

# MILJÖ

För ökat välbefinnande



UTBILDNINGSKOMPENDIUM  
TRE STIFTELSEER 2021

*Miljöns betydelse för välbefinnandet*  
Utbildningskompendium 2021  
Författare: Monica Berglund  
Layout: Katarina Fegraeus

# I detta kompendium får du lära dig mer om:

<b>Miljöns betydelse för välbefinnandet</b> .....	<b>6</b>
<b>Ögat – Ett sinne som förändras med stigande ålder</b> .....	<b>8</b>
Grå starr – Katarakt .....	8
Gula fläcken – Makuladegeneration .....	8
Glaukom – Grön starr .....	8
<b>Belysning</b> .....	<b>10</b>
<b>Ljud</b> .....	<b>11</b>
<b>Färgsättning</b> .....	<b>12</b>
Färgsättning underlättar orientering – begriplighet och hanterbarhet .....	13
Entré, korridor och hall .....	13
<b>Miljö för hemkänsla</b> .....	<b>16</b>
<b>Vardagsrum</b> .....	<b>17</b>
<b>Måltidsmiljö</b> .....	<b>18</b>
<b>Den egna lägenheten</b> .....	<b>20</b>
Sova gott på natten .....	21
Badrum .....	21
<b>Konst och estetik</b> .....	<b>22</b>
Trädgården en del av det salutogena boendet .....	22
<b>Miljöpolicy</b> .....	<b>25</b>

# Inledning

De flesta av oss är beroende av att den miljö vi vistas i passar våra särskilda behov. Det ställer särskilda krav i miljöer där äldre personer bor och vistas. Det kan handla om rummets utformning, ljus- och färgsättning, inredning och stimulans. För att skapa optimala miljöer krävs det att alla – såväl chefer som personal inom vården- och omsorgen, som inom servicefunktioner – har kunskap om hur ohälsa, olika sjukdomar eller funktionsnedsättningar kan påverka vardagslivet samt hur man kan anpassa miljön för att stödja den äldre.

Stiftelsernas mål är att inom- och utomhusmiljön ska upplevas välkomnande och inbjudande för alla som vistas där, hyresgäster, anhöriga och medarbetare. Den ska stödja den äldre, signalera att det är ett hem och en bostad, så likt ett ordinärt boende som möjligt.

I ditt uppdrag som miljöombud är du med och utvecklar inne- och utemiljön på Tre Stiftelser. Syftet är att hyresgästens välbefinnande ska öka. Ditt arbete ska främja tillgänglighet och nyttjandet av inom- och utomhusmiljön.

Lycka till i ditt uppdrag!



## Miljöns betydelse för välbefinnandet

Olika forskare har betytt mycket för utveckling av miljön inom vården. Fascinerande är att läsa om Florence Nightingale (1820–1910) som redan i mitten av 1800-talet talade om miljöns betydelse för vårdandet. Hon betonar miljöns betydelse i förebyggande syfte för välbefinnandet och tillfrisknandet där människors egna helande och läkande krafter befrämjas. De omvårdnadsprinciper hon beskriver i boken *Notes on Nursing* för ca 150 år sedan, håller än idag: att skapa en terapeutisk miljö för patienten, att vårda med empati och hjälpa patienten att återfå sitt oberoende. Hon skriver:

**Verkan på en sjuk och av vackra föremål, omväxlande miljö, färgskönhet erkänns sällan. Folk säger att en dylik verkan blott har med kroppen att göra. Detta är alldeles felaktigt, ty även kroppen påverkas. Hur litet vi än vet om formers, färgers och ljusdagers inverkan på oss, så vet vi dock, att de har en påtaglig verkan på kroppen. Omväxling i form och färgglädje hos de föremål som patientens ser omkring sig påskyndar tillfrisknandet.**

Helle Wijks forskning har fått stort genomslag inom all vård och inte minst inom den kommunala äldreomsorgen och vården av äldre med demenssjukdom. Hennes forskning handlar om bland annat om färg, kontraster och symboler. Forskningen och erfarenheten visar också på betydelsen av att vara och bo i omgivningar som är överblickbara, vackra och lätta att förstå för att bidra till hälsa, till skillnad från institutionsliknande miljöer med långa korridorer som riskerar desorientering, vilshenhet, oro och förvirring.

Det är intressant att det har funnits forskning och kunskap inom detta område i så många år. Ändå har det inte implementerats i äldreomsorgen och i sjukvården. En orsak kan vara brist på kunskap om miljöns påverkan på människans välbefinnande. Ett annat är ekonomiska begränsningar som gör att miljön inte prioriteras. Detta trots av vi har kunskap om att en bra boendemiljö och bra arbetsmiljö ökar trivselen och välbefinnandet och ökar hållbarheten när vi *vårdar* vår miljö.

Ofta har vi fokus på den fysiska miljön som lägenhetens storlek, gemensamma lokalers storlek och utformning, ventilation, ljussättning, färgsättning, inredning och handikappanpassning. Minst lika viktig om

inte viktigare är den psykosociala miljön som handlar om upplevelsen i olika miljöer, hur olika rum och lokaler känns att vistas i. Det är en subjektiv upplevelse som skiljer mellan olika personer. Båda aspekterna och hur de sinsemellan påverkar varandra, är viktiga att ta hänsyn till i boendemiljön.

**Minst lika viktig om inte viktigare är den psykosociala miljön som handlar om upplevelsen i olika miljöer, hur olika rum och lokaler känns att vistas i.**

Sinnesnedsättningar som nedsatt syn, påverkat luktsinne, hörselnedsättning eller påverkad känslighet på grund av kognitiv eller neurologisk skada, påverkar uppfattningen av omgivningen. Åsikter kring om något är vackert eller fult, kallt eller varmt, trivsamt eller inte, registreras mer eller mindre omedvetet, bearbetas och jämförs med tidigare erfarenheter från andra miljöer, vilket gör att samma miljöer kan uppfattas helt olika människor emellan.

Våra ögon ger oss massor av information, intryck och glädje. Synen är vårt viktigaste sinne, det kan påverka KASAM om man drabbas av synnedsättningar av olika slag.

För dig, som miljöombud är det viktigt att du har god kunskap om ögats och synens betydelse för att sprida till dina kollegor, allt för att underlätta för hyresgästerna att hantera sin vardag även med synnedsättningar. Nu följer ett avsnitt om ögat och dess åldrande och de vanligaste sjukdomarna.



### Reflektera!

Vi fokuserar ofta på den fysiska miljön. Det är också viktigt att fokusera på den psykosociala miljön.

Vad innefattar den psykosociala miljön?

# Ögat – ett sinne som förändras med stigande ålder

Ögonsjukdomar är tyvärr vanliga och de flesta ger nedsatt syn. Många ögonsjukdomar är direkt kopplade till åldrandet och kräver livslång behandling. Grå starr, grön starr, skadliga förändringar i gula fläcken och torra ögon är alla klart vanligast bland äldre. Man kan inte göra någonting åt åldern, men sjukdomar kan botas eller behandlas. Dessutom är det viktigt att veta hur synen påverkas av åldern för att känna till dess begränsningar.

## Grå starr – Katarakt

Grå starr, eller katarakt som är den medicinska termen, innebär nedsatt syn p.g.a. en grumling i ögats lins. I de svåra fallen kan man med blotta ögat se att pupillen är grå. Ögat är som en boll med ett fönster, hornhinnan och på motsatta sidan sitter näthinnan som en tapet på ögonväggen insida.

## Gula fläcken – Makuladegeneration

Var tredje person över 75 år har någon form av åldersförändringar i gula fläcken. Området mitt i synfältet är skadat medan sidoseendet förblir friskt. Just där man vill titta finns en störande fläck. Raka linjer kan uppfattas som suddiga och krokiga. Sjukdomen leder inte till blindhet. Orsaken till Gula fläcken – makuladegeneration är inte till fullo känd.

## Glaukom – Grön starr

Glaukom, grön starr, är en ögonsjukdom som drabbar synnerven och skadar synfältet. Man vet inte exakt vad glaukom beror på. Ögontrycket har betydelse, men är inte hela förklaringen. Det finns personer som har förhöjt ögontryck men som aldrig någonsin kommer att utveckla glaukom och de finns de med alldeles normalt ögontryck som får en allvarlig sjukdom. Andra faktorer som exempelvis blodcirkulationen till ögat anses därför också spela roll för uppkomsten av glaukom.



Normalsyn



Grå starr – Katarakt



Gula fläcken – Makuladegeneration



Glaukom – Grön starr



## Belysning

Det åldrande ögat behöver fyra till sex gånger mer ljus för att se lika bra som en 20-åring. Det åldrande ögats förmåga att ställa om sig mellan ljus- och mörkerseende minskar vilket gör att man behöver mer tid för att anpassa sig mellan olika ljusnivåer. Om man t.ex. tänder en lampa med starkt ljus när man kliver ur sängen på natten kan det resultera i en tillfällig *blindhet* innan ögat har vant sig vid ljuset. Många äldre upplever att ljuset bländar och då gör det, det, även om vi som har ett normalt seende inte upplever det.

Belysningen på äldreboendet är viktigt för välbefinnandet, det ska finnas lampor över

alla matbord och soffbord som inte får vara bländande och som skapar ett behagligt ljus. Allmänbelysningen i kök, vardagsrum och korridorer är utvalda med hänsyn till det åldrande ögat. Lampor som skapar hemtrevnad ska självklart finnas men endast som inredningsdetalj, läslampor är också viktiga för att kunna läsa, handarbete mm.

Forskningen visar att med tillräcklig ljussättning blir äldre mer aktiva och den sociala samvaron med andra ökar samt att funktionsförmågan blir bättre och det minskar risk för depressioner.



### Reflektera!

Hur kan du tänka i vardagen för att anpassa belysningen på ett sätt som är anpassat för det åldrade ögat?

## Ljud

Ljudmiljön är viktig och kan vara en källa till oro likaväl som en källa till stimulans. Tänk på att höga röster och spring, höga signaler, buller, TV och radio som står på hela dagarna påverkar stressnivån negativt för de äldre och även för medarbetarna.

Det finns även intressant forskning som visar på ljudets positiva effekter i miljön. Bakgrundsmusik vid måltid liksom vid hygien och badsituationer har visat sig bidra till att man satt längre kvar vid matbordet och därmed åt bättre samt en badsituation som präglades av välbefinnande istället för oro. Musik och TV ska användas för stimulans och för samvaro där man valt musik, TV-program eller film noggrant utifrån vad de äldre tycker om eller vad som kan öka välbefinnandet.

Om hyresgäster eller personal upplever störande ljud kan ljuddämpande/ ljudabsorberande material användas ex. skrapljud från stolsben, eller från matbordet där det kan räcka att duka med bordstabletter. Det finns många olika möjligheter att åtgärda det. Du som miljöombud påtalar det för enhetschefen.

Glöm inte att tystnad är viktigt, hjärnan behöver återhämtning likväl som stimulans.



### Reflektera!

Hur man använda ljud i vardagen för att nå positiva effekter?

Vad bör undvikas?

## Färgsättning

Färg har estetisk stor betydelse och de flesta människor sätter också stort värde på en vacker färgsättning i deras miljö. En vacker och tilltalande miljö påverkar hur vi värdesätter det som sker i miljön och de som vistas där. Förmågan att uppfatta och förstå omgivningen korrekt kan ha påverkats av åldrandet men när det gäller förhållandet till färg visar forskningen att det inte har förändrats särskilt mycket genom livet. För att stödja den person som har svårt att tolka miljö eller har nedsatt rumsuppfattning kan man genom färgsättning, koder eller kontraster underlätta orienteringen dvs begripligheten och hanterbarheten. Man ska vara observant på att olämpligt val av färger eller mönster

kan skapa förvirring och i värsta fall ett utåtagerande beteende.

Ögat kan påverkas av att linsen förtjockas och gulfärgas det kan påverka hur färg uppfattas:

- Förmågan till kontrastseende minskar, kan ge svårigheter att se en matta, dörrhandtag, trappsteg om det inte finns kontraster
- Minskning av den upplevda intensiteten och mättnaden i färger, ex. röda färger kan se rosa ut, därför kan färgmarkeringar bli för svaga eller osynliga för det åldrande ögat.
- Förmågan att särskilja olika blåa färger minskar.



## Färgsättning underlättar orientering — begriplighet och hanterbarhet.

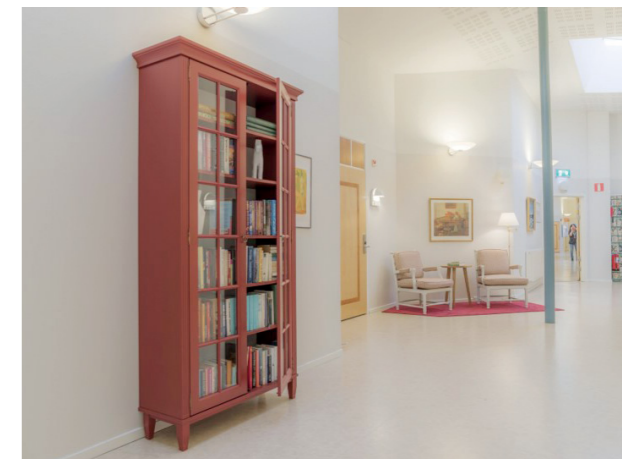
Genom att använda färger i olika kulörer, som mörkare dörr- och golvlister underlättas orienteringen och gör att man uppfattar rummets gränser tydligt.

Dörrar som inte är till utrymmen som är den äldres till exempel tvättstuge- och förrådsdörrar kan målas neutrala så att de *försvinner i väggen*.

Färg kan användas som signal för uppmärksamhet och för igenkänning. Olika färger signalerar olika saker och hur de upplevs är individuellt. Som ex: Rött kan uppfattas som en symbol för värme, kärlek likväl som blod eller krig. Blått kan uppfattas som vatten eller att det är kallt. Färgsättning bör vara ljus med tanke på att synen förändras och att behovet av ljus ökar med åren. Vardagsrummen och köken har tapeter framförallt för att skapa en känsla av hem, ofta finns en fondtapet i köken för att skapa karaktär i rummet.

### Entré, korridor och hall

Korridorerna kan antingen vara målade eller tapetserade beroende på enhetens utformning, är korridorerna långa kan de upplevas mindre institutionella om de tapetseras.



Här är hallen möblerad för att skapa ett välkomnande.



En korridor där kontraster använts för att lägenhetsdörren ska synas tydligt.

I entrén är det bra med en hyresgästlista, brevlåda och namnskylt utanför lägenheten. Eventuellt kan ett fotografi vid dörren underlätta för hyresgästen att hitta hem.







## Miljö för hemkänsla

Inredningen ska signalera att det är ett hem, en bostad och skapa en upplevelse av hemkänsla. Det är ett detektivarbete att hitta möbler som är lämpliga för äldre personer med alla de specifika krav som verksamheten ställer och som dessutom inte är institutionslika. Möblerna ska ha rätt höjd, ex. matbordens höjd är viktig för att även en rullstolsburen person kan sitta bekvämt och äta vid det, stolarna ska vara stabila och eventuellt försedda med hjul för att underlätta förflyttning, tyget på stolar, soffor och fåtöljer

ska vara avtagbara, i lättskötta och i tvätttåliga material.

Mattor är en självklarhet överallt, i lägenheterna möblerar man med egna mattor. Mattor är ett speciellt kapitel, det ställer krav på att välja rätt mattor som ska ligga bra *fast* på golvet och inte vara för höga, mattan får inte vara ett hinder för de äldre som har gånghjälpmedel eller rullstol att röra sig fritt. Utan mattor kan man uppleva att miljön är kal och steril och för tankarna till institutionen.



## Vardagsrum

Vardagsrummet är en hemlik miljö som ska passa många personers tycke och smak – en viktig mötesplats – poängteras bör att det är hyresgästernas rum och att de betalar för hyra för det. Inredningen i vardagsrummet bör vara traditionell med bl.a. soffa, fåtöljer och soffbord som kan bidra till igenkänning (begriplighet).

Rummet kan användas till fysisk aktivitet, sinnesstimulans och vila. Det ska finnas tavlor på väggarna med motiv som är tilltalande och väcker intresse, kanske till samtal. I Sverige har vi oftast mattor under soffgruppen som gör att rummet upplevs varmare, det är självklart även i våra vardagsrum.

Krukväxter och blommor på bord och fönsterbräddor höjer trivseln. Självklart måste även de ha skötsel som nytt vatten i vasen, vattna krukväxten, ta bort döda blad och växter.



Vardagsrum i två olika utförande.  
Ovan: institutionsmöbler  
Nedan: möbler som är klassiska och vanliga



## Måltidsmiljö

Måltidsmiljön kan stärka den sociala gemenskapen. Ta reda på om hyresgästen vill äta själv eller med vem den vill äta sin måltid med för att skapa måltiden en trevlig stund. Det är bra med 4–6 personer runt bordet men ska anpassas efter hur hyresgästerna vill ha det.

Även här är det viktigt att anpassa miljön för att hyresgästen ska klara sig själv eller underlätta för hen. Porslinet ska helst vara enfärgat och glaset färgade för att underlätta för personer som har en kognitiv svikt eller synnedsettningar. Som ex. potatis och vit fisk på en vit tallrik kan vara omöjligt att urskilja även vatten i ett genomskinligt glas kan vara svårt att se.



Matplatser med dynor på stolarna för ökad bekvämlighet och i kontrastfärg. Fondvägg med mönstrad tapet. Gardiner som är neutrala på bild 1 och mönstrade bild 2.



### Reflektera!

Alla är olika, och uppskattar sina måltider på olika sätt. Hur kan du se till så att hyresgästen får en måltidsmiljö som passar just den?



## Den egna lägenheten

Den egna lägenheten är en personlig miljö, som möbleras med egna möbler och prylar som sätter dess prägel och bidrar till igenkänning och en känsla av tillhörighet. Personliga saker omkring hyresgästen gör att risken minskar för att personen ska betraktas som vårdtagare eller patient. En personlig doft kan bidra till att hyresgästen känner sig hemma, kanske en lavendelpåse i byrån, doft av såpa, eller en doftspredare? Hotellås på lägenhetsdörren är att rekommendera för att underlätta trygghet och kontroll.



### Sova gott på natten

När lägenheten möbleras är det viktigt att placeringen av sängen känns trygg! Ska sängen stå längs väggen eller med huvudänden från väggen som ibland är vanligt p.g.a. hyresgästens omvårdnadsbehov. Alla sängar har hjul för att lätt kunna anpassa efter hyresgästens behov. Det ska finnas persienner eller rullgardiner för mörkläggning av lägenheten inför natten.

### För personer med kognitiv svikt kan det bäddas med underlakan i en avvikande färg gentemot påslakanet för att underlätta orientering och igenkännande.

För personer med kognitiv svikt kan det bäddas med underlakan i en avvikande färg gentemot påslakanet för att underlätta orientering och igenkännande. Man kan tänka på att om lakanen har en ljusare ton än väggarna runt omkring blir det lättare att hitta sängen. En pläd i färg vid fotändan är lätt att hitta nattetid.

### Badrum

Det är viktigt att badrummet är varmt och inbjudande, en personlig doft kan förstärka det. Badrummet får inte bli ett utrymme som

upptas av *våra saker* det skapar inte hemkänsla och minskar hyresgästens överskådlighet. Viktigt att tänka på är att många hyresgäster har en kognitiv svikt. Det är bra att känna till att personer med demenssjukdom kan bli rädda för sin spegelbild då de inte känner igen sig, då är det bra om det finns möjlighet att dölja/täcka över spegeln.

Belysningen är viktig i badrummet och att det finns kontraster, det är vanligt med en avvikande färg bakom toalettstolen och tvättstället som gör det lättare att se dem. Andra exempel: I badrummet kan kroken till hyresgästens kläder, duschdraperiet och handdukarna vara i klara färger, tvålen vara röd liksom tandborstmuggen och tandborsten kan vara grön!

För att hitta till toaletten sätt en symbol på toalettdörren!





## Konst och estetik

Den konstnärliga utsmyckningen är viktig och det finns mycket att lära om estetikens betydelse i vården och omsorgen. Det finns förställningar om att en viss sorts konst inte passar äldre och att den ska se ut på ett speciellt sätt vilket är helt felaktigt. De äldre har lika olika syn på vad som är bra och tilltalande konst som alla vi andra. Önskvärt är att det finns något i konstverket att diskutera och som väcker intresse.



### Trädgården en del av det salutogena boendet

Varför trädgård?

- Människor upplever högre livskvalitet och har bättre hälsa med en *grön miljö*
- Stressade människor återfår snabbare sina krafter
- Kontinuerliga besök i en *grön miljö* förbättrar hälsan
- Förbättrar sömnen för människor i alla åldrar
- Koncentrationsförmågan höjs
- Blodtryck och puls påverkas positivt

Forskningen visar att naturen har stor betydelse för människors hälsa och livskvalitet. Genom att använda naturen och trädgården inom vården på ett professionellt sätt berikar det de äldres miljö på många olika sätt.

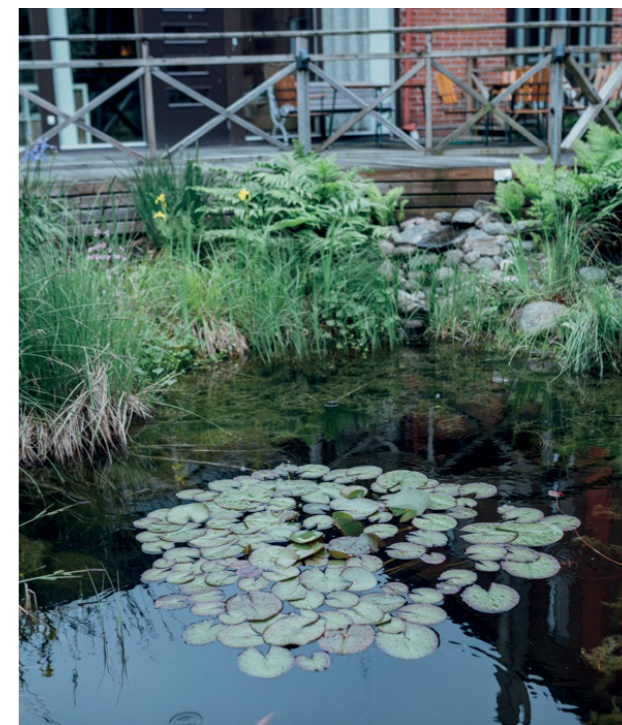
Tre Stiftelsers äldreboenden omringas av tre härliga trädgårdar på totalt 15 000 m<sup>2</sup> vilket är en väldigt stor yta. Sinnesstimulans är temat i trädgårdarna, något för alla sinnen – syn, hörsel, smak, lukt och känsel – och det finns stort utrymme för kreativitet. Man ska kunna följa de olika årstiderna, det ska blomma mycket och länge, det finns höns som pickar, vatten som porlar, buskar och träd som lockar till sig fåglar och fjärilar, dofter av blommor och örter, ja kort sagt allt som kan väcka sinnen. Trädgårdarna har utvecklats över tid med växthus, träningsredskap, bodar som kan användas till bland annat tombolor eller korvförsäljning, *något vattendrag*, mötesplatser på olika ställen i trädgården och en boulebana.

Genom att använda olika markunderlag – gräs, bark, asfalt, grus, plattor – påverkas tillgängligheten men kan användas för sinnesupplevelser och träning av balans och koordinationsförmåga. Om man går på ett hårt markunderlag finns risken att man inte lyfter på fötterna, för att man inte behöver göra det, medan man på grusade gångar som är lite ojämna, lyfter man på fötterna och tittar på marken – dessutom låter det och känns annorlunda – många stimuli samtidigt.

### För alla som arbetar i äldreomsorgen gäller det att hitta *nycklarna till vad var och en av de äldre finner meningsfullt i att vara utomhus.*

I enkäter till de äldre ställdes frågan om trädgård, natur och djur är viktiga inslag i boendemiljön. Alla äldre svarade att de ville vara ute i trädgården, promenera var viktigt, en hel del ville även arbeta där, sedan var det många som ville åka till havet. Även djur var viktiga, forskningen visar att de äldre får mer besök om det finns en trädgård och djur inom området.

Att vistas utomhus i dagsljus kan bidra till att dygnsrytmen normaliseras genom





att uteaktiviteter och dagsljus leder till en naturlig trötthet på kvällen och natten vilket är hälsofrämjande. Inom demensvården har man även sett att utevistelser kan leda till en minskning av aggressivt beteende.

## Att vistas utomhus i dagsljus kan bidra till att dygnsrytmen normaliseras.

Användandet av utemiljön förändras över tid från att i yngre år haft tyngdpunkten på skapandet och görandet till att senare i livet mer och mer känna varandet eller

betraktandet som det viktiga. Att gå ut och plocka blommor, bär eller frukt uppskattas av flertalet av de äldre är vår erfarenhet. Men också att få sitta och njuta på en parkbänk och följa årstidsväxlingarna skapar välbefinnande. Genom att ordna olika aktiviteter, som följer årstidsväxlingarna, som att sätta frö, plantera växter, sätta potatis kan ge nya upplevelser.

Hönshuset med några hönor och en tupp lockar både de äldre, anhöriga och barn att vistas utomhus och stimulerar till många samtal samt något meningsfullt att göra — mata, hämta ägg eller *prata med* hönsen.



### Reflektera!

Hur kan du motivera hyresgäster att vistas utomhus?

Har du själv känt hur utomhusvistelse fått dig att må bättre?

## Miljöpolicy

Vår policy för den fysiska och psykosociala miljöns utformning är baserad på forskning och evidens. I den finns tydliga kravspecifikationer för att skapa en miljö som är hemlik och där man kan uppleva hemkänsla, den får inte signalera institution. Det finns också tydliga krav på vilka funktioner miljön och dess utformning ska fylla.

Personalen är experter inom vård och omsorg därför anlitas alltid inredningsarkitekt som med sin profession tar fram förslag på olika miljöer. Det är viktigt att skapa miljöer med både gamla och nya möbler, att ta tillvara och restaurera möbler om det behövs. Miljön ska vara professionellt utformad och passa många olika människor.

Enhetschefen är ansvarig för boendemiljöns utformning och inredning. Det är endast hen som kan fatta beslut om förändringar i miljön, medarbetarna kan bara ändra i miljön på uppdrag av enhetschefen. Förändringar i inomhusmiljön utgår alltid från de äldres behov, det kan vara att någon som sitter fel utifrån sin funktionsnedsättning som skapar ett problem när han eller hon ska äta, det kan vara en lampa som bländar en person som har någon ögonsjukdom. Allt för att miljön

ska vara ett stöd och för att vardagen ska bli meningsfull, hanterbar och begriplig för den äldre.

Vi kan ta emot skänkta möbler endast om de stämmer in i miljön. Enhetschefen avgör det.

Det är förenat med stora kostnader att renovera inomhusmiljöerna och inhandla ny inredning. Vi räknar med att all inredning inklusive gardiner m.m. håller i minst 10 år (då är de avskrivna). Det innebär inte att vi byter ut allt vart tionde år.

Gardiner och mattor tvättas av kemtvätt, det finns instruktioner om hur det går till att anlita kemtvätt.

Anslag som tejpas på väggar, köksdörrar och kylskåp bör undvikas, det skapar ett stökigt intryck. Anslag för personal ska naturligtvis bara anslås i personalrummet.

**Inomhusmiljön påverkar oss, det tar mindre än fem minuter att tolka och betygssätta miljön.**



Vissna blommor och krukväxter, dammråttor, bord som inte är avtorkade, stolsdynor som är smutsiga eller saknas, kan tolkas av hyresgäster och närstående som att vi inte bryr oss, de som bor är inte viktiga. Frågan de kan ställa är — kan de ge en god vård och omsorg när de inte kan vattna blommorna? Atmosfären är också en avgörande faktor för välbefinnandet, vad är det för känsla man får när man kommer till en våning?

Det finns studier som visar att den fysiska och psykiska miljön påverkar upplevelsen av vårdens och omsorgens kvalitet.

Du som miljöombud har en viktig roll att förmedla kunskap om miljöns betydelse till

**Ett tips till er, miljöombud, fotografera inomhusmiljön, krukväxter, anslag m.m. Det är ett mycket bra underlag för diskussion och reflektion med kollegorna och hyresgästerna.**

kollegorna och även påpeka om det inte är ordning och reda. Det innebär inte att du ska vara *städtant*, alla kollegor ska ta det ansvaret.

Lycka till med ditt uppdrag!  
Önskar Miljörådet







**”Stiftelsernas mål är att inom- och utomhusmiljön ska upplevas välkomnande och inbjudande för alla som vistas där. Den ska stödja hyresgästen, signalera att det är ett hem och en bostad, så likt ett ordinärt boende som möjligt.”**