



## *Trädgård i vården*



### **Kursen**

Denna kurs riktar sig till dig som vill lära dig mer om hur vår utemiljö kan användas för att främja hälsa i allmänhet och hur trädgård och park kan användas i vård och rehabilitering. Kursen belyser olika gruppers behov såsom barn, äldre och funktionshindrade och föreslår åtgärder för hur utevistelsen kan främja hälsa och välbefinnande. Kursen ger också kunskap om trädgårdsterapins historia och nuvarande arbetsområde.

### **Du**

Kanske är du som valt att läsa denna kurs en person som har erfarenhet av arbete inom vård och omsorg eller så kanske du har arbetat med trädgård och odling. Kanske är du bara nyfiken på hur man kan använda vår natur som en del av rehabilitering och vård i största allmänhet. Vilket just din anledning är till att läsa denna kurs spelar inte så stor roll. Det viktiga är att du vill veta mer om hur människa och natur kan samspela med varandra för att öka välbefinnandet och hälsan.



## Jag

Jag som håller i denna kurs heter Kristina Levén. Jag är vårdlärare men har också gått en utbildning, Natur Hälsa Trädgård, på Sveriges Lantbruksuniversitet i Alnarp. Där läser man ämnet Miljöpsykologi och fokus ligger på frågor kring *hur* och *varför* och *på vilket sätt* människan reagerar på sin miljö. På Alnarp finns också en rehabiliteringsträdgård som

används för människor med stressrelaterade sjukdomstillstånd och för människor med psykiska problem. Det bedrivs också forskning i trädgården.

## Litteratur

Litteratur som vi kommer att använda är boken *Tänkvärda trädgårdar* av Pia Schmidtbauer, samt Patrik Grahn & Mats Lieberg. Utgiven av Formas Stockholm 2005. Den går att köpa genom någon av de stora bokhandlarna eller via nätbokhandeln [www.formas.se](http://www.formas.se). Du kan även beställa den på Liber Distribution tel 08-6909522 . Den har ISBN nummer 91-540-5940-2 som du då uppger. Boken kostar ca 300 kr. Tyvärr kommer inte Komvux att tillhandahålla den för försäljning denna höst. Dock har Henåns bibliotek ett exemplar av boken.