



Text & Bild: P Arelund

Sol, vind och vatten ...

- Skärgård på sjunde våningen hos Attendo

På Hjalmar Brantingsgatan 100 är våren på väg men hos Attendo är det rena rama sommaren. Attendo Lundby park öppnade dörrarna i februari 2022; ett modernt och fräscht äldreboende, mitt i händelsernas centrum. Nu fylls huset med nya inflyttare och vissa av dem har redan hittat till sol, sommar och hav. På sjunde våningen!

I solrummet möts man av doftande tågvirke direkt när man kommer innanför dörren. Här finns hela skärgårdskänslan med snäckskal, fiskedrag, flytväst och även riktig sand för tårnas skull.

Den stora fondbanderollen slår an tonen och inredningen är smakfullt snickrad. Ord som drivved, fiskmåsar, sand, tång, maneter och sjöbod flyter upp till ytan. Centralt placerat i taket sitter ”solen” (en låg-UV sol på max 25 000 lux och infraröd värme) och ”vinden” som med hjälp av den smidiga displayen på väggen ska förflytta besökaren i tid och rum.

Med såväl vågbrus som de välbekanta måskrien blir det en välkommande och skön plats för avkoppling och samvaro där man stimulerar minnet via dofter, bild och ljud – och skapar en trygghetskänsla. Det är en spännande lek med sinnena och bakom kulisserna finns det en alldeles tydlig idé.

Värmande kvalitetstid

Att ha ett solrum känns såklart lite privilegierat och syftar till välmående – och det finns även andra dimensioner i vardagen som man



Ett gott liv i solen. Olle, Yvonne och Gunnel njuter värme och ljus.

får på köpet. Hos Attendo har man på åtskilliga äldreboenden valt att installera ett solrum från början när man bygger nytt.

– Det handlar om lite guldkant och ombyte i vardagen och ovanpå det får man som boende och personal en stunds viktig kvalitetstid när man är i rummet. Man får tid att snacka och diskutera och man gör det i en miljö som är både behaglig, avslappnad, nära och anorlunda. Det blir liksom blir en annan typ av dialog. Och det gäller såklart även för de anhöriga som kommer på besök. Det är helt fritt fram att sticka upp till solrummet tillsammans med sin mamma eller pappa och spendera en stunds soltid tillsammans. Det blir en mysig och skön aktivitet som kanske dessutom gör att man minns och tänker på andra

liknande stunder man haft tillsammans tidigare, säger Yvonne Schmeikal, som är verksamhetsansvarig på Attendo Lundby park.

Njuter och kopplar av

Två vänner som redan hittat till solrummet är Gunnel Johansson och Olle Svensson. Båda sitter bekvämt bakåtlutade och Olle med lite dricka i glaset. De glasögonprydda näsorna är vända mot solen.

– Vi har bott här lite olika länge jag och Olle men vi gillar stället och vi tycker det är alldeles underbart här i rummet. Det är härligt med vågorna och måsarna och det är lätt att man drömmer sig bort till andra platser där man varit genom åren. Jag har en känsla av att vi kommer att komma hit ofta, säger Gunnel.

– Visst är det njutning och välbefinnande, men man ser också tydliga positiva hälsoeffekter hos enskilda individer. Har man till exempel en demensdiagnos vilket ofta yttrar sig i att man blir orolig, rastlös och nervös, så är den ofta medicin som är traditionella vägen att gå för att hantera detta, men inom sjukvården generellt idag, och förstås även hos oss letar vi mer och mer efter nya vägar där vi faktiskt ser att kan minska användningen av mediciner och genom alternativa metoder uppnå goda effekter. Och då ser vi till exempel att vistelse i solrummet kan vara ett komplement som kan lugna och ibland till och med få bukt med omvänd dygnsrytm och annat som kan vara problematiskt, säger Yvonne.

Kontakt & info

Om du är över 65 och har ett beslut om särskilt boende kan du numera själv välja var du vill bo. Attendo Lundby park är ett nybyggt, fräscht äldreboende som ligger bra till med goda kommunikationer i en dynamisk stadsdel. För mer information och/eller en privat visning av boendet, kontaktar du Yvonne Schmeikal på telefon: 0708-76 67 52 / e-post: yvonne.schmeikal@attendo.se