planteværksteder i fremtiden

Marianne laver stadig planteværksteder i Aarhus Kommune i 2024, og hun er meget interesseret i at lære fra sig og udbrede konceptet. Kontakt derfor gerne Marianne (marianne@miklsn.dk), hvis du er interesseret i:

- At lære at lave planteværksteder. Værkstederne kan gøres på mange niveauer, både af ansatte og pårørende, og konceptet fungerer bedst med kontinuitet, altså flere værksteder over tid på samme plejehjem.
- At få besøg af Marianne i en anden kommune (for beboere og/eller personale), eller
- At lave samarbejde og/eller følgeforskning.



Foto: Mia Stochholm

Marianne hører også gerne fra dig, hvis du kender til fonde/finansieringsmuligheder, der kan muliggøre at lave flere besøg. De færreste plejehjem har selv råd.

For at supplere Mariannes opfordringer ovenfor kan jeg selv afslutningsvis nævne, at jeg i 2019 har været med i et projekt med *Mobile Erindringshaver*, som blev til i et samarbejde mellem fire demensplejecentre i Fredericia og Social-og sundhedsskolen Fredericia-Vejle-Horsens. For dem, der er interesserede i mere litteratur om emnet, kan jeg anbefale litteraturlisten fra *Mobile Erindringshaver*-projektets projektbeskrivelse, som kan findes her: https://www.sammengrorvi.dk/images/Projektbeskrivelse_Erindringshaver.pdf

Videre læsning

Find yderligere inspiration i andre artikler fra *Viden om Aldring*, fx:

- Algreen-Petersen, E. (2013). En plejehjemshave som ramme om liv. *Tidsskriftet Gerontologi*, 29(2), s. 10-15.
- Elle, J.C. (2008). Det velduftende plejehjem. På sporet af en ny mad- og omsorgskultur. *Tidsskriftet Gerontologi*, 24(3), s. 8-11.
- Blaakilde, A.L. & Christensen, K. (2023). Narrativ naturbaseret sundhedsfremme for aldrende mennesker. *Viden om Aldring*, 39(2), s. 27-31.

Artiklerne kan findes gratis på <https://danskgerontologi.dk/> i fanen 'Tidsskriftet Viden om Aldring' under 'Alle tidsskriftets udgivelser'.