

Karin Høyland • Karine Denizou • Daniela Baer •  
Hilde Finess Evensmo • Pernille Schanche Feragen

# Fra universelt utformede bygg til inkluderende områdeutvikling



SINTEF Fag

Karin Høyland, Karine Denizou, Daniela Bær, Hilde Finess Evensmo og  
Pernille Schanche Feragen

## **Frå universelt utformede bygg til inkluderende områdeutvikling**

SINTEF akademisk forlag

SINTEF Fag 50

Karin Høyland, Karine Denizou, Daniela Bær, Hilde Finess Evensmo og  
Pernille Schanche Feragen

**Fra universelt utformede bygg til inkluderende områdeutvikling**

Emneord: Universell, områdeplaner, inkludering

ISSN 1894-2466

ISBN 978-82-536-1591-2

Prosjektnummer: 02015785

Foto, omslag: Karin Høyland

20 eks. trykt av AIT Bjerch

Innmat: 100 g munken polar

Omslag: 240 g trucard

© Copyright SINTEF akademisk forlag 2018

Materialet i denne publikasjonen er omfattet av åndsverklovens bestemmelser.

Uten særskilt avtale med SINTEF akademisk forlag er enhver eksemplårframstilling og tilgjengeliggjøring bare tillatt i den utstrekning det er hjemlet i lov eller tillatt gjennom avtale med Kopinor, interesseorgan for rettighetshavere til åndsverk.

Utnyttelse i strid med lov eller avtale kan medføre erstatningsansvar og inndragning, og kan straffes med bøter eller fengsel.

SINTEF akademisk forlag

SINTEF Byggforsk

Forskningsveien 3 B

Postboks 124 Blindern

0314 OSLO

Tlf.: 73 59 30 00

[www.sintef.no/byggforsk](http://www.sintef.no/byggforsk)

[www.sintefbok.no](http://www.sintefbok.no)

## Forord

Prosjektet "Fra universelt utformede bygg til inkluderende områdeutvikling" er initiert av SINTEF Byggforsk og finansiert av midler fra Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet (BUFDIR).

Utgangspunkt for prosjektet er ideologien som ligger til grunn for universell utforming og intensjonen om å planlegge for "alle". Et inkluderende og mangfoldig samfunn krever en bevisst strategi samt innsikt i ulike brukergruppers behov. Det finnes i dag flere fagfelt med intensjonen om å skape gode steder å bo. Disse fagfeltene undersøker aspekter som helse eller sosial bærekraft, eller de vektlegger forskjellige brukergrupper som barn, eldre eller mennesker med funksjonsnedsettelse. Vi ser imidlertid mange fellestrekk mellom disse ideologienes intensjoner om å skape fysiske miljøer som i større grad setter mennesker i sentrum og som skaper rom for rekreasjon og møter mellom mennesker; planleggingsideologier som har utviklet seg fra ulike fagfelt, men som også har mange overordnede og sammenfallende mål.

Vi stilte oss spørsmålet om hvor mye de ulike fagfeltene og de faglige målsettingene overlapper, og om de kan integreres i en felles planideologi som nettopp har som mål å inkludere alle.

I denne rapporten har vi forsøkt å beskrive seks forskjellige perspektiver på god stedsutvikling:

- den helsefremmende by
- aldersvennlig by- og stedsutvikling
- et mer demensvennlig samfunn
- planlegging for barnevennlige omgivelser
- planlegging av boligtilbud for personer med stort hjelpebehov
- planlegging for sosial bærekraft

Hvert kapittel kan leses for seg og presenterer konsepter og prinsipper som kan anvendes i by- og stedsutviklingen. Kapitlene er skrevet av forskjellige forfattere som har jobbet spesifikt med de ulike temaene. I konklusjonen sammenligner vi disse konseptene og prinsippene, og vi drøfter hvordan ideen om inkluderende områdeutvikling kan integreres i de ovennevnte konseptene.

Norske arkitekters landsforbund (NAL) har bistått med innspill og til å løfte fram tematikken i flere workshops.

Vi takker BUFDIR for støtte til gjennomføringen av prosjektet og håper at vi kan jobbe videre med implementering og formidling av dette spennende temaet sammen med NAL i framtiden.

Trondheim, september 2018

Judith Thomsen  
Forskningsleder  
SINTEF Byggforsk

Karin Høyland  
Prosjektleder  
SINTEF Byggforsk

# Innhold

|          |                                                                              |           |
|----------|------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>1</b> | <b>Innledning .....</b>                                                      | <b>6</b>  |
| 1.1      | Nye måter å tenke planlegging og samlokalisering på .....                    | 6         |
| 1.2      | Bakgrunn .....                                                               | 6         |
| 1.3      | Omgivelser påvirker folks liv .....                                          | 6         |
| 1.4      | Omgivelser påvirker mennesker ulikt .....                                    | 7         |
| 1.5      | Målsetting om likestilling og deltakelse.....                                | 7         |
| 1.6      | Nye grupper og perspektiver .....                                            | 9         |
| 1.7      | Utvikling av nye arbeidsmetoder .....                                        | 9         |
| 1.8      | Ulike planparadigmer.....                                                    | 9         |
| <b>2</b> | <b>Den helsefremmende by .....</b>                                           | <b>10</b> |
| 2.1      | Hvorfor helsefremmende stedsutvikling? .....                                 | 10        |
| 2.2      | Kunnskapsstatus .....                                                        | 10        |
| 2.3      | Prinsipper for helsefremmende byer.....                                      | 11        |
| 2.4      | Byen som arena for sosiale møter og samhold .....                            | 14        |
| 2.5      | Byen som arena for fysisk aktivitet og grunnlag for bedre mental helse ..... | 17        |
| 2.6      | Veien videre – forskning og implementering.....                              | 20        |
| <b>3</b> | <b>Aldersvennlig by- og stedsutvikling.....</b>                              | <b>22</b> |
| 3.1      | Kunnskapsstatus. Ulike initiativer, begreper og tilnærminger .....           | 22        |
| 3.2      | Kjernetemaer i aldersvennlig planlegging .....                               | 24        |
| 3.3      | Kriterier og evaluering av aldersvennlige steder .....                       | 29        |
| 3.4      | Hvem er de eldre?.....                                                       | 31        |
| 3.5      | Forutsetninger for et mer aldersvennlig samfunn.....                         | 33        |
| 3.6      | Aldersvennlige byer i Norge.....                                             | 36        |
| 3.7      | Oppsummering .....                                                           | 37        |
| <b>4</b> | <b>Et mer demensvennlig samfunn.....</b>                                     | <b>39</b> |
| 4.1      | Innledning – Et samfunn for alle .....                                       | 39        |
| 4.2      | Bakgrunn og problemstilling .....                                            | 39        |
| 4.3      | Kriterier for å utvikle demensvennlige byer .....                            | 41        |
| 4.4      | Prinsipper for demensvennlig by- og tettstedsforming.....                    | 42        |
| 4.4.1    | Demensvennlig planlegging – diagram.....                                     | 42        |
| 4.4.2    | Kontinuitet .....                                                            | 43        |
| 4.4.3    | Aktivitet .....                                                              | 44        |
| 4.4.4    | Grøntområder.....                                                            | 49        |
| 4.4.5    | Tilgjengelighet .....                                                        | 50        |
| 4.4.6    | Bolig .....                                                                  | 55        |
| 4.5      | Konklusjon og veien videre .....                                             | 57        |

|           |                                                                                          |            |
|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| <b>5</b>  | <b>Planlegging for barnevennlige omgivelser .....</b>                                    | <b>58</b>  |
| 5.1       | Er barns behov grunnlag for planlegging i dag?.....                                      | 58         |
| 5.2       | Begrepene barn og ungdom .....                                                           | 58         |
| 5.3       | Den norske hverdagen – kontekst .....                                                    | 60         |
| 5.4       | Hva skal så omgivelsene støtte? .....                                                    | 62         |
| 5.5       | Hva er viktig for barn? Valgt retning i litteraturen .....                               | 65         |
| 5.6       | Litteraturgjennomgang .....                                                              | 65         |
| 5.7       | Samspill mellom rom og bruker, analysemodell med eksempler.....                          | 71         |
| 5.8       | Stikkord om behov basert på ulike alderskategorier .....                                 | 78         |
| 5.9       | Oppsummering .....                                                                       | 80         |
| <b>6</b>  | <b>Planlegging av boligtilbud for personer med stort hjelpebehov .....</b>               | <b>81</b>  |
| 6.1       | Undersøkelsen <i>En bydel for alle?</i> .....                                            | 81         |
| 6.2       | Rapporten <i>Inkluderende nabolag?</i> .....                                             | 82         |
| 6.3       | Oppsummering .....                                                                       | 84         |
| <b>7</b>  | <b>Planlegging for sosial bærekraft .....</b>                                            | <b>85</b>  |
| 7.1       | Fem dimensjoner .....                                                                    | 85         |
| 7.2       | Sosial interaksjon og sosiale nettverk i lokalsamfunnet .....                            | 85         |
| 7.3       | Deltakelse i lokalsamfunnet.....                                                         | 86         |
| 7.4       | Stabilitet i lokalsamfunnet .....                                                        | 86         |
| 7.5       | Identitet i lokalsamfunn .....                                                           | 87         |
| 7.6       | Trygghet og sikkerhet .....                                                              | 87         |
| <b>8</b>  | <b>Eksempler .....</b>                                                                   | <b>89</b>  |
| 8.1       | Flergenerasjonsmøter i ByOasen, Københavns kommune .....                                 | 89         |
| 8.2       | Flergenerasjonshus og et lite bofelleskap for beboere med demens, Eching, Tyskland ..... | 96         |
| 8.3       | "Generasjonskonseptet Bråta", Nedre Eiker kommune .....                                  | 99         |
| 8.4       | Ladesletta omsorgssenter, Trondheim kommune.....                                         | 101        |
| 8.5       | Fra botilbud til områdeplanlegging, Tromsø kommune .....                                 | 105        |
| 8.6       | Fra botilbud til demensvennlig samfunn, Moss kommune .....                               | 110        |
| 8.7       | Landsbyutvikling på Åkle, Iveland kommune.....                                           | 112        |
| 8.8       | Aldersvennlig planlegging – erfaringer fra Oslo og Trondheim kommune .....               | 117        |
| <b>9</b>  | <b>Drøfting og konklusjon .....</b>                                                      | <b>124</b> |
| 9.1       | Drøfting .....                                                                           | 124        |
| 9.2       | Konklusjon .....                                                                         | 128        |
| <b>10</b> | <b>Referanser.....</b>                                                                   | <b>130</b> |

# 1 Innledning

## 1.1 Nye måter å tenke planlegging og samlokalisering på

Integrering, deltakelse og normalisering er overordnede politiske målsettinger i byutviklingen som ligger bak satsingen på universell utforming. Disse målsettingene er ytterligere forsterket i en rekke nye politiske dokumenter, nå sist i Regjeringens *Strategi for et aldersvennlig samfunn* (Helse- og omsorgsdepartementet, 2016), *Demensplan 2020* (Helse- og omsorgsdepartementet, 2015c) og *Omsorg 2020* (Helse- og omsorgsdepartementet, 2015a). Normalisering og integrering omfatter stadig nye brukerperspektiver. Ambisjonen om design for "alle" er krevende, men også spennende, og den krever nye måter å jobbe på. Samtidig med disse overordnede ambisjonene ser vi at økt press på kommunal økonomi gjør at flere og flere kommuner leter etter modeller for samlokalisering av boliger tilknyttet senter og/eller baser for tjenesteapparatet. Men til tross for det økte presset på kommuneøkonomien bygges det fortsatt store sykehjem som ligner på tradisjonelle institusjoner og som lokaliseres langt unna andre funksjoner. Hva innebærer dette sett i lys av normalisering og integrering for personer som trenger hjelp? Hva betyr det egentlig å legge til rette for omgivelser som fremmer livskvalitet, deltakelse og som er helsefremmende også for dem som er avhengige av omfattende hjelp og støtte? Hvordan kan vi organisere nærmiljøer slik at det er rom for ulike typer boligtilbud og samtidig tilrettelegge for en hverdag som innbyr til bevegelse, rekreasjon, sosiale møter og mulighet for å knytte tilhørighet til en bydel?

Alt dette ligger i det vi har valgt å kalle inkluderende områdeutvikling. Inkluderende områdeutvikling tar høyde for ulike brukerperspektiver og forsøker på denne måten å konkretisere begrepet "alle" i "design for alle". Arbeidet med universell utforming har gjennom mange år bidratt til at ordinære boliger, butikker og offentlige arealer har blitt langt mer brukervennlige og anvendelige for de fleste. På samme tid er vår oppfatning at dagens arealplanlegging fortsatt preges av "båstenkning", både når det gjelder etablering av bo- og tjenestetilbud for dem som trenger hjelp i hverdagen, kulturtilbud eller service. Vi segregerer fortsatt tilbud til ulike grupper av befolkningen på ulike steder, enten det er snakk om barnehager eller botilbud for personer med demens. Vi mener at universell utforming som visjon og strategi innebærer en ambisjon om at mennesker med ulike forutsetninger og ulike aldre kan møtes og ta i bruk de samme fellesfasilitetene på en likeverdig måte. En slik ambisjon krever også nye måter å tenke planlegging og samlokalisering av funksjoner på.

## 1.2 Bakgrunn

Begrepet "universell utforming" benyttes i dag i flere offentlige dokumenter, i lovverk og Norsk Standard. Begrepet brukes innenfor ulike fag og områder som tjenesteutvikling, teknologiutvikling, produktdesign, arkitektur og planlegging. Begrepet er definert av Miljøverndepartementet (2007): "Universell utforming er utforming av produkter og omgivelser på en slik måte at de kan brukes av alle mennesker, i så stor utstrekning som mulig, uten behov for tilpassing og en spesiell utforming."

Ser en nærmere på bruken av begrepet universell utforming, ser en at det har fått noe forskjellig meningsinnhold i ulike fagtradisjoner, men at alle omfatter en mer brukerfokuset tilnærming til designprosessen. I begrepet ligger det en klar målsetting om å finne løsninger med høy brukskvalitet, som innebærer løsninger som kan brukes på en likeverdig måte, uavhengig av menneskers ulikheter. Det å sette seg inn i ulike menneskers opplevelse og bruk av omgivelser, er en viktig strategi som kan bidra til løsninger med høyere kvalitet (Wågø et al., 2006).

## 1.3 Omgivelser påvirker folks liv

Det er flere viktige argumenter for en sterkere vektlegging av brukerfokus i planlegging av bygninger og uteområder. Beslutninger om utforming, planlegging og forvaltning av bygde omgivelser påvirker folks hverdagsliv. Slike endringer kan gi rom for eller redusere følelsen av trygghet, utvide eller innskrenke bevegelsesfrihet, oppmuntre eller redusere muligheter for rekreasjon og så videre. Nettopp fordi folk opplever de bygde omgivelsene forskjellig, er det viktig å etablere innsikt i disse opplevelsene og erfaringene. En kan

se konkrete eksempler på at fysiske omgivelser bidrar til å stenge ute mennesker fra bruk av rom og aktiviteter. Terskler og trapper som er umulig å forsere for en rullestolbruker er det mest åpenbare eksempelet på fysiske hindre. Men også omgivelser som oppleves som utrygge for eldre eller som hindrer barn i å bevege seg fritt ute, er eksempler på barrierer. Barrierer kan skapes ved valg av feil detaljløsning, måten rommene er organiserte på eller ved at lokalisering og avstander gjør byggene utilgjengelige. Universell utforming handler derfor om bevissthet og omtanke i planleggingen og om hensyn til ulike brukerperspektiv. Målsettingen er å utforme steder og rom som fungerer for så mange mennesker som mulig, og som tilbyr valgfrihet når en enkel løsning ikke kan møte "alles" behov.

#### **1.4 Omgivelser påvirker mennesker ulikt**

I Randi Hjorthols (1998) artikkel "Hverdagslivets reiser" drøfter hun og påviser forskjeller i hvilke reiser og ærend kvinner og menn har i sine hverdagsliv. Hensikten er å vise hvordan byen fungerer som rammebetingelse for et hverdagsliv, og hvordan den påvirker kvinner og menn forskjellig basert på deres ulike oppgaver. På det tidspunktet undersøkelsen ble gjennomført, fant hun at kvinner beveger seg mer synlig, ved at de går og sykler i langt større utstrekning enn menn. Dette betød også at kvinner og menn fikk ulike opplevelser av å reise og et ulikt forhold til transportmidler. Flere kvinner enn menn opplevde også utrygghet når de skulle gå til holdeplasser. Hjorthol introduserer artikkelen sin med å vise til Roy Pahl (Pahl, 1970; Pahl, 1975), en kjent sosiolog som stiller spørsmål ved hvem byen egentlig er laget for. Han er kritisk til at byutviklingsproblemer for ofte blir definerte som tekniske og fysiske problemer og derfor er forsøkt løst ut ifra et slikt perspektiv. Han oppfordrer byplanleggerne til å ta "folks dagligliv" i betraktning. Pahl tar imidlertid ikke opp ulike brukergruppers bruk av byen, slik Hjorthol gjør. Hjorthol viser til Dag Østerbergs bok *Makt og materiell* (Østerberg, 1977) hvor han hevder at materielle strukturer og faktorer er formidlere av betingelser for den som bruker dem. Med dette argumenterer han for at det ligger en form for strukturell makt i den materialiteten som er bygd. Hjorthol konkluderer i artikkelen med at de romlige strukturene danner ulike betingelser for menn og kvinner, gitt at de har ulike roller i familien. Materialiteten gir altså rammer som virker ulikt, avhengig av kjønn. Hun mener ut i fra dette at Pahls oppfordringer til byplanleggere om å ta utgangspunkt i folks dagligliv har like stor aktualitet i dag som for 50 år siden.

Det er ikke vanskelig å forestille seg at byen setter ulike rammebetingelser også for andre brukergrupper og at den utøver det Østerberg (1977) kaller strukturell makt. Det kan handle om barns bevegelsesfrihet i byen eller en rullestolbrukers mulighet til å bevege seg inne i butikker. Den strukturelle makten handler altså både om detaljer som lager hindre og om overordnede planprinsipper der for eksempel bilen danner barrierer for bruk. Eller for å bruke Latours terminologi: De fysiske omgivelsene danner script som virker ulikt på ulike mennesker (Latour, 2005). Det er viktig å påpeke at i dette ligger det ikke en forenklet deterministisk tro på at fysiske strukturer skaper aktiviteter, men at de fysiske strukturene sammen med andre faktorer kan hemme eller fremme bruksmønstre og aktiviteter.

Som en reaksjon på en overforenklet deterministisk tro på at man kan bygge et hverdagsliv, har det i løpet av de siste tiårene vært flere forskningsprosjekter som har forsøkt å forklare og begrunne hvordan andre faktorer også virker inn på folks hverdagsliv. Som tidligere belyst er en av utfordringene med å fokusere på de fysiske bygde omgivelsenes "strukturelle makt", at de nettopp er så tett sammenvevde med andre viktige faktorer og at de derfor kan være vanskelige å studere isolert. Poenget er likevel å betrakte de ulike faktorene som supplerende og ikke konkurrerende forklaringsmodeller. Istedenfor at perspektivene skal konkurrere om å være det eneste viktige, må man tilstrebe å belyse hvordan disse faktorene virker sammen og påvirker hverandre. Samtidig ser man det som viktig å få innsikt i ulike beboeres perspektiver, på tvers av livsfase, kultur eller funksjonshemming.

#### **1.5 Målsetting om likestilling og deltakelse**

Gjennom dagens lovverk er hensynet til personer med funksjonsnedsettelse relativt godt ivaretatt i nye bygg. Veiledere som "Bygg for alle" er et godt første skritt i arbeidet med å øke omgivelsenes brukskvalitet, men fortsatt trengs det videre oppfølging som kan vise gode eksempler både på romløsninger og detaljer (for



eksempel gjennom anvisninger i Byggforskserien). Det finnes flere eksempelsamlinger, men mange av disse omhandler tilgjengelighet for enkeltgrupper som kan stå i motsetning til hverandre og ikke brukskvalitet i et helhetlig perspektiv.

Når det gjelder å tilrettelegge for personer med funksjonsnedsettelse, er det fortsatt store utfordringer i den eksisterende bygningsmassen. Spesielt bør det settes inn tiltak for å forbedre etterkrigstidens boligblokker. Her bor det mange eldre, og boligene er også ut i fra andre forhold som organisasjonsform (kollektiv driftsmodell) og størrelse, godt egnet for at mange skal kunne bli boende. Barrierer kan være trapper og trinn, men også avstander. Installering av heis vil for eksempel kunne øke brukskvaliteten for mange brukergrupper. En videreutvikling av disse forstedsområdene stiller derfor også nye krav til funksjonsblanding. Målet er å skape områder som i større grad gir en blanding av ulike boligtyper, tjenester og kulturer – eksempelvis rundt kollektive trafikkknutepunkter. Dette vil kunne gi nærhet til tjenester og transport for personer som ikke kjører bil.

Å lage steder og bygninger som skal tjene de menneskene som bor og bruker dem, handler derfor ikke bare om å fjerne barrierer, men også om å legge til rette for at omgivelsene støtter et hverdagsliv med livskvalitet og helse. Folkehelsearbeid er samfunnets samlede innsats for å påvirke det som fremmer og vedlikeholder befolkningens helse. WHO definerer helse ikke bare som fravær av sykdom, men også som et spørsmål om trivsel og livskvalitet. "Helse" skapes derfor i hverdagen og påvirkes av handlinger og beslutninger utenfor helsesektoren. Utforming av de fysiske omgivelsene må ses i lys av dette perspektivet (Helse- og omsorgsdepartementet, 2009). Det handler om å tilrettelegge for bevegelse, rekreasjon, sosiale møter og opplevelsen av å høre til et sted.

Arbeidet med inkludering har vært en tydelig tråd i boligpolitikken i Norge mange år. Det startet med tilrettelegging for mennesker med fysiske funksjonsnedsettelse, videre kom ansvarsreformen for psykisk utviklingshemmede. Gjærevollutvalgets innstilling var det første som brukte begrepet "Hjemliggjøring" relatert til omsorg for eldre (NOU 1992: 1). De som var avhengige av omsorg, skulle ha muligheten til selvstendige liv med trygghet og verdighet i egne hjem. Dette arbeidet er fulgt opp med flere meldinger som *Demensplan 2020* (Helse- og omsorgsdepartementet, 2015c) og nå sist stortingsmeldingen *Leve hele livet* (Helse- og omsorgsdepartementet, 2018). Den formulerer en målsetting om et mer aldersvennlig samfunn. Alt dette arbeidet er forankret i en overordnet målsetting om inkludering og deltakelse, som først og fremst er knyttet til boligpolitikken.

I avhandlingen *Vardagslivets arenor* tar Ringsby-Jansson (2002) opp spørsmålet om hvordan psykisk utviklingshemmede også bruker kollektive og offentlige arenaer. Hun peker på at ideologien om å kunne bo for seg selv er vesentlig for å ivareta opplevelsen av selvstendighet, men at dette perspektivet alene blir for ensidig. Hun peker på at også kollektive arenaer har stor betydning, og at det er når mennesker i fellesskap får muligheter til å prøve seg mot hverandre at man nettopp bygger opp sin egen opplevelse av selvstendighet. Ringsby-Janssons poenger understreker betydningen av de kollektive arenaene på ulike nivå, både de halvprivate, de halvoffentlige og offentlige. Også for eldre er ensomhet og kjedsomhet løftet fram som viktige utfordringer. "Selvstendig liv i egen bolig" er derfor paradoksalt nok ikke nødvendigvis det eneste svaret for å møte denne utfordringen. Når vi snakker om botilbud for mennesker som har behov for tjenester, hjelp og støtte i hverdagen, er det et klart ønske om en beliggenhet i et nærområde hvor man kan møte andre mennesker, se eller ta del i et hverdagsliv utover det som foregår inne i selve botilbudet.

I Norge er det i dag 219 000 eldre over 80 år. I 2030 vil antallet øke til 320 000. I 2000 var det 4,5 personer i yrkesaktiv alder per eldre over 80 år. I 2030 vil dette forholdstallet synke til 3,5 (Aspnes et al., 2012). Disse tallene illustrerer omfanget av de utfordringene den nordiske velferdsmodellen står ovenfor. Tallene illustrerer at utfordringen med å ivareta dagens velferdsmodell er omfattende og at utfordringen ikke kan løses av omsorgssektoren alene. Arbeidet med å øke den fysiske tilgjengeligheten til omgivelser for mennesker med ulike funksjonsnedsettelse, må derfor anses som et viktig strategisk virkemiddel for å øke muligheten for

deltakelse i samfunnslivet. En prosjektrapport om eldres hverdagsliv i egen bolig som ble utført av SINTEF Byggforsk i 2009 (Wågø & Høyland, 2009), viser at boliger uten terskler og trapper er viktige virkemidler for at eldre skal kunne bli boende hjemme lengre. Studien viser også at helt andre faktorer som opplevelsen av trygghet, mulighet for å nå tjenester og mulighet for å ivareta sosiale nettverk, også er viktige faktorer i eldres hverdagsliv. Dette er faktorer som indirekte påvirkes av utforming av bolig og nærmiljø. Begge disse argumentene danner grunnlag for å utvide fokuset fra universell utforming av bygg til inkluderende områdeutvikling.

## **1.6 Nye grupper og perspektiver**

Arbeidet med å bedre tilgjengeligheten for mennesker med funksjonsnedsettelse har bidratt til økt deltakelse og likestilling i samfunnet. Den økte deltakelsen har blitt styrket gjennom universell utforming, men fortsatt gjenstår mye når det kommer til å øke planleggeres kompetanse og håndtering av hensynene som skal ivaretas. Vi ser også at fysiske strukturer bidrar til å lage helt nye barrierer. Mange opplever derfor økt segregering i samfunnet ut i fra andre forhold, enten det er alder eller sosiale, kulturelle og økonomiske ulikheter. Disse erfaringene danner grunnlag for at arbeidet med "inkluderende design" også omfatter nye og andre brukergrupper og problemstillinger enn det som så langt er tatt høyde for i arbeidet med universell utforming i Norge. Andre brukergrupper kan for eksempel være personer med demens eller personer med ulike kulturelle preferanser.

## **1.7 Utvikling av nye arbeidsmetoder**

Arbeidsmetoder for å ivareta brukerbasis varierer i ulike fagdisipliner. Når det gjelder arkitektur og byggfag har arbeidet med universell utforming først og fremst omfattet arbeid med lovverk, standarder og utforming av detaljer. Dette arbeidet er og har vært viktige tiltak, men de må altså suppleres med nye arbeidsmåter, der kunnskap om ulike brukere trekkes inn. Vi argumenterer ut i fra dette for at vi trenger planprosesser der menneskene som faktisk bruker byen i større grad legger premissene for løsningene som velges. Det trengs overordnede mål og intensjoner som i større grad danner grunnlag for hvordan man skal tilrettelegge for det liv som skal leves der og hvordan planleggingen skal legge til rette for dette.

## **1.8 Ulike planparadigmer**

Planleggere og beslutningstakere skifter stadig fokus for å imøtekomme nye mål og strategier. Politiske strategier for byutvikling kan for eksempel enten ha et helsefremmende, aldersvennlige eller demensvennlig fokus. Hver tilnærming retter seg mot forskjellige planleggingsproblemer og presenterer nye konsepter og prioriteringer. I hvilken grad disse ideene overlapper og om man hadde vært tjent med å samkjøre noen av konseptene, vies liten oppmerksomhet.

Hvert nytt planparadigme har blitt presentert selvstendig eller som et ekstra sett ideer som skal innarbeides i vanlig praksis. Vi har flere planstrategier som omtales som "Smarte byer", "Helsefremmende kommuner", "Nærhetsbyen", "New Urbanism" og "Bærekraftig byutvikling". Videre finnes det planstrategier som tar utgangspunkt i ulike grupper av befolkningen og fokuserer på for eksempel barnevennlige byområder, aldersvennlige byutvikling, demensvennlige samfunn eller universell utforming. Disse planstrategiene har forankring i ulike brukerperspektiv og målsettinger. Selv om ideen om universell utforming har som mål å omfatte "alle", er kriteriene i lovverk og offentlige dokumenter først og fremst definerte ut i fra bevegelseshemmede, synshemmede eller miljøhemmedes perspektiver. Parallelt med dette har det også vært en satsing på boligsosialt arbeid, der målet har vært å framskaffe boliger til personer som er vanskeligstilte på boligmarkedet. Husbanken har vært drivkraft bak mye av dette arbeidet, som har blitt forankret i kommunenes boligsosiale handlingsplaner. Boligsosialt arbeid er ofte rettet mot mennesker med utfordringer som kan dreie seg om rus, psykiatri eller andre økonomiske eller sosiale problemer. I det siste har også eldre med hjelpebehov blitt trukket inn i denne overordnede boligsosiale paraplyen. Stadig flere peker på den demografiske endringen med at vi har en aldrende befolkning, og planstrategier for demensvennlige samfunn og en mer aldersvennlig byutvikling forsøker å møte denne utfordringen. For alle de ulike gruppene er det et uttalt ønske og en overordnet politisk målsetting om inkludering og normalisering.

## 2 Den helsefremmende by

*Forfatter: Hilde Evensmo, COurban*

Kapittelet gir en kort introduksjon til hvordan vi gjennom byutvikling, arkitektur og design kan skape helsefremmende byer, tettsteder og lokalsamfunn. Kapittelet bygger på COurban design collective sine ti prinsipper for en helsefremmende stedsutvikling. Prinsippene favner bredt og dekker både fysiske, sosiale og mentale helseutfordringer i byer, og hvordan vi kan bekjempe disse gjennom måten vi planlegger, utformer og programmerer det offentlige rom.

### 2.1 Hvorfor helsefremmende stedsutvikling?

De seneste årene har helseutfordringer i byer og tettsteder i økende grad dukket opp på både den økonomiske, sosiale og politiske agendaen rundt omkring i verden. Helseutfordringer har fått stadig økt oppmerksomhet, ikke bare i megabyer som London, Istanbul, Moskva, New York, Lagos og Mumbai, men også i små og mellomstore byer. I Norge har blant annet Helsedirektoratet igangsatt et treårig prosjekt der over 40 kommuner arbeider med å kartlegge og utvikle helsefremmende lokalsamfunn og nærmiljøer (Helsedirektoratet, 2018). Utover det faktum at folk flest bor i byer, og at helse derfor utgjør en viktig del av det å bo i en by, er det også en rekke andre grunner til at man i dag omtaler byer som både "healthy", "active", "liveable" og "happy". En av de viktigste årsakene er at en betydelig del av dagens helseutfordringer kan defineres som såkalte "ikke-smittsomme" sykdommer, som for eksempel fedme, hjerte- og karsykdommer, diabetes, kroniske lungesykdommer og enkelte tilfeller av kreft (Helsedirektoratet, 2013; WHO, 2017a). I tillegg er det blitt argumentert for at også psykisk helse bør medberegnes (Ngo et al., 2013). Ikke-smittsomme sykdommer har vist seg i stor grad å være miljøbestemte, hvilket vil si at de sosiale og fysiske omgivelsene som omgir oss påvirker forekomsten av slike sykdommer (WHO, 2017b). Vi kan dermed bidra til å forebygge utbredelsen av denne typen helseutfordringer, og på sikt forbedre folkehelsen, gjennom måten vi utformer blant annet bygninger, gater, parker, torg og infrastruktur på.

Dette kapittelet tar for seg hvordan vi gjennom by- og stedsutvikling kan fremme fysisk, sosial og mental helse. Vi baserer oss på World Health Organization (WHO) sin definisjon av helse: "Health is a state of complete physical, mental and social well-being and not merely the absence of disease or infirmity" (WHO, 2018). Kapittelet er derfor delt inn og strukturert etter disse tre formene for helse. I kapittelet definerer vi fysisk helse som hovedsakelig koblet til fysisk aktivitet, mens sosial helse omhandler etableringen av sosiale nettverk og relasjoner, samt bekjempelse av ensomhet og isolasjon. Mental helse blir på sin side definert som fraværet av stress, depresjon og angst. Alle disse tre typene helse er selvfølgelig tett koblet sammen og kan dermed ikke ses isolert fra hverandre. Av hensyn til leservennlighet behandles de likevel som tre individuelle temaoverskrifter. Videre legger kapittelet utelukkende vekt på hvordan vi kan fremme folkehelse i byer og tettsteder gjennom utformingen av det offentlige rom, og det som skjer på innsiden av bygninger og boliger er dermed utelatt.

### 2.2 Kunnskapsstatus

Forskning har de siste tiårene forsøkt å avdekke hvordan byenes fysiske utforming påvirker folks helse. Likevel gjenstår det fremdeles en rekke ubesvarte spørsmål. Basert på en gjennomgang av forskningslitteraturen om helsefremmende design og planlegging, har vi identifisert det vi mener er de største gapene innenfor feltet. Spesielt når det gjelder effekten av tiltak, kan mye av dagens forskning kun delvis trekke konkrete slutninger. Vi vet for eksempel lite om årsakssammenhenger. La oss si at det iverksettes tiltak for å øke tryggheten gjennom bedre belysning, og undersøkelser viser at trygghetsfølelsen har økt i etterkant av tiltaket. Skyldes den økte trygghetsfølelsen bedre belysning? Eller at området tiltrekker flere mennesker som følge av økt attraktivitet? Er det dermed belysningen eller tilstedeværelsen av andre som er den utslagsgivende faktoren for opplevd trygghet? Litteraturen viser også at det er store variasjoner i effekten av tiltak på tvers av geografiske, økonomiske, sosiale og kulturelle skillelinjer, og det er dermed vanskelig å definere universelle designtiltak.

Disse funnene understreker hvor viktig det er å ta hensyn til lokale forhold når man arbeider med helsefremmende stedsutvikling. Videre ser det ut til at mye av forskningen innenfor helsefremmende stedsutvikling så langt har konsentrert seg om å måle subjektive opplevelser av egen helse, heller enn objektive målinger av hvordan individers helsetilstand har endret seg som et resultat av design-tiltak. På samme måte har det i litteraturen vært betydelig større fokus på å forstå det bygde miljøes effekt på fysisk helse, jevnført sosial og mental helse (Design Council, 2018). Muligens skyldes dette at endringer i fysisk helse er enklere å observere og måle.

Til tross for at det fremdeles kreves mer forskning på koblingen mellom folkehelse og by-/stedsutvikling, er det noen funn det kan være viktig å være bevisst før man leser videre. For det første rammer miljøpåvirkede helseutfordringer ikke byenes befolkning likt. Forskningen viser tydelig at helseutfordringene er større blant enkelte inntekt-, utdannelse- og yrkesgrupper (Helsedirektoratet, 2016). Videre er risikoen for å bli utsatt for miljøpåvirkede sykdommer tett knyttet til faktorer som alder, kjønn, kultur og etnisitet (WHO, 2012). Denne formen for sosial ulikhet i helse er spesielt tydelig i studier som påpeker at ditt postnummer ofte er mer utslagsgivende for din helsetilstand, enn det din genetiske arv er (Project for Public Space, u.å.). I følge By- og regionforskningsinstituttet NIBR (2017) bør dermed tiltak for å bedre folkehelsen også omfatte et mål om økt sosial rettferdighet i fordelingen av ressurser. Med økt sosial polarisering både i Norge og i resten av verden kan det også fra et etisk ståsted argumenteres for viktigheten av å utjevne sosial ulikhet i helse gjennom god by- og stedsutvikling.

## **2.3 Prinsipper for helsefremmende byer**

### **Aktiv transport**

De aller fleste av oss vil i løpet av en dag forflytte oss fra punkt A til punkt B, og disse reisene forekommer typisk mellom hjemmet og jobb, mellom hjemmet og skole/barnehage eller mellom hjemmet og butikker/tjenester. I bilavhengige byer og lokalsamfunn er det svært sannsynlig at de fleste av disse reisene foregår ved bruk av bilen som fremkomstmiddel. I en helsefremmende by vil infrastruktur og nettverk for gående og syklende bidra til å fremme fremkomstmidler drevet av kroppens egen energi, også kalt aktiv transport. Å fremme aktiv transport handler imidlertid om mye mer enn å bare etablere god infrastruktur for syklende og gående – det handler i stor grad også om å avdekke folks motivasjon, vaner og opplevelse av det å bevege seg gjennom byen på denne måten. Denne kunnskapen om folks vaner og atferd er viktig, fordi man ved å studere samspillet mellom byens fysiske strukturer og folks atferd, kan tilpasse, videreutvikle og forbedre byens fysiske rammer. Å tilrettelegge for flere gående og syklende krever dermed ikke bare fortau og sykkelveier, men også at fortauene og sykkelveiene planlegges og prioriteres langs folks viktigste ferdselsårer og dermed skaper gode nettverk mellom hverdagslivets mest betydningsfulle funksjoner. Disse funksjonene kan for eksempel være hjemmet, jobben/skolen/barnehagen, butikker/tjenester og fritidstilbud (WHO, 2017c). Videre er det avgjørende at man i tilretteleggingen og promoteringen av aktiv transport, tar hensyn til både opplevelsen av avstand og, mer bredt, omgivelsene man beveger seg i, samt hvordan vi planlegger og lokaliserer funksjoner.

Når man planlegger for myke trafikanter (det vil si ikke motoriserte trafikanter, som gående og syklende) er det viktig å understreke at opplevd avstand er like avgjørende som faktisk avstand (WHO, 2017c). Som byplanlegger eller arkitekt er det enkelt å sitte på kontoret sitt og måle opp avstander i antall meter eller kilometer. Det er imidlertid vanskeligere å beregne hvordan avstanden oppleves og påvirker individers valg av fremkomstmiddel. Å gå 500 meter kan for eksempel oppleves svært ulikt for en gammel mann med rullator, et lite barn eller en sprek kvinne i midten av 20-årene, da opplevelsen av avstand er individuelt betinget av både den fysiske og sosiale tilstanden man befinner seg i. Når den opplevde avstanden blir for stor til at folk velger aktiv transport, bør det overveies tiltak som gjør det mulig å kombinere sykkel og gange med et godt utviklet kollektivtilbud. Dette kan blant annet innebære gode traseer og veifinning til kollektivknutepunkt, sykkelparkering ved holdeplasser og muligheten for enkelt og billig å ta sykkel med på buss, trikk eller tog.

Opplevd avstand henger også tett sammen med omgivelsene man beveger seg i. Forskning viser nemlig at det er mer sannsynlig at folk velger aktiv transport dersom omgivelsene oppleves som inspirerende, opplevelsesrike, estetiske eller på andre måter stimulerende (Deniz, 2016; Gehl, 1980). I følge WHO (2017c) er mange byer i dag preget av at man lenge har planlagt for biler i høy fart, noe som har ført til en mangel på spennende detaljer og stimulerende arkitektur og fasader. I sin studie fra Trondheim, Odense og Reykjavik har Harpa Stefansdottir (2014) studert viktigheten av estetiske og sanselige kvaliteter for syklister som pendler til jobb. Hun argumenterer for at estetiske kvaliteter som naturopplevelser langs sykkelveier og i urbane nabolag, samt fravær av lyd og forurensning fra biler, framkaller positive følelser hos folk. Videre argumenterer hun for at disse positive følelsene og sanseintrykkene kan påvirke folks livskvalitet, øke opplevelseskvaliteten på sykkelreisene og dermed bidra til å opprettholde og fremme bruken av sykkel som fremkomstmiddel.

### **Eksempel: Brukerforståelse som metode for å fremme økt fysisk aktivitet**

Å legge til rette for myke trafikanter er viktig for å fremme aktive samfunn og en sunnere befolkning. For å kunne utforme trygg og brukervennlig infrastruktur som bidrar til å fostre positive endringer i atferd, er vi imidlertid nødt til å avdekke og forstå de sosiale og fysiske faktorene som fremmer sykling og gange. I en bylivsundersøkelse gjennomført på vegne av Ørsta kommune, kartla COurban barn og unges bevegelsesmønstre og opplevelse av egen skolevei. Undersøkelsen bidro til å identifisere de viktigste bevegelsesrutene, samt områder som av elevene opplevdes som utrygge langs skoleveien. Ett av områdene som ble identifisert som problematisk, var Anders Hovden-gata. Utfordringene i Anders Hovden-gata skyldtes ifølge barn og unge at bilister tok lite hensyn og at anleggsarbeid gjorde veien smal og utrygg å sykle på. Disse utfordringene førte til at flere av elevene heller valgte å sykle på fortauet enn i veien, noe som igjen resulterte i konflikter mellom fotgjengere og syklister. Disse beskrivelsene ble også bekreftet gjennom COurbans observasjoner av elevenes bevegelsesmønstre langs Anders Hovden-gata.

Basert på elevenes egne opplevelser ble det foreslått et tiltak for å gjøre aktiv transport mer attraktivt og tryggere for barn og unge. Tiltaket gikk ut på at man skulle prøve ut en midlertidig løsning for å skape klarere hierarkier mellom ulike fremkomstmidler. Resultatet ble en tydelig oppdeling av fortauet langs Anders Hovden-gata i én sone for fotgjengere og én sone for syklister. Tiltaket ble implementert sommeren 2017 og erfaringer fra pilotprosjektet vil avgjøre om tiltaket blir permanent.



Foto: COurban

## Fortetting med kvalitet

Promotering av fysiske aktiviteter som sykling og gåing, er også avhengig av hvor man plasserer ulike tilbud og funksjoner i byen. Som Ewing og Cervero (2010) har beskrevet det: "man må ha et sted å gå til og en måte å komme seg dit på" (sitert i NIBR, 2017, 41). Som nevnt tidligere er avstand et viktig planleggingsprinsipp innenfor helsefremmende stedsutvikling, og å redusere avstander til tilbud og funksjoner er også et betydelig mål i fortetningsstrategier. Økt fortetting kan ha en rekke positive helseeffekter, men det avhenger av hvilken type fortetting man legger til rette for. Feilslått fortetting kan også vise seg å ha negative effekter på folkehelsen. Slike negative konsekvenser kan oppstå hvis fortettingen fører til redusert tilgang på offentlige rom som parker og torg, økt biltrafikk ved at flere mennesker er samlet på et mindre areal, mindre boareal, eller hvis gentrifiseringsprosesser framprovoseres og det legges press på kulturhistoriske elementer (NIBR, 2017). Helsefordelene ved økt fortetting vil derfor avhenge av at vi klarer å tenke bredere enn bare antallet mennesker, tjenester og tilbud innad i et område (det vi gjerne kaller "density"), slik at vi også inkluderer overveielser knyttet til forholdet og avstanden mellom mennesker, varer og tjenester (det vi gjerne kaller "proximity" eller "accessibility"). I NIBR-rapporten "Fortetting og folkehelse – hvilke folkehelsekonsekvenser har den kompakte byen?" (NIBR, 2017), understreker forfatterne at det ikke finnes noen entydige svar på hvilke konsekvenser fortetting har for folkehelsen. Rapportens hovedbudskap er viktigheten av lokalt tilpassede løsninger. Forfatterne framhever likevel at fortetting kan ha positive helseeffekter dersom fortettingen bidrar til å fremme bruken av aktiv transport ved å minske avstander mellom, og dermed øke tilgjengeligheten til, tjenester og tilbud. Videre vil kortere avstander mellom byens funksjoner redusere bilavhengighet, som igjen vil føre til mindre luftforurensning og støy, skape flere sosiale møter mellom folk og bedre fysisk og sosial helse (NIBR, 2017). En helsefremmende form for fortetting bør dermed innebære overveielser knyttet til funksjonsblanding i lokalsamfunnet (blanding av boliger, næringsliv, tjenester, fritidsaktiviteter), samt bevaring og etablering av gode offentlige rom.

## Arenaer for fysisk aktivitet og rekreasjon

Når byer blir mer kompakte, øker presset på offentlige rom som grøntområder, idrettsfasiliteter, torg og lekeplasser. Denne typen byrom er viktige arenaer for fysisk aktivitet og rekreasjon, og bør fra et folkehelseperspektiv dermed bevares og videreutvikles. Selv om betalingsbaserte tilbud som treningssentre, idrettslag og enkelte fritidstilbud er viktige for å fremme folkehelsen, kan denne typen tilbud innebære økonomiske og sosiale barrierer for bruk. Det er derfor viktig at det tilrettelegges for åpne, inviterende og inkluderende byrom som er gratis å bruke for hele befolkningen. Igjen er det avgjørende at denne typen arenaer plasseres strategisk i nærheten av der folk bor og ferdes (WHO, 2017c). Plasseringen er ikke bare avgjørende for samfunnets mindre mobile grupper, slik som eldre, barn og mennesker med funksjonsnedsettelse, men også for at arenaene skal utgjøre en naturlig del av folks hverdag. Videre bør arenaer for fysisk aktivitet og rekreasjon utformes på en måte som gjør det mulig for ulike individer å ta dem i bruk. Dette innebærer at man må vurdere og planlegge for ulike brukergruppers ferdigheter, evner og preferanser gjennom fleksibilitet og enkelhet (WHO, 2017c).

Et eksempel på slike åpne, inkluderende byrom som er gratis for alle, er de mange Tufteparkene som finnes rundt omkring i Norge. Tufteparkene består av ti enkle metallkonstruksjoner som legger til rette for fysisk aktivitet og styrketrening ved bruk av egen kroppsvekt. Med utgangspunkt i brukernes egen kroppsvekt kan metallkonstruksjonene enkelt anvendes på ulike måter og tilpasses brukernes styrke- og ferdighetsnivå (Tufteparken, u.å.). Et annet eksempel er Konditaget i København. Det offentlige byrommet ligger på toppen av Lüders parkeringshus i det nye Århusgadekvarteret i Nordhavn og er en kombinasjon av lekeplass og treningsanlegg som gir mulighet for aktiviteter for små og store. Selv adgangen opp til parkeringshuset og taket kommuniserer og skaper en ramme for fysisk aktivitet. Trappen på byggets utside oppmuntrer til trappeløp og konkurranser ved å ha egen tidtaker og et oppslag med øvelser og treningsprogram. Et tredje eksempel på inkluderende byrom som fremmer fysisk aktivitet, er torg og fontener som omdannes til skøytebaner på vinteren, og som dermed muliggjør fysisk aktivitet året rundt.

## Grøntområder

Grøntområder og grønne strukturer i byer har vist seg å ha en positiv påvirkning på folks helse. Som for andre typer offentlige rom, er det viktig at grønntområder er sosialt og fysisk tilgjengelige. Nærhet til grønntområder øker hyppigheten av fysisk aktivitet, og grønntområdenes adkomstpunkt bør være tilgjengelige for ulike brukergrupper, for eksempel rullestolbrukere (WHO Europe, 2017). Helseeffektene av grønntområder er ikke forbeholdt store parker og friarealer. Også mindre grønne lunger, trær og busker langs veier, gang- og sykkelstier, grønne fasader på bygg, grønne skolegårder og turmuligheter kan gi helsegevinster (WHO Europe, 2017; Edwards & Tsouros, 2006). Effektene av grønntområder på folkehelsen vil imidlertid variere og er avhengig av utforming (for eksempel størrelse, variasjon i vegetasjon og aktiviteter som tilbys), grad av vedlikehold og brukergruppe (WHO, 2016). Parker, grønne lunger og grønntrukturer i byer påvirker ikke bare vår fysiske helse, men også vår mentale helse i form av stresslindring fra faktorer som støy, forurensning og hektisk byliv (ibid.). I tillegg kan parker og grønntrukturer være viktige sosiale møteplasser i lokalsamfunnet. Sosiale møter i grønne omgivelser kan for eksempel omfatte planlagte møter som piknik i parken med venner, eller forekomme mer spontant når man treffer andre tilfeldig på turstien eller på lekeplassen.

Selv om forskere stort sett er enige om de generelle helsefordelene grønntområder bringer, viser undersøkelser at etableringen av grønntområder, spesielt i vanskeligstilte nabolag, også kan få negative konsekvenser. Utfordringer oppstår når oppgraderinger og etablering av grønntområder øker nabolagets attraktivitet og fører til at den opprinnelige befolkningen blir presset ut fordi bolig- og leieprisene stiger (Poskus & Poskiene, 2015; Wolch, Byrne & Newell, 2014). Fenomenet er blitt kalt "green/environmental gentrification" og forskere vektlegger risikoen for at etableringen av grønntrukturer i sosioøkonomisk svakere nabolag skjer på bekostning av menneskene de er ment for. Denne typen prosesser kan ha negativ påvirkning på folkehelsen, ikke bare fordi de som blir skjøvet ut ofte flytter til andre nabolag med tilsvarende mangel på grønntområder, men også fordi det å bli presset ut av hjemmet og nabolaget sitt kan være en betydelig psykologisk påkjenning (Wolch et al., 2014). For å unngå at etableringen av grønntrukturer i sosioøkonomisk svakere byområder får negative utslag på lokalbefolkningen, er det viktig å være bevisst på hvem man planlegger for og å verne om denne gruppen i byfornyelsesprosesser.

## 2.4 Byen som arena for sosiale møter og samhold

### Planlegge ut fra sansene og sosial interaksjon

Sosial interaksjon er like viktig for folkehelsen som fysisk aktivitet. Møter mellom mennesker bidrar til å bygge sosial kapital, øke samhørighet til samfunnet ("social cohesion"), tilhørighetsfølelse og tillit (WHO Europe, 2017). I tillegg bidrar sosiale relasjoner til å redusere risikoen for tidlig død, styrker immunforsvaret, forebygger kardiovaskulære sykdommer, forbedrer mental helse og reduserer stress (Seeman, 1996; Coleman & Iso-Ahola, 1993). Mens den tradisjonelle privatboligen i stor grad brukes til å pleie eksisterende sosiale forhold, er det offentlige rom en viktig arena for å bygge nye sosiale relasjoner og vennskap. Sistnevnte møter kan forekomme både i halvoffentlige rom som kaféer og restauranter, eller i offentlige rom som parker, torg og bibliotek, og møtene kan ta form som enten planlagt eller spontan interaksjon mellom mennesker. Dagens forskning tyder imidlertid på at antallet og kvaliteten på sosiale bånd i urbane nabolag er fallende (Florida & Rentfrow, 2011), og Røde Kors har omtalt ensomhet som Norges største folkesykdom (Treborg, 2014). Kommunikasjon og relasjoner mellom mennesker skapes og etableres ved at vi bruker sansene våre. Skal man bygge sosial kapital og fremme sosial interaksjon i det offentlige rom, bør byrommene derfor planlegges og utformes med utgangspunkt i menneskets sanser – syn, hørsel, berøring, lukt og smak. Mens det å planlegge med sansene som utgangspunkt kan bidra til å legge forholdene til rette for at mellommenneskelige relasjoner kan oppstå, må byrom og møteplasser ofte også kunne tilby aktiviteter for å tiltrekke og fastholde folk.

## **Byrommets attraksjonsverdi**

Jane Jacobs (gjengitt i Florida & Rentfrow, 2011) har gjennom sitt arbeid understreket viktigheten av at urbane nabolag legger til rette for sosiale møter på gaten, foran trapper, inngangsparti og balkonger. Både Jane Jacobs (1961) og Jan Gehl (1980) snakker om betydningen av de sosiale møtene som skjer rett utenfor døra vår, og at man i utviklingen av møteplasser bør ha nærhet som et viktig grunnprinsipp. Argumentet er at gjentatte møter over tid danner grunnlag for at sosiale relasjoner og vennskap kan oppstå (Gehl, 1980). Videre har Gehl (1980) gjennom sine publikasjoner belyst viktigheten av designet på bygninger og fasader og å skape gode koblinger mellom ute og inne, samt hvordan man kan danne grunnlaget for sosiale møter gjennom det han kaller "stasjonære aktiviteter". Stasjonære aktiviteter kan oppstå ved at man skaper muligheter for opphold (for eksempel på benker, kanter, kaféer), muligheter for å holde på med ulike typer aktiviteter (lek, kultur, utforskning) og ved at områder fysisk og sosialt stimulerer sansene våre. Undersøkelser har for eksempel vist at benker som vender mot gate- og folkeliv blir mer brukt enn andre benker, og at dette skyldes at den viktigste attraksjonsverdien i det offentlige rom ofte er tilstedeværelsen av andre mennesker (ibid.).

Utformingen av fysiske omgivelser som oppfordrer folk til å sette seg ned eller tilbringe tid, er dermed viktig for å invitere til sosial kontakt. Ofte opplever vi også at det å delta i eller å observere kulturelle aktiviteter, markeder, lek, vakker natur og lignende, gjør det enklere å inngå i samtaler med fremmede (ibid.). En park kan i utgangspunktet utelukkende tilby et grøntområde med vegetasjon, men en park som tilbyr mulighet for lek med vann, benker å sitte på, dyre- og menneskeliv å titte på og en kiosk å kjøpe is i, vil i større grad få folk til å oppholde seg over tid og dermed øke muligheten for sosiale møter. På den måten er aktivitetene man kan holde på med i byrommene en viktig del av et steds attraksjonsverdi. Project for Public Spaces (u.å.) har utviklet idéen om "The Power of 10". Konseptet går ut på at et byrom (eller nabolag) vil bli mer levende og tiltrekke flere mennesker dersom det kan tilby minst ti ulike aktiviteter å holde på med (opphold, lek, kunst og kultur, mat og så videre.). På denne måten kan man fremme møter mellom ulike mennesker og samtidig motarbeide potensielle negative effekter av at byrom blir dominert av én bestemt bruk eller brukergruppe (Project for Public Space, u.å.). Attraktive byrom og møteplasser bør også utformes med tanke på helårsbruk det vil si at man tar hensyn til vær og vind, men at man også tilrettelegger for gode solforhold.

## **Demokratisk byutvikling**

Å bringe mennesker sammen handler blant annet om å skape inviterende byrom for alle byens innbyggere. Diskusjoner om hvem som har "retten til byen" har utviklet seg til å bli en egen diskurs innenfor byplanlegging og byutvikling, og det med god grunn. Deler av diskusjonen om retten til byen kan knyttes opp mot prinsippene om universell utforming, definert av FN-kommisjonen som "utforming av produkter, omgivelser, programmer og tjenester på en slik måte at de kan brukes av alle mennesker, i så stor utstrekning som mulig, uten behov for tilpassing og en spesiell utforming" (Kompetanseprogrammet, u.å.). Tradisjonelt har man forstått universell utforming som fraværet av fysiske barrierer for mennesker med ulike typer funksjonsnedsettelse. Ny innsikt og økt brukerforståelse har imidlertid fremmet et ønske om å tenke bredere, og dermed også inkludere andre typer brukergrupper når man arbeider med universell utforming. Et slikt skifte kan gi nye muligheter for også å tenke inn potensielle sosiale barrierer for bruk i designprosesser. Den nye tilnærmingen understreker samtidig viktigheten av medvirkning fra lokalsamfunnet og det å sikre lik tilgang og deltakelse i byrommene.

Viktigheten av en slik bredere tilnærming kan eksemplifiseres gjennom en undersøkelse gjennomført i Danmark. I løpet av 2010/2011 ble tre utvalgte byrom i København som var spesielt designet for fysisk aktivitet, kartlagt. Resultatene viste at til tross for at byrommene var fysisk tilgjengelige, ble de hovedsakelig dominert og brukt av menn (Ministeriet for by, bolig og landdistrikter, 2011). Så mye som 80 % av byrommenes brukere var menn, til tross for at observasjoner viste at det var omtrent like mange kvinner som menn som passerte byrommene i løpet av undersøkelsesperioden. I tillegg viste undersøkelsen at kvinnene som benyttet byrommene hadde et lavere fysisk aktivitetsnivå sammenlignet med mennene (ibid.). Eksempelet viser hvor viktig det er å ha innsikt i brukeropplevelser og brukerbehov for å tilrettelegge for inkluderende



arkitektur. Oppsummert kan man si at møteplasser i det offentlige rom må være fysisk tilgjengelige, ha lav terskel for ulik bruk, brukere og aktiviteter, samt planlegges med utgangspunkt i menneskets sanser.

### **Eksempel: Demokratisering av skolegårdens utforming**

Skolegården er en viktig fysisk og sosial arena for barn og unge. I en undersøkelse av fem skolegårder i Ulstein kommune, gjennomført av COurban, ble det tydelig at aktivitetsnivået blant skoleelever varierte betydelig fra skolegård til skolegård, og at de fysiske omgivelsene fungerer som premissgiver. I tråd med eksisterende undersøkelser var aktivitetsnivået klart lavest blant elevene i ungdomsskolen. I følge elevene selv skyldtes dette ikke bare en mangel på aktiviteter å holde på med i skolegården, men også at aktivitetene som ble tilbudt opplevdes som mest tiltalende for skolens gutter eller "de mest populære". Skolegårdens utforming med vektlegging av ballspill fungerte imidlertid ikke i seg selv som en ekskluderende faktor, og flere jenter understreket at de likte å holde på med denne typen aktivitet. Utfordringen var heller måten disse ballarenaene var utformet på og plasseringen av dem, som ble oppfattet som lite privat og beskyttende for innsyn fra andre. Det var altså utformingen og plasseringen som bidro til at ballarenaene først og fremst ble brukt av dem med særlig talent og selvtillit.

Resultatene fra undersøkelsen understreker tydelig viktigheten av å ta brukerbehov og -perspektiver til etterretning når man utformer arenaer for fysisk aktivitet for ungdom. At folk ønsker å holde på med ballaktiviteter, innebærer ikke nødvendigvis at de ønsker å gjøre det på en tradisjonell fotballbane. Man bør derfor tenke mer kreativt og søke økt forståelse for ulike brukergruppers varierende behov og ønsker.



Foto: COurban

## 2.5 Byen som arena for fysisk aktivitet og grunnlag for bedre mental helse

### Bakgrunn

Fysisk aktivitet har en rekke positive effekter på vår helse. I tillegg har fysisk aktivitet vist seg å påvirke vår mentale helse positivt (WHO, 2017c). Å fremme helse i byer, handler derfor om å skape arenaer for fysisk aktivitet og å gjøre det enkelt for folk å være fysisk aktive i hverdagen. At arkitektur og design kan brukes som del av behandlingen ved institusjoner for mentale og kognitive lidelser, er også velkjent, og det har blant annet vært gjennomført flere undersøkelser av sansehagers effekt på personer med demens (Kirkevold & Gonzalez, 2012). Slike studier av de fysiske omgivelsenes effekt på mental helse har også vært gjennomført på by- og nabolagsnivå, men i mindre grad. I deres gjennomgang av litteraturen argumenterer Cooper og Quick (2017) for at faktorer som designet på bygninger og områdene mellom bygninger, vedlikehold, trygghet, "veifinding" ("wayfinding"), trengsel, støy, belysning og luftkvalitet påvirker mental helse i byer. Andre, som for eksempel Golembiewski (2017), har stilt spørsmål ved hvorfor mentale lidelser som schizofreni og alvorlige psykoser er mer utbredt i urbane områder, og hvordan dette henger sammen med de fysiske omgivelsene i byer. Mental helse er selvfølgelig tett koblet til både vår sosiale og fysiske helse, men her vil vi først og fremst konsentrere oss om faktorer i det fysiske miljøet som kan påvirke stress, depresjon og angst.

### Fravær av støy

Forskning viser at støy i urbane områder utgjør en stor trussel for folkehelsen (Folkehelseinstituttet, 2015). European Environment Agency (u.å.) estimerer at støy forårsaker omkring 16 000 for tidlige dødsfall per år i Europa, og at 32 millioner voksne opplever støyforstyrrelser, mens 13 millioner opplever søvnmangel grunnet støy. WHO (2011) rangerer støy som nummer to på listen over miljøfaktorer som forårsaker forringet helse. Helseutfordringene knyttet til støy henger tett sammen med motorisert trafikk slik som biler, fly og tog (European Environment Agency, 2016). Bekjempelse av støy bør derfor ses i sammenheng med tiltak for å redusere bilavhengighet i byer. Verdien av grøntområder for folkehelsen kobles ofte til grøntområdenes evne til å redusere støy, og lydforskere framhever de positive helseeffektene en (re-)introduksjon av naturlige lyder i byer kan ha (for eksempel lyder fra fugler, vann, blader som blåser i vinden eller mennesker som snakker) (Rehan, 2016). Støy kan også utgjøre barrierer for sosial kontakt, da støy kan gjøre det vanskelig å føre en samtale uten besvær (Gehl, 1980). Mens mye av fokuset innen arkitektur, byplanlegging og urban design har fokusert på de visuelle aspektene ved byene våre, er det behov for mer forskning på hvordan lyder i byen påvirker vår atferd, helse og trivsel.

### Fravær av trengsel og for mange sanseinntrykk

I kapittel 2.3.2 ble det lagt vekt på de potensielle helsegevinstene ved fortetting. Fra et mentalt helse-perspektiv er det imidlertid viktig å understreke at trengsel ("overcrowding") kan ha negative effekter på folks mentale helse (Evans, 2003; Saegert, Mackintosh & West, 1975). Man har kanskje selv erfart hvor stressende det kan være å handle midt i julestria eller å orientere seg ved kollektivknutepunkt i storbyer. Selv om tilstedeværelsen av andre mennesker er positivt for folkehelsen, finnes det altså en balansegang. En overstimulering av sansene kan lede til stress ved at hjernen ikke får "hvile" (Willson, 2017). Denne typen overstimulering av hjernen er også en av årsakene til at grøntområder i byer skal ha en positiv effekt på innbyggernes mentale helse (Lee, Jordan & Horsley, 2015; Hartig, Mitchell, de Vries & Frumkin, 2014). Grøntområder tilbyr muligheten til å være nær naturen og oppholde seg i stille og rolige omgivelser, og grøntområder kan på denne måten bidra til å lindre stress, depresjoner, forbedre våre kognitive evner og generelt bidra til økt mentalt velvære (WHO, 2017d).

## Fravær av frykt og mistillit

Å føle seg komfortabel og trygg er viktig for vår livskvalitet og trivsel, og flere studier har blant annet påvist at frykt for kriminalitet kan ha negative utslag på mentalt velvære (Stafford, Chandola & Marmot, 2007; Pearson & Breetzke, 2014). I tillegg viser forskning at det er mindre sannsynlighet for at folk er fysisk og sosialt aktive, dersom de opplever et område som utrygt (Boulangé & Armada, u.å.). I det offentlige rom er opplevelsen av trygghet dermed avgjørende for bruk, og dette har vist seg å gjelde spesielt for kvinner, barn og eldre (Lee et al, 2015; Deniz, 2016). Til tross for deres ulike betydning, sidestilles ofte de to begrepene sikkerhet og trygghet. Mens sikkerhet refererer til kvantitative målinger som for eksempel antall lovbrudd, dreier trygghet seg om folks subjektive opplevelse av sikkerhet eller risikoen for at noe skal inntreffe (Urban Utveckling, u.å.; Ruud et al., 2012). Sikkerhet kan til en viss grad forbedres ved å sette opp gjerder, overvåkningskameraer og ha mer politi ute i gatene, men det er imidlertid en risiko for at jo flere slike sikkerhetstiltak vi implementerer i det offentlige rom, jo mer utrygge kan folk føle seg (Mehta, 2014). I dag ser vi blant annet at denne problemstillingen aktualiseres i forbindelse med terrorsikring av det offentlige rom i mange europeiske byer.

En av de mest kjente teoriene innenfor kriminalpreventiv forskning er "Broken Window Theory". Teorien går ut på at mangel på vedlikehold (for eksempel søppel, ødelagte benker og så videre) og tydelige tegn på vandalisme, øker sannsynligheten for at lovbrudd vil begås (Ruud et al., 2012). Andre studier har også funnet at folks opplevelse av trygghet er tett koblet til mangel på vedlikehold (Gau, Corsaro & Brunson, 2014). Et viktig grep for å øke folks opplevelse av trygghet er derfor å sørge for at de fysiske omgivelsene er godt ivarettatt og vedlikeholdt. Vedlikeholdet av omgivelsene handler ikke bare om å forhindre frykten for kriminalitet, men også om å øke opplevelsen av trygghet generelt, for eksempel gjennom vedlikehold av sykkel- og gangstier. Av designtiltak som kan forebygge opplevd utrygghet, er belysning spesielt trukket fram i forskningslitteraturen. Belysning gir folk mulighet til å orientere seg om menneskene og elementene som omgir dem, og områder som er godt opplyste oppleves dermed ofte som tryggere enn områder med dårlig eller mangelfull belysning (Brands, Schwanen & van Aalst, 2015). En undersøkelse gjennomført av Aas, Strype, Rundhovde og Bjørgo (2010) støtter denne typen funn og viser at dårlig opplyste gater er den største kilden til selvrapportert utrygghet. I følge en rapport publisert av The Royal Commission on Environmental Pollution (2009) skal man likevel vakte seg for å konkludere med at mer eller sterkere belysning automatisk er riktig belysning. Sterk lysintensitet kan faktisk virke mot sin hensikt ved at områdene utenfor lysets nedslagsfelt virker enda mørkere enn tidligere og dermed skaper rom for lysskye aktiviteter. Rapporten anbefaler derfor at man nøye tilpasser lysdesign og lysintensitet til den lokale konteksten og at man kombinerer belysning med andre tiltak for å oppnå størst mulig trygghetsgevinst (The Royal Commission on Environmental Pollution, 2009).

### Eksempel: Trygghet gjennom design

I 2015 gjennomførte COurban en bylivsundersøkelse i Sandefjord. Et av hovedfunnene fra undersøkelsen var at opplevd trygghet hadde stor betydning for hvordan folk benyttet seg av den sentralt plasserte Badeparken. Folks beskrivelser av sine opplevelser og sin bruk av parken, stemte overens med observasjoner og kartlegging av bruksmønstre. Folk benyttet først og fremst den nordlige og nordvestlige delen av parken, mens resten av parken framstod som relativt lite brukt. I følge mange av parkens brukere skyldtes dette en opplevelse av utrygghet forbundet med tilstedeværelsen av en gruppe rusmisbrukere i den midtre og nedre delen av parken. Opplevelsen av utrygghet viste seg ikke bare å være koblet til kulturelle forestillinger om rusmisbrukere og deres atferd, men også til fysiske faktorer som forhindret visuell oversikt over parken og hvem som oppholdt seg i den.

Resultatene fra undersøkelsen viste at folks opplevde utrygghet hang tett sammen med dårlig belysning og måten busker og trær var plassert på. I tillegg bidro mangel på vedlikehold og tilstedeværelsen av flasker, sprøyter og søppel til å trekke ned inntrykket av parken som et hyggelig sted å oppholde seg. Disse



beskrivelsene stemte godt overens med COurbans egne opplevelser og observasjoner. På bakgrunn av funnene ble Sandefjord kommune anbefalt å eksperimentere med belysning og plassering og utforming av trær og busker, som tiltak for å fremme økt trygghet i parken.



Foto: COurban

I tillegg til å ha positive effekter på vår sosiale og fysiske helse, indikerer undersøkelser at grøntstrukturer rundt bygninger og i byrom kan bidra til å redusere kriminalitet blant annet ved å redusere aggressiv og voldelig atferd (Hartig et al., 2014; Wolf & Robbins, 2015). Dermed fremmer også grøntarealene mental helse gjennom å senke nivået av stress, frykt og angst. På den andre siden ser imidlertid de kriminalpreventive og trygghetsskapende effektene av grøntstrukturer og vegetasjon ut til å være betinget av hvordan vegetasjonen er utformet og plassert. Tett vegetasjon som forhindrer overblikk, kan redusere vår trygghetsfølelse (Poskus & Poskiene, 2015) og oppfattes som steder hvor kriminelle handlinger kan forekomme i skjul fra omverdenen (Li et al., 2015). Vegetasjon kan også være et hinder for sosial overvåkning, noe som er et av de viktigste designtiltakene for å øke opplevd sikkerhet. I følge Jane Jacobs (1961) vil den naturlige tilstedeværelsen av andre mennesker øke opplevelsen av trygghet, og denne formen for trygghetsfremmende tiltak blir ofte omtalt som "safety in numbers" eller "eyes on the street". Enkelt sagt konkluderer Jacobs teori med at jo flere mennesker som oppholder seg ute i byrommene, jo tryggere føler vi oss. Trygghet er dermed koblet til opplevelsen av at andre mennesker kan forhindre kriminelle handlinger og bryte inn dersom noe skulle skje. Denne typen "sosial overvåkning" handler imidlertid ikke bare om fordelene ved at andre mennesker er tilstede i byrommene, men også at folk kjenner eller kjenner til hverandre. Man kan også legge til rette for naturlig overvåkning eller kontroll ved at bygningers inngangspartier og vinduer er orienterte ut mot gater, parker og torg, eller ved å skape territorielt eierskap til områder gjennom symbolsk og reell inndeling av hva som er privat og offentlig rom (Newman, 1972; Ruud et al., 2012). I stor grad avhenger denne typen sosial overvåkning av at lokalbefolkningen føler en form for eierskap, stolthet og tilhørighet til nabolaget sitt, og at de dermed ønsker å beskytte både området og menneskene som oppholder seg der.

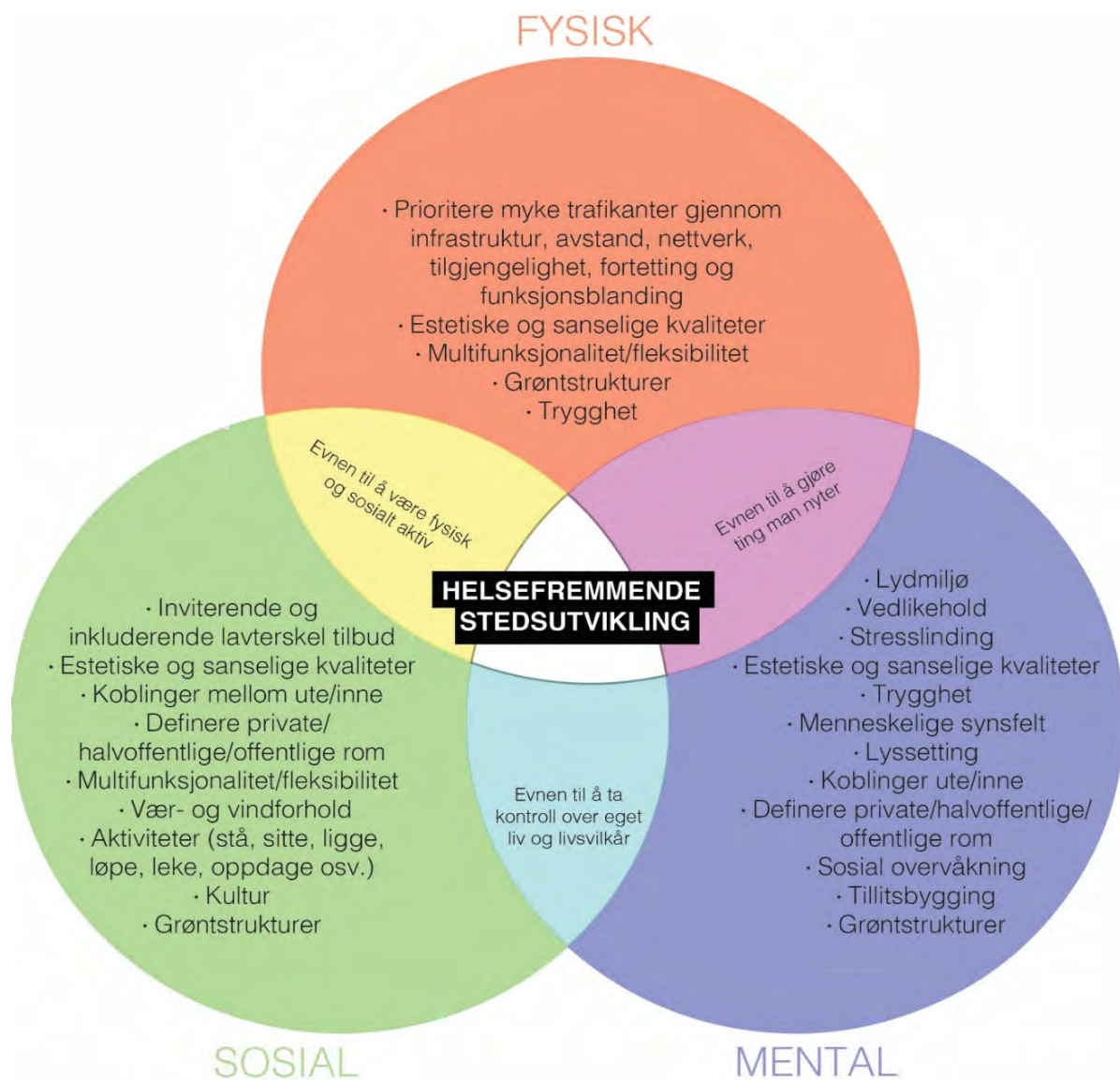
Hvordan lyssetting, plassering og utforming av grøntstrukturer og tilstedeværelsen av andre mennesker virker på vår helse og trivsel, er godt utforsket i forskningslitteraturen. De siste årene har imidlertid et annet interessant perspektiv fått økt oppmerksomhet. Tilhengere av feministisk urbanisme argumenterer for at byer som er planlagt med kvinner som utgangspunkt, vil være tryggere for alle, og at manglende anerkjenning av kvinners behov i byplanleggingen har som konsekvens at halvparten av befolkningen kan oppleve begrenset bruks- og bevegelsesfrihet i det offentlige rom (Danilovic, 2015; Global Utmaning, 2018). Selv om det ikke

eksisterer klare grunnprinsipper for hvordan byer bør planlegges for å fremme økt trygghet for kvinner, har tenketanken Global Utmaning (2018) fram presentert ni retningslinjer som utgangspunkt for policy-anbefalinger og debatt. Trygghet er betinget av ens kjønn, alder, etnisitet og sosioøkonomiske status, som sammen med personlige erfaringer og personlighetstrekk påvirker hvordan man oppfatter steder og situasjoner. Å fremme økt opplevd trygghet i byrom krever derfor lokal involvering for å kartlegge og forstå hvilke tiltak som kan øke trygghetsopplevelsen.

## 2.6 Veien videre – forskning og implementering

Mye forskning har i løpet av de siste 10–15 årene hatt som mål å øke vår kunnskap om hvordan det fysiske miljøet påvirker folks helse. I dette kapittelet har vi forsøkt å sammenfatte forskningen og gi et innblikk i de mest framtreddende prinsippene innenfor helsefremmende stedsutvikling. Selv om vi i dag kan identifisere en rekke faktorer som fremmer folkehelse i byer og tettsteder, er det innad i forskningsfeltet bred enighet om at det er behov for ytterligere forskning på effektene av tiltak. WHO (2017c) har også understreket viktigheten av å utvikle gode evalueringsverktøy. Vi stiller oss bak denne vurderingen, og vi mener at flere fagdisipliner bør involveres i både forskning-, implementering- og evalueringsprosesser for å øke forståelsen av samspillet mellom helse og by-/stedsutvikling. Her kan involveringen av fagpersoner innenfor felt som folkehelse, pedagogikk, psykologi, geografi, antropologi og arkitektur ikke bare bidra til å belyse utfordringene knyttet til urban helse fra ulike perspektiv, men også bringe med seg nye arbeidsmetoder og -verktøy.

Fordi faktorer som geografisk lokalisering, sosioøkonomisk bakgrunn, alder, kjønn, etnisitet, religion og kultur i stor grad påvirker vår helse, er det viktig at helsefremmende designløsninger tilpasses lokalt. Vi mener at en deltakende tilnærming gjennom innbyggermedvirkning er avgjørende for å kunne skape skreddersydde løsninger og lokal forankring. Medvirkning i alt fra kunnskapsinnhenting til problemidentifisering og utforming av designløsninger kan bidra til å skape lokalt engasjement, eierskap og stolthet, og i siste instans føre til økt bruk. Involvering av endebrukerne er dermed viktig for at et tiltak skal ha suksess. Viktigheten av medvirkning og samutvikling både fra lokalsamfunnet og fra ulike faggrupper, er i dette kapittelet forsøkt fanget i begrepet helsefremmende *stedsutvikling* heller enn helsefremmende *byutvikling*. Stedsutvikling (eller "placemaking") forutsetter en lokal tilnærming som legger vekt på å forstå både de fysiske, sosiale og kulturelle faktorene som utgjør et sted. Denne tilnærminga fokuserer på å fremme stedsidentitet og steders særegne kvaliteter og bruker innbyggernes ressurser og potensial som utgangspunkt for å skape sunne, trivelige og gode lokalsamfunn. Prinsippene presentert i dette kapittelet er dermed ment å skape et utgangspunkt for kommuner, fagpersoner og innbyggere som ønsker å igangsette lokale initiativ og tiltak. I figuren under har vi forsøkt å sammenfatte de mest framtreddende design- og planleggingsprinsippene som ligger til grunn for en helsefremmende stedsutvikling.



Figur 1

Figuren viser design- og planleggingsprinsipper for en helsefremmende stedsutvikling. Figuren er tilpasset fra Labonté (2010).

### 3 Aldersvennlig by- og stedsutvikling

*Forfattere: Karine Denizou, SINTEF Byggforsk og Karin Høyland, SINTEF Byggforsk*

Dette kapittelet gir en introduksjon til aldersvennlige byer og hvilken kontekst slike byer kan utvikles innenfor. Problemstillingene vi ønsker å belyse er følgende:

- Hvilke kriterier er knyttet til aldersvennlighet?
- Hva er forutsetningene for aldersvennlig byplanlegging?
- Hva er spesielt for aldersvennlig byplanlegging? Hva vil det si for kommunene å planlegge aldersvennlig?

#### 3.1 Kunnskapsstatus. Ulike initiativer, begreper og tilnærminger

##### En rekke initiativer

Som et svar på global aldring og rask urbanisering er det siden slutten av 1990-tallet utviklet en rekke initiativer og strategier både i Nord-Amerika og i Europa, med mål om å tilpasse tjenester og produkter til eldre mennesker. Ideen om aldersvennlige samfunn er en naturlig utvikling av denne politikken. I 2010 etablerte Verdens helseorganisasjon (WHO) et globalt nettverk for aldersvennlige byer og samfunn med en felles visjon om å utvikle steder der det er godt å bli gammel. Fysisk tilgjengelighet i bygde omgivelser, sikkerhet og trygghet, nærhet til servicefunksjoner, økonomisk tilgjengelighet og inkludering har pekt seg ut som sentrale egenskaper for aldersvennlige byer både i industriland og utviklingsland<sup>1</sup>.

##### Verdens helseorganisasjon og age-friendly cities

WHO satte tidlig fokus på sammenhengen mellom helse og fysisk miljø, og aktiv aldring er grunnlaget for utviklingen av aldersvennlige byer (WHO, 2002). WHO har utarbeidet en global strategi og en handlingsplan for sunn aldring der visjonen er at alle skal kunne leve et langt liv med god helse. Programmet om Healthy cities (lansert 1986) var en forløper til prosjektet om aldersvennlige byer som ble initiert i 2005 (WHO, 2007).

Nettverket av aldersvennlige byer og samfunn skal oppmuntre til gjennomføring av politiske anbefalinger. Aldersvennlige byer er den eneste av modellene for aldersvennlige samfunn som er blitt verdensomspennende, og nettverket får mange nye deltakere hvert år. I 2012 var 103 byer eller kommuner fra 18 land med i nettverket (Phillipson & Scharf, 2012). I 2017 er antallet økt til 500 deltakere fra til sammen 37 land (WHO). Oslo kommune har vært medlem av nettverket siden 2014 og Trondheim kommune har forpliktet seg til å bli deltaker innen 2020.

Forutsetningene for å etablere aldersvennlige byer varierer stort rundt om i verden. Hvorvidt det lar seg gjøre å etablere slike byer, avhenger av økonomiske, sosiale, kulturelle og ikke minst fysiske forhold, som klima og topografi, men også eksisterende infrastruktur og byev. De positive, aldersvennlige kvalitetene er vanligere i byer i industriland enn i rurale områder og i utviklingsland. Disse forskjellene finner vi også i Norge, hvor utfordringene knyttet til aldring er forskjellige i by og land.

---

<sup>1</sup> Disse egenskapene er kartlagt av WHO i samarbeid med partnere fra 33 byer i verden, med utgangspunkt i åtte områder av bylivet: fellesskap og helsetjenester, transport, bolig, sosial deltakelse, uteområder og bygninger, respekt og sosial inkludering, samfunnsdeltakelse og sysselsetting, og kommunikasjon og informasjon. Plouffe og Kalache (2010) ledet forskningen, som hadde følgende fokusgrupper: personer i 60-årsalderen og eldre med lav og middels inntekt, pårørende og tjenesteleverandører fra det offentlige, frivillige og kommersielle aktører.



En imponerende mengde litteratur omhandler WHO-initiativet om aldersvennlige byer. Det er publisert veiledere og sjekklister, og etter hvert finnes også en stor mengde forskningsresultater. Lite av forskningen omhandler imidlertid selve planleggingen for aldersvennlighet i by- og stedsutvikling. Flere artikler presenterer en oversikt over rammeverkene som aldersvennlige samfunn kan utvikles innenfor (Lui et al., 2009; Scharlach, 2012; Steels, 2015), andre igjen omhandler eldrevennlige lokalsamfunn (Alley et al., 2007) eller det sentrale konseptet om å bli boende i eget hjem – "aging in place" (Vasunilashorn et al., 2012). Artiklene undersøker ulike konsepter og identifiserer de viktigste kriteriene for aldersvennlighet. Kriteriene varierer etter hvilket rammeverk forskerne legger til grunn, med ulik vekt på sosiale og fysiske strukturer, se figur 2.

|                         | Age-friendly city<br>(World Health Organization) | Lifetime neighbourhood<br>(Department for Communities & Local Government, UK) | Livable community<br>(American Association of Retired Persons)       | Livable community<br>(National Association of Area Agencies on Aging, USA) | Elder-friendly community<br>(University of Calgary, Canada)                         | Elder-friendly community (The AdvantAge Initiative, USA) |
|-------------------------|--------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|
| Physical Infrastructure | Outdoor spaces and buildings<br>Transportation   | Built environment<br>–                                                        | Land use<br>Transport and mobility                                   | Planning and zoning<br>Transportation                                      | –<br>Being mobile                                                                   | –<br>Maximising independence                             |
|                         | Housing<br>Communication and information         | Housing                                                                       | Housing<br>Cooperation and communication                             | Housing<br>–                                                               | –<br>Ready access to information and services                                       | –<br>–                                                   |
|                         | Social participation                             | Social cohesion and sense of place                                            | –                                                                    | –                                                                          | Maintaining independence and involvement in activities                              | Promotes social and civic engagement                     |
|                         | Respect and social inclusion                     | Social inclusion                                                              | –                                                                    | Public safety                                                              | The importance of being valued and respected/Financial security and personal safety | Addresses basic needs                                    |
| Social Environment      | Civic participation and employment<br>–          | –<br>Innovation and cross-sectoral planning                                   | Public education and involvement in community planning<br>Leadership | Culture and lifelong learning<br>–                                         | –<br>Community development work                                                     | Promotes social and civic engagement<br>–                |

Figur 2  
Nøkkelegenskaper i ulike modeller for aldersvennlige samfunn (Lui et al., 2009)

Som påpekt av Lui et al. (2009) er det variasjoner i tilnærmingen til aldersvennlige samfunn og ordbruken gjenspeiler forskjellene. Noen av konseptene legger mest vekt på fysiske aspekter som infrastruktur og boligtilpasning, slik som AdvantAge Initiative og National Association of Area Agencies on Aging, (begge fra USA). Andre, som Lifetime neighbourhoods (UK), legger mer vekt på sosiale relasjoner som fremmer deltakelse, inkludering og personlig utvikling.

Begreper som "age-friendly" og "active-aging" har sin opprinnelse i en økologisk<sup>2</sup> tilnærming til aldring og sier noe om relasjonen mellom individer og deres fysiske og sosiale miljø (Steels, 2015; Menec et al., 2011). Det handler om initiativer som er basert på ideen om at det er de *fysiske omgivelsene* som skal gjøre det mulig for eldre å fortsette å være aktive samfunnsdeltakere. Under en kartlegging gjort av WHO (Plouffe & Kalache, 2010) kom *utforming som ivaretar mangfoldet i befolkningen* opp som et sentralt fellestrekk for aldersvennlige byer. Deltakerne i kartleggingen mente at de bygde omgivelsene burde ivareta brukere med ulike ferdigheter, uavhengig av alder. En aldersvennlig by der fokuset er på folks ferdigheter og ikke deres eventuelle funksjonsnedsettelse, vil derfor være "vennlig" for alle aldre og ikke bare for de eldre.

<sup>2</sup> Ecological: "relating to or concerned with the relation of living organisms to one another and to their physical surroundings" (Menec et al., 2011).



En slik tilnærming til aldersvennlige samfunn kan ses i sammenheng med forståelsen av forholdet mellom funksjonshemninger og omgivelser, som endret seg radikalt i løpet av 1990-årene. Gap-modellen (Lie, 1996) ble på denne tiden den dominerende modellen for å forstå funksjonshemming. Modellen karakteriserer funksjonshemming som et *relasjonelt* problem, hvor årsaken til funksjonshemmedes vanskeligheter er et misforhold (et gap) mellom brukernes ferdigheter og krav omgivelsene stiller (Berg et al., 2009). Ifølge denne modellen er ikke funksjonshemming en egenskap ved mennesket, men skyldes misforhold mellom mennesker og omgivelsene. Denne forståelsen er sentral for den ideologien som ligger til grunn for universell utforming, og modellen kan utvides til å gjelde *alle*, det vil si også barns og eldres forhold til omgivelsene.

Svært mange av initiativene rettet mot inkludering av eldre i samfunnet ser verdien av å inkludere alle aldersgrupper. En helhetlig tilnærming til aldersvennlighet må bygge på en analyse av hvordan omgivelser (space) brukes av ulike generasjoner heller enn et ensidig fokus på eldre eller hvilken som helst annen aldersrelatert gruppe (Murray, 2015).

*"Penn South Housing Co-op in New York proactively encourages and plans for positive interactions between its older and younger residents. The co-op grounds have been intentionally arranged. Walking and sitting spaces for older residents are located close to playgrounds and outdoor play space. One area of the grounds is fenced off and designated as an intergenerational garden."*

Figur 3

Beskrivelse gjengitt fra Ball (2014)

### Aging in place

På begynnelsen av 2000-tallet skjedde et paradigmeskifte: Fra å ha vært det mest sannsynlige boalternativet for eldre, ble sykehjem nå sett på som siste utvei. Litteraturen viser en stor mengde forskning om "aging in place", som søker å forstå hvorfor eldre flest ønsker å bli boende hjemme og hvordan de best kan få hjelp til dette. "Aging in place" har ofte handlet om de nære fysiske omgivelsene og tjenestene, men etter hvert har det også kommet en betydelig andel artikler om velferdsteknologi og helse. "Aging in place" og aldersvennlige lokalsamfunn har ikke bare som mål å hjelpe eldre, men også å støtte deres familier og etablere støttende lokalsamfunn (Fitzgerald & Caro, 2014). Å bo så lenge som mulig i eget hjem er en strategi som ofte oppmuntres av myndighetene (Lehning, 2013) fordi det anses å være mer kostnadseffektivt. Det gjør det også mulig å opprettholde verdifulle sosiale nettverk, vennskap og dagligdagse aktiviteter.

Imidlertid finnes også studier som viser at det å fortsette å bo samme sted også kan ha negative konsekvenser, som ensomhet og isolasjon (Sixsmith A. & Sixsmith J., 2008). Livskvaliteten står i fare for å bli redusert ettersom roller, forbindelser og livsstil endres (LeRoy, Treanor & Art, 2010), og flytting kan derfor være en mer positiv løsning for noen (Golant, 2008). Å bli boende hjemme er mest gunstig dersom de sosiale og fysiske ressursene i nabolaget understøtter dette (Buffel & Phillipson, 2016; Golant, 2011).

## 3.2 Kjernetemaer i aldersvennlig planlegging

### WHO peker på åtte områder

WHO har definert åtte områder for aldersvennlighet med egne sjekklister for hvert område:

1. Uteområder og fysisk aktivitet
2. Transport
3. Bolig
4. Sosial deltakelse (kultur med mer)
5. Respekt og sosial inkludering
6. Samfunnsdeltakelse (medvirkning, arbeid med mer)
7. Kommunikasjon og informasjon

## 8. Helse- og sosialtjenester

Av disse områdene vil vi belyse følgende fire temaer som er direkte knyttet til stedsutvikling: uteområder, transport, bolig og medvirkning.

### Uteområder og møteplasser

Både kvantitative og kvalitative studier har vist hvordan omgivelsene kan oppmuntre til aktiviteter som for eksempel turgåing, og hvordan omgivelser påvirker mobilitet, selvstendighet og livskvalitet. Forholdet mellom bygde omgivelser og fysisk aktivitet, og hvordan de bygde omgivelsene påvirker personlig helse, har blitt undersøkt i detalj de siste årene. Det er godt kjent at nærhet til butikker og tjenester, trafikkforhold (gang- og sykkelveier, offentlig transport) og nabolagets attraktivitet bidrar til økt fysisk aktivitet hos eldre voksne (Michael, Green, & Farquhar, 2006; Handy, Boarnet, Ewing, & Killingsworth, 2002). Forskere har for eksempel påvist korrelasjon mellom antall gatekryss og oppfatningen av trygghet (Li, Fisher, Brownson, & Bosworth, 2005).

En kvantitativ studie (Nathan et al., 2012) basert på australske data konkluderer med at det som motiverer eldre voksne til å gå, er forskjellig fra det yngre voksne rapporterer. At destinasjonen muliggjør sosial interaksjon, som for eksempel å møtes på et spisested eller i kirken, er viktig for eldre, på samme måte som muligheter for tilfeldig sosial kontakt på apoteket eller hos frisøren. Gardner (2011) har undersøkt hvordan nabolag kan være rammen for uformelle sosiale møter og hvordan disse påvirker beboernes opplevelse av livskvalitet. Hun trekker fram såkalte "third places" (parker, kafeer, kirker og så videre), overganger i forbindelse med boligen (bakgård, inngangsparti, heis, balkong) og overgangssoner på vei til en vilkårlig destinasjon (fortau, køer, bussholdeplass) som viktige uformelle møtesteder for eldre beboere. Gardners funn understreker betydningen av å planlegge nabolag med nær tilgang til sosial infrastruktur, og nabolag som støtter aktivitet gjennom hele livet. Behov og preferanser for utemiljøer forandrer seg med alderen og det er derfor nødvendig med innspill fra ulike aldersgrupper.

Den positive effekten natur og grønne omgivelser har på menneskers livskvalitet, er godt dokumentert. Forskning utført i tre sykehjem i Ankara, Tyrkia (Oguz et al., 2010), bekrefter at eldre mennesker liker naturutsikt og naturlige omgivelser. Behov for sosial samhandling motiverer dem til å bruke utemiljøene. Ved å legge til rette for utendørsbesøk hele året vil også hyppigheten av besøkene øke, og beboerne vil dermed melde om bedre opplevd helse (Rappe et al., 2006). Det ser ut til at mennesker som bor i grønne områder er sunnere enn mennesker som bor i mindre grønne områder. Dette forholdet er noe forsterket for hjemmeværende og eldre, to grupper som antas å være mer avhengige av de nære omgivelsene og derfor mer påvirket (de Vries et al., 2003).

Det er sannsynlig at uteområder med høy kvalitet i fremmer mest fysisk aktivitet og svarer best til samfunns mål om helse og aktivitet. Cohen et al. (2009) har sammenlignet bruken av en renovert skatepark og et modernisert eldresenter med to tilsvarende steder som ikke er renovert. Forskerne fant at utbedringene alene ikke var en garanti for økt bruk. Studien viser at økt bruk avhenger av en kompleks kombinasjon av kvalitet og drift (åpningstider, markedsføring, avgifter og andre menneskelige faktorer).

Mange nye boligområder her i Norge har utendørsområder med mangelfull kvalitet, noe som er funnet å hindre sosial interaksjon. Guttu og Schmidt (2012) har sjekket kvaliteten på utearealene ved 27 boligprosjekter i Oslo, Bergen, Trondheim og Stavanger. Av disse har de vurdert at bare tre av utearealene har tilfredsstillende kvalitet med hensyn til materialbruk, utforming av uterommene og deres forbindelse til byen forøvrig. De resterende boligprosjektene har trange og dårlige uterom, med lite sol og vegetasjon. Boligprosjektene gir lite tilbake til fellesskapet, som for eksempel næring, service, kafeer eller kulturtilbud. Dette går igjen utover de mest "stedbundne" brukerne, som barn og eldre er.

De Donder et al. (2013) har undersøkt sammenhengen mellom opplevd utrygghet og omgivelsene og hvordan nabolag enten kan fremme eller hindre denne opplevelsen av utrygghet hos eldre. Det ser ut til at nabolag som er tilpasset eldres behov når det gjelder tilgjengelighet og avstand til tjenester, også gir en økt følelse av trygghet. En annen studie tyder på at et inkluderende bymiljø fremmer forståelse og veifinning utendørs, som igjen gir eldre økt trygghetsfølelse og fører til mer regelmessig bruk av urbane rom (Afacan, 2013).

## **Transport og mobilitet**

En viktig del av ideen om aldersvennlige samfunn er fokuset på rimelig transport, tilgjengelige busser og holdeplasser og små avstander mellom holdeplass og boligområde. Samferdselstiltak er helt sentralt for å imøtekomme eldres behov. For at eldre skal kunne ta seg fram i nærområdet, er det for eksempel gjort forsøk med små busser i Aker bydel i Oslo. Disse skal være en dør-til- dør tjeneste for dem som ikke kan gå lengre strekninger og et komplement til offentlig transport. Kombinert med økt belysning og flere benker bidrar tiltaket til at flere eldre kan "bruke" byen.

Nasjonal transportplan 2018–2029 forteller om økt innsats for mobilitet i byområdene, bedre kollektivtransporttilbud og framtidsrettede løsninger. Kompakte bykjerner som er tilrettelagt for syklist og fotgjenger, kombinert med effektive knutepunkter, vil redusere transportbehovet og virke positivt på klimagassutslipp, lokal luftkvalitet og støy. En målsetting er en sterkere koordinering av boligbygging, arealbruk og utbygging av transportsystemet ved å ta i bruk byvekstavtaler (en samordning av bymiljøavtalene og byutviklingsavtalene) i de største norske byområdene. Tanken bak byvekstavtaler med staten er at kommuner og fylkeskommuner forplikter seg til en arealbruk i byområder som bygger opp under statens investeringer i kollektivtransport, sykling og gange. Transportplanen peker på at ny teknologi kan gi en markant reduksjon i negative klima- og miljøeffekter og samtidig bidra til en mer individuelt tilpasset mobilitet. Denne optimismen kan komme eldre generasjoner til gode, så sant deres behov for og utfordringer med transport blir kartlagt og imøtekommet.

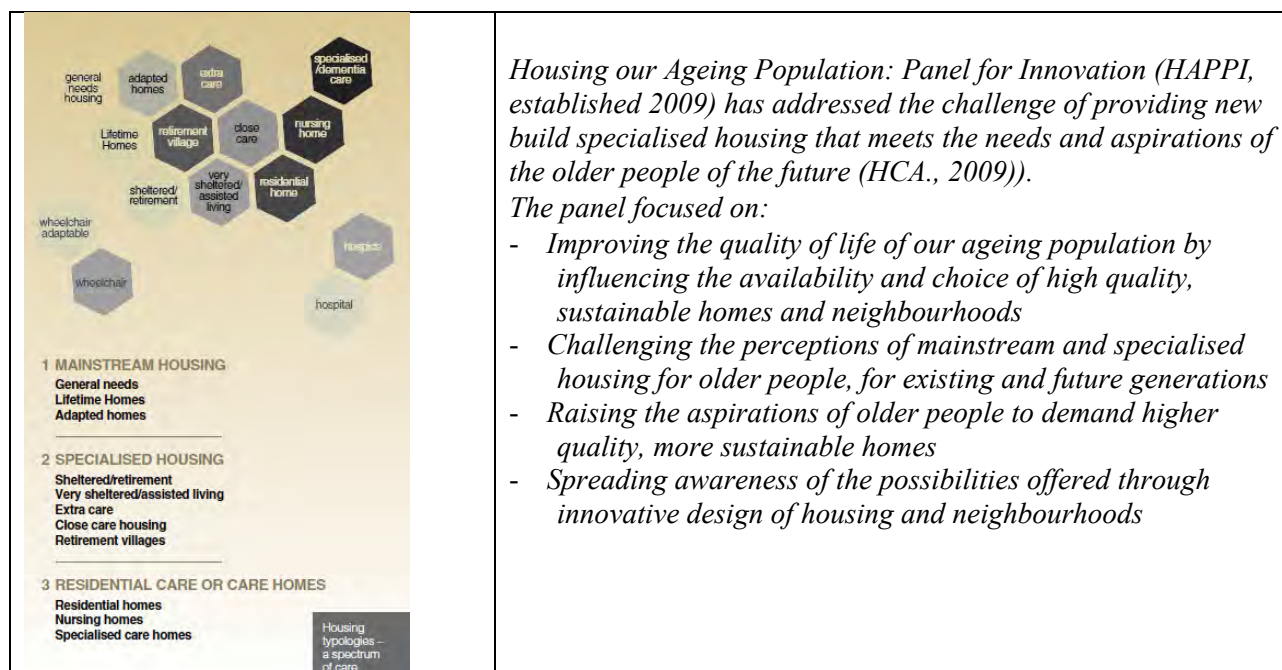
Målet om effektivisering av driften i offentlig transport og ønsket om universell utforming kan stå i motstrid til hverandre. Fjerning av holdeplasser på buss- og trikkeruter er et eksempel på det. Slike tiltak rammer barn og eldre i større grad enn andre aldersgrupper og er i strid både med en miljøvennlig og en aldersvennlig satsing.

Den amerikanske forskningslitteraturen om eldre fokuserer mye på bilisme og den vanskelige overgangen til et liv uten bil. Mange av de foreslåtte tiltakene handler om organisatoriske løsninger, som "vennekjøring", som ikke er direkte relatert til fysiske løsninger og planlegging. Slike organisatoriske løsninger er også relevante mange steder i Norge, hvor bebyggelsen er spredt og offentlig transport ikke finnes.

## **Bolig og boligområde**

Tilgang på velfungerende og tilgjengelige boliger er avgjørende for å nå de politiske målene for deltakelse og likestilling. De fleste eldre ønsker å bo i velkjente omgivelser livet ut, men det er ikke ensbetydende med at de ønsker å bo i samme bolig hele tiden. Tilpasningen av eksisterende boliger og bygging av nye alternative boformer som inkluderer eldre, står sentralt i aldersvennlige satsinger.

Hvilke krav stiller eldre mennesker til sitt hjem og umiddelbare omgivelser? I en spesialutgave av arkitektmagasinet Detail (2012) om boliger for eldre hevder avsenderen at det å skape gode boliger for alderdommen er en av de viktigste oppgavene innen arkitektur, byplanlegging og boligøkonomi. De skandinaviske landene og Nederland blir spesielt nevnt i forbindelse med demensutfordringene, og magasinet presenterer flere eksempler på boliger. Utvikling av nye boformer for eldre har imidlertid gått sakte i de aller fleste land. Felles boformer (aldershomogene eller med flere generasjoner) med grupper på seks til cirka 30 personer er et alternativ til institusjonaliserte boliger som for eksempel er utviklet i Japan, selv om kulturelle aspekter kan være et hinder der (Godzik, 2009; Godzik, 2010).



Figur 4  
Bolityper for eldre. Utdrag fra rapporten *Housing our Ageing Population* (HCA, 2009). Kilde: Panel for Innovation/UK

I følge Morrison (2013) utfordres både offentlige og private utbyggere i Storbritannia til å levere boligløsninger som kan være gode rammer for en selvstendig alderdom og samtidig oppfylle forventningene til kommende generasjoner eldre. Vaidya og Raje (2014) peker på verdien av tverrfaglighet og samspill mellom arkitekter og byplanleggere, som gjør det mulig å kombinere ulike kunnskaper i utvikling av nye boligløsninger.

The Community Housing Resource Center (CHRC) er en frivillig organisasjon som utvikler boligområder i Atlanta (USA). Deres fokusområde er boligpolitikk, lokal planlegging, prosjektering og gjennomføring av rimelige boliger for eldre. Sammen med The Atlanta Regional Commission (ARC), en regional og offentlig planleggingsinstans, har organisasjonen utviklet en verktøykasse for lokale myndigheter. Denne verktøykassen kalles "Aging in Place". ARC koordinerer og implementerer også et helhetlig støtteapparat for eldre i regionen. Begge trekker fram fem hovedkomponenter for "Aging in Place" (Ball, 2010):

- **Valgmuligheter:** Det bør være varierte løsninger både for helsetjenester og boliger, som gjør det mulig å velge boform avhengig av behov og økonomi.
- **Fleksibilitet:** Et fleksibelt tilbud om støttetjenester kan tilpasses individuelle behov, uavhengig av boform. Det gjør det mulig med skreddersøm av løsninger som ivaretar den enkeltes behov og preferanser.
- **Entreprenørskap:** Å dra nytte av at eldre er en stor gruppe, gir muligheter for billigere tjenester.
- **Flere generasjoner på samme sted:** Nabolag med en miks av generasjoner øker eldres muligheter til å klare seg selv. Verdifulle forbindelser kan etableres mellom folk med forskjellige evner og behov (tenåringer trenger lommepenger og kan gjøre tjenester, unge familier kan trenge barnevakt i arbeidstiden, eldre kan trenge transport til lege og så videre).
- **Smart vekst:** Smart vekst innebærer ifølge ARC at nabolag utvikles med høy grad av tilgjengelighet utendørs. Det er en fordel for alle beboere, og tilgjengelighet er grunnleggende nødvendig for at eldre skal kunne bli boende og bruke nabolaget.

Byplanlegging som legger opp til områder med varierte formål og miks av boligtyper, er et sentralt virkemiddel for aldersvennlighet og "smart vekst". Viktigere enn selve boligen er hvor den ligger og infrastrukturen rundt den.

Norske Boligbyggelag (NBBL) har i artikkelsamlingen *Framtidsprosjekt 2030* (NBBL, 2009) blant annet undersøkt hvilke utfordringer økningen i antall eldre i årene framover vil føre med seg i boligsektoren. De påpeker at eldre, og spesielt de aller eldste, vil ha behov for tilpassede boliger i tilgjengelige og trygge boligområder samt tilpassede tjenester i hjemmet for å lette hverdagen. De ser at det antagelig kan bli et gap mellom det offentlige tjenestetilbudet og kravene de eldre kommer til å ha. NBBL ser derfor muligheter for profilering av norske boligbyggelag gjennom satsing på boservice for eldre. De ser det som et alternativ at boligbyggelagene og kommunene i større grad ser på samarbeidsmodeller for å utvikle boligtilbudet for eldre. Slike samarbeid representerer en ny måte å løse utfordringene på, og er i tråd med ønsket om innovasjon i omsorg.

Velferdspolitik og ikke minst boligpolitikk varierer fra land til land. I Norge er det lagt til rette for at alle eier sin egen bolig, og de fleste eldre vil ha opparbeidet seg en betydelig boligkapital når de går av med pensjon. Det økonomiske utgangspunktet for å skaffe seg en bedre tilrettelagt bolig vil derfor være svært ulikt avhengig av om man eier eller leier, og det vil være avhengig av hvor mye boligen man eier er verdt. God økonomi øker mulighetene for at eldre selv kan sørge for egnet bolig i alderdommen (personlig ansvar for egen bolig). I tillegg kommer økonomiske virkemidler for tilpasning av egen bolig fra NAV og Husbanken.

Økt tilgjengelighet i boliger vil bidra til den politiske målsettingen om at flere eldre mottar tjenester i eget hjem og redusere behovet for omsorgsboliger. Forskning på Eldres hverdagsliv i egen bolig viser at livsløpsstandard og boliger uten terskler er viktige virkemidler for at eldre skal kunne bli boende hjemme i egen bolig, men at også helt andre faktorer spiller en viktig rolle. Slike andre faktorer kan være opplevelse av trygghet, mulighet for å nå tjenester og mulighet for å ivareta sosiale nettverk. Dette er faktorer som indirekte påvirkes av boligens utforming og av nærmiljøet og hvor fokus på detaljløsninger ikke er nok. Andre faktorer som naboskap, identitet, sosial diversitet, møtesteder og mangfold kan derfor også anses som kriterier for å skape gode boligområder for eldre i framtiden.

Ifølge en rapport fra NOVA (Sørvoll, Sandlie, Nordvik & Gulbrandsen, 2016) er sammenhengen mellom planlegging av boligtilbudet og omsorgstjenestene for eldre i norske kommuner begrenset, spesielt i mindre kommuner. Forskerne bak rapporten spør om kommunene har nødvendig kunnskap for å kunne prioritere mellom bygging av omsorgsboliger, oppgradering av eksisterende bebyggelse og satsing på virkemidlene i boligforsyningspolitikken. De påpeker at det er behov for økt kunnskap om tilgjengelige datakilder for å kartlegge Eldres boligbehov, boligpreferanser og boligmassens tilgjengelighet. I eksempelkommunene de har undersøkt (Tromsø, Asker, Rana, Bodø, Larvik og Hamar) er imidlertid sammenhengen mellom samfunnets aldring, eldreomsorg og boligpolitikk anerkjent i planene.

## Medvirkning

Medvirkning i planlegging er et viktig aspekt og lovpålagt gjennom Plan- og bygningsloven. I lovverket utgjør varslinger og offentlige høringer minstekravet til medvirkning. Medvirkning skaper forståelse for at det er ulike interesser i en planleggingsprosess og kan føre til større oppslutning om planene. Om medvirkning i kommuneplan og reguleringsplan heter det følgende i Plan- og bygningsloven:

Enhver som fremmer planforslag, skal legge til rette for medvirkning. Kommunen skal påse at dette er oppfylt i planprosesser som utføres av andre offentlige organer eller private. Kommunen har et særlig ansvar for å sikre aktiv medvirkning fra *grupper som krever spesiell tilrettelegging*, herunder barn og unge. Grupper og interesser som ikke er i stand til å delta direkte, skal sikres gode muligheter for medvirkning på annen måte. (pbl § 5.1)

Nettopp det å sikre gode muligheter for medvirkning *på annen måte* for grupper som ikke er i stand til å delta direkte, ser ut til å være en utfordring. Eldres innspill kan gi kommunen bedre kunnskapsgrunnlag, men det er vanskelig å involvere andre enn funksjonsfriske eldre. Et eksempel på vanskeligheten med å nå andre enn de

sprekste eldre, er et prosjekt fra 2017 som ble gjennomført på oppdrag fra Helsedirektoratet (Vestby, Brattbakk & Norvoll, 2017). Forskerne i prosjektet prøvde her ut medvirkningsmodeller for aldersvennlige samfunn og benyttet seg av ulike metoder som de kombinerte: seniorstemmer (spørreundersøkelse og intervjusamtaler), seniortrækk med egen app, seniorverksted og ettermøter. Alle disse metodene henvender seg imidlertid først og fremst til aktive eldre. Andre metoder behøves altså for å få nødvendige innspill fra skrøpelige eldre, eller økt kunnskap om behovene til eldre med kognitive problemer. Observasjoner i hjemmet kan være en slik metode. Personer som har tillitt, som hjemmehjelper eller ergoterapeuter, kan ha god kunnskap både om behov og preferanser hos dem de besøker. De har også førstehåndskunnskap om tilgjengeligheten i boligene de besøker, om hvor ofte de eldre kommer ut, og eventuelt hva som hindrer dem. Det er ingen tvil at det er svært utfordrende å samle inn denne typen informasjon systematisk, men det er en lokal kunnskap som vil være verdifull for kommunene som grunnlag for planarbeid.

Det er hensiktsmessig at hovedtyngden i medvirkningsprosessen skjer *tidlig* i planleggingen da mulighetene for konstruktive innspill og dialog er størst. En rekke medvirkningsmodeller som har ulike bruksformål og egenskaper kan brukes: SWOT-analyser, idedugnader, dialogmøter, fokusgruppeintervjuer, scenario- og framtidsprosesser. I Oslo har det blitt arrangert debattmøter og folkemøter i den første fasen av arbeidet med handlingsplanen for aldersvennlig by (2018). Innspill fra eldre har her vært sentralt for utarbeidelsen av handlingsplanen. Oslo kommune ønsker å legge til rette for at eldre innbyggere skal kunne bidra aktivt i alle faser av utviklingen av Oslo som en aldersvennlig by. I 2016 organiserte derfor Byrådet for eldre en medvirkningskonferanse som skulle legge rammene for videre medvirkning. I forbindelse med medvirkningskonferanse kom det fram at muligheter for medvirkning var en utfordring i forbindelse med reguleringer, planer og strategier for boligutbygging:

Det tenkes ikke langsiktig, helhetlig eller aldersvennlig nok i boligplanleggingen. Nærmiljø og beliggenhet har betydning for bosituasjonen og lang vei til butikk, post, minibank, dårlig strøing på veier og T-banestasjoner er en utfordring. Boformer som ikke legger til rette for felleskap kan føre til ensomhet. Manglende tilrettelegging av bolig kan føre til utrygghet i hjemmet. Det er for lite informasjon om boliger og andre tjenester knyttet til bosituasjon. (Byrådsavdelingen for eldre, helse og sosiale tjenester, 2016)

### 3.3 Kriterier og evaluering av aldersvennlige steder

Medlemmer i WHO-nettverket forplikter seg til blant annet å utføre en systematisk kartlegging av byens aldersvennlighet og å definere indikatorer for å kunne evaluere resultatene. På grunnlag av de sentrale egenskapene for aldersvennlig by som ble identifisert i Plouffe og Kalache sin kartlegging (2010), ble det utviklet sjekklister. Sjekklister kan brukes til en innledende kartlegging av status for aldersvennlighet i deltakerbyene og deretter til evaluering av resultater. En veileder for aldersvennlige byer (WHO, 2007) er utviklet på bakgrunn av denne forskningen. Veilederen inneholder ikke retningslinjer eller designspesifikasjoner, men den legger vekt på handling på lokalt nivå. Hensikten med den er å gi en universell standard for en aldersvennlig by. Publikasjonen er ment som et hjelpemiddel til byer og kommuner som vurderer å tilpasse seg sin aldrende befolkning og bli mer aldersvennlige (Plouffe & Kalache, 2010).

WHO har nylig gitt ut en guide for bruk av sentrale indikatorer for evaluering (WHO, 2015). Indikatorene skal være et virkemiddel som gir deltakerne en felles forståelse av status og utvikling når det gjelder aldersvennlighet i eget lokalsamfunn/egen by/kommune. Indikatorene kan brukes til å evaluere status før tiltak for aldersvennlighet settes inn og siden for å følge opp utviklingen. De kan også brukes for å fremme politisk og sosialt engasjement, som igjen kan føre til flere tiltak for utvikling og ettersyn av aldersvennlig by.

Indikatorsettet er utviklet av WHO i årene 2012–2015 på bakgrunn av en bred involvering av institusjoner, eksperter, kommuner i 15 land og mange ulike metoder (blant annet litteraturstudier, ekspertkonsultasjoner, fagfelleevalueringer, pilotstudier). Det har vært et mål at evalueringer kan gjøres enkelt og effektivt og gi et



helhetlig bilde uten for mange detaljer, selv om det er komplekse fenomener som skal måles. Det er derfor valgt ut noen få og sentrale indikatorer, som kan suppleres med tilleggsindikatorer ved behov. Det er lagt opp til at indikatorene tilpasses behovene på lokalt nivå. Indikatorguiden gir referanser til ulike veiledere for mulig utdyping. De sentrale indikatorene er delt i tre grupper: sosial rettferdighet ("equity"), tilgjengelighet i omgivelsene og sosial inkludering. Figur 5 viser indikatorene som gjelder fysiske forhold, altså kjerneindikatorer for tilgjengelighet i omgivelsene.

| <b>Kjerneindikator</b>                    | <b>Forslag til definisjon 1</b>                                                         | <b>Forslag til definisjon v/<br/>selvrapportering</b>                                                                                     |
|-------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Fotgjengervennlig ("walkability")         | Andel gater i nabolaget som har tilgjengelig fotgjengerovergang                         | Andel eldre som rapporterer at nabolaget egner seg for tur (også med hjelpemidler)                                                        |
| Tilgjengelige offentlige rom og bygninger | Andel offentlige rom og bygninger fullt tilgjengelig med rullestol                      | Andel eldre som rapporterer at offentlige rom og bygninger er tilgjengelig for alle, inkludert de med nedsatt bevegelse, syn eller hørsel |
| Tilgjengelig offentlig transport          | Andel offentlig transport med egne plasser for eldre og mennesker med funksjonshemning  | Andel eldre som rapporterer at offentlig transport er tilgjengelig for alle, inkludert de med nedsatt bevegelse, syn eller hørsel         |
| Tilgjengelige holdeplasser                | Andel boliger innenfor gangavstand (500 m) til en holdeplass                            | Andel eldre som rapporterer at holdeplasser er tilgjengelige                                                                              |
| Økonomisk tilgjengelig bolig              | Andel eldre i husholdning som bruker mindre enn 30 % av sin disponible inntekt til å bo | Andel eldre som rapporterer at det er rimelige boliger i nabolaget                                                                        |

Figur 5

Eksempel på et utvalg kjerneindikatorer for aldersvennlig by

Innenfor WHO's indikatorsystem vil en supplerende indikator for tilgjengelighet til offentlige rom og bygninger typisk være at bygninger oppfyller standarder for universell utforming, det vil si at barn, eldre og personer med funksjonsbegrensninger enkelt kan bruke og forstå uterommene og bygningene, uavhengig av kultur og erfaring med stedet. Dette eksempelet tydeliggjør at indikatorene må tilpasses forholdene i de ulike landene: I Norge vil det være mer naturlig at universell utforming står som kjerneindikator, og ikke som supplerende indikator.

For hver indikator anbefaler guiden tilgjengelige offentlige datakilder eller metoder for å framskaffe data, som for eksempel spørreundersøkelse blant eldre innbyggere. Bruk og kobling av ulike data som statistikk, lokal kartinformasjon og registreringer (GIS-teknologi) kan brukes som effektive verktøy både til registrering i forbindelse med tidlig planarbeid og videre for å evaluere gjennomførte tiltak.

Det finnes mange alternative indikatorsett som er utviklet innenfor ulike konsepter for aldersvennlighet, se figur 2. En av dem har hele 33 indikatorer (the AdvantAge Initiative). I en artikkel påpeker Steels (2015) at uten grundige evalueringer vil det være fåfengt å vurdere virkningen av de ulike programmene for aldersvennlighet. Hun etterlyser et fellessett med indikatorer som kan tilpasses ulike land. Det kan se ut som

om indikatorsettet som er utviklet i regi av WHO (og omtalt ovenfor), kan være et svar på dette. SINTEF vet imidlertid ikke om det foreligger erfaringer fra bruken av disse indikatorene.

I følge Ruza et al. (2014) har ikke WHO's guide for aldersvennlige byer falt i god jord hos byplanleggere og beslutningstakere, og de har derfor ikke adoptert guiden. I følge byplanleggerne og beslutningstakerne er guiden svært overordnet og har få konkrete mål eller anbefalinger.<sup>3</sup> Ruza et al. har derfor utviklet en mal for å evaluere byers aldersvennlighet. Malen er basert på WHO's veileder, men er utvidet med byplanleggingsverktøy og resultater fra egen forskning. Malen skal gi beslutningstakere anledning til å reflektere over sentrale saker og bruke byplanlegging for å sette i gang endring.

Evaluerings av aldersvennlig planleggingsprosesser (både resultatene og prosessen i kommunene) er helt nødvendig for å kunne tilpasse og forbedre prosessene og effektene kontinuerlig.

### 3.4 Hvem er de eldre?

"Eldre" er en stor og svært sammensatt gruppe, med ulike økonomiske og sosiale forutsetninger samt ulike helseutfordringer og hjelpebehov. Likevel er tendensen at man betrakter gruppen som homogen. Aldersspennet strekker seg ofte over to generasjoner og kan omfatte et aldersgap på mer enn 40 år. Det er stadig mer vanlig å snakke om den tredje og den fjerde alderen. Den tredje alder dreier seg om årene etter pensjonsalderen, hvor de fleste eldre klarer seg selv og fortsatt er aktive på ulike måter. Den britiske sosiologen Peter Laslett introduserte begrepet "den fjerde alder" i 1987, om den alderen når mennesker blir skrøpelige og avhengige av hjelp eller sosial støtte i hverdagen. Det er ikke mulig å forutse når den fjerde alder begynner, det varierer med helsetilstand. Det er likevel belegg for å si at den i dag inntreffer tidligere hos mennesker med lav utdannelse og inntekt (Jønsson, 2018).

Den nye seniorgenerasjonen som utgjør den tredje alder, er stor. Denne seniorgenerasjonen vil ha høyere utdanning, bedre helse, lengre levealder, bedre boforhold og økonomi, og flere ressurser å møte alderdommen med. Mer enn noen gang tidligere vil denne ressurssterke eldre delen av befolkningen trolig prege alle markeder, alle samfunnsinstitusjoner, handel og økonomi, etterspørsel og forbruk. Man kan forvente at denne gruppen eldre i større grad vil delta i samfunnsliv, kulturliv, utdanning og frivillig arbeid, og for dem som har muligheter: i næringsliv og arbeidsliv. Når vi snakker om eldrepolitikk og aldersvennlig samfunn for denne gruppen, handler det om forebygging og å motivere folk til selv å ta ansvar for egen alderdom. Dette kan skje ved at man motiverer de eldre til å:

- tilrettelegge egne boforhold og nære omgivelser for alderdommen
- ta del i fysisk, sosial og kulturell aktivitet
- delta i opplæring, opptrening og rehabilitering

Det er nå mer vanlig å omtale denne gruppen eldre som en viktig ressurs for samfunnet: Mange går ut av arbeidslivet, men har fortsatt kapasitet og kompetanse til å gjøre viktige samfunnsoppgaver. Waldbrook et al. (2013) antyder at kommuner i Ontario aktivt rekrutterer eldre fra andre kommuner som en strategi for økonomisk utvikling og vekst, selv om det kan bli utfordrende å møte deres behov med hensyn til helse og omsorg. I de nordiske landene er det omlag 5–10 % av de over 65 år som arbeider. Størst andel arbeidende pensjonister finnes i Norge (39 %), Island (37 %) og Sverige (35 %). Både unge voksne og godt voksne i 60- og 70-årene vil også kunne ha omsorgsoppgaver overfor foreldre eller eldre ektefeller.

Den fjerde alder er fasen hvor eldre får behov for omsorgs- og hjelpetjenester. I Norge gis mye av denne støtten fra den offentlige omsorgstjenesten, selv om pårørende og frivillige også yter en markant innsats. I andre land kan denne fordelingen se helt annerledes ut. I Norge skjedde det en endring når man for cirka 40 år siden valgte å flytte en del av omsorgsarenaen ut av familien og den private sfæren, ved å bygge ut de offentlige velferdsordningene. Denne formen for "outsourcing" av omsorgsoppgaver bidro til større likestilling og

---

<sup>3</sup> Kritikken er framsatt før WHO utviklet indikatorguiden, som kan se ut til å svare på innvendingene.

frigjorde kvinnelig arbeidskraft. Yrkesaktiviteten blant kvinner i Norge er dermed blitt en av de høyeste i verden. De offentlige omsorgsordningene i Norge er videre en av de beste i verden, og de har skapt grunnlag for en oppgavefordeling og et samspill mellom familie og offentlig sektor.

Den løsningen vi fant for 40 år siden, vil imidlertid ikke uten videre være robust nok til å møte de utfordringene vi står overfor de neste tiårene, slik offentlige utredninger har pekt på. De fleste forsøk på å framskrive utviklingen gjennom videre utbygging av dagens system med samme veksttakt som vi har hatt de senere år, ender i en umulig situasjon om noen tiår fordi de økonomiske rammene vil bli sprengt. Utbyggingen av omsorgstjenestene representerer historisk sett en innovasjon, og slik sett kan det gi inspirasjon til å tenke ut nye løsninger også i framtiden. Spådommene om framtidens utfordringer som følge av flere eldre med hjelpebehov, er usikre. Aldersframskrivninger er ikke nok, endringer i sykdomsbildet og livsstil påvirker også. Mye tyder på at den skrøpelige delen av livet vil forskyves, men det er mye usikkerhet knyttet til omfanget av demens. På den andre siden ser vi imidlertid tall som viser tegn til nedgang for diagnoser som demens.

Tilnærmingen til eldre med hjelpebehov har etter hvert blitt mer nyansert: man er ikke enten frisk eller syk, og eldre er ikke enten ressurser eller hjelpetrengende. En tendens er å se at de aller fleste i denne gruppen kan være både en ressurs og en mottaker av tjenester. Nye satsinger som hverdagsrehabilitering og tiltak i *Demensplanen* viser en slik nyansering.

WHO definerer Eldres funksjonsevne som samspillet mellom individ og omgivelser: "Heller enn biologisk alder, kan man snakke om *funksjonell* alder, som nettopp formes i samspill mellom individ og samfunn. En del eldre mennesker med store funksjonstap og helseproblemer kan mestre egen hverdag når omgivelsene er tilrettelagt for dette" (Helse- og omsorgsdepartementet, 2016). Denne tilnærmingen til funksjonsevne har sitt utspring i forståelsen av funksjonshemming som et relasjonelt problem til omgivelsene, se også kapittel 4.1.

#### **Sju prinsipper for aktiv aldring (hentet fra innovasjon i omsorg, NOU 2011:11)**

1. Aktiv aldring gjelder all aktivitet som gir mening og velvære både for den enkelte, familien, lokalsamfunnet og storsamfunnet, og er ikke begrenset til betalt arbeid eller produksjon.
2. Aktiv aldring omfatter alle eldre, også de som av ulike grunner er skrøpelige eller avhengige.
3. Aktiv aldring er først og fremst et forebyggende konsept og involverer derfor alle aldersgrupper gjennom hele livsløpet.
4. Å opprettholde solidariteten på tvers av generasjonene er et grunnleggende trekk ved aktiv aldring.
5. Aktiv aldring innebærer både rettigheter og plikter.
6. En strategi for aktiv aldring må fremme deltakelse og myndiggjøring ("empowerment").
7. Et konsept for aktiv aldring må respektere kulturelle ulikheter og fremme mangfold.

De sju prinsippene for aktiv aldring er utformet av Alan Walker, engelsk professor i sosialpolitikk. Walker sier: "Active ageing is intergenerational: it is about all of our futures and not just about older people. We are all stakeholders in this endeavour" (Walker, 1999; Walker, 2002).

### 3.5 Forutsetninger for et mer aldersvennlig samfunn

#### Suksessfaktorer framhevet i studier

En rekke studier trekker fram suksessfaktorer for aldersvennlige byer. Følgende kriterier peker seg tydelig ut som nødvendig grunnlag for utvikling av aldersvennlige byer (Steels, 2015):

- samarbeid mellom mange ulike aktører (både private og offentlige)
- myndighetenes engasjement
- aktiv involvering av eldre personer
- en politikk som ivaretar både fysiske og sosiale omgivelser

Erfaringene fra blant annet Portland kan ha overføringsverdi til andre byer som ønsker en mer aldersvennlig samfunnsutvikling. I artikkelen "Age-friendly Portland: A University-City-Community Partnership" (Neal, De LaTorre & Carder, 2014) framhever forskerne nødvendigheten av å gripe mulighetene når de byr seg, som for eksempel ved rullering av kommuneplaner i et politisk klima hvor det er vilje til å finne nye løsninger for eldreomsorg. I Portland har samarbeid mellom universitetet og planmyndighetene samt omfattende brukerinvolvering vært viktig for resultatet. En klar fordel har vært at mange målsettinger for moderne planlegging også sammenfaller med aldersvennlighet (for eksempel målene om helsefremmende og sykkelvennlig planlegging og fortetting ved knutepunkter).

I første byene som ble med i nettverket, som Manchester og Brussel, ble det utviklet sterke partnerskap mellom aktører fra offentlig, privat og den tredje sektor<sup>4</sup>. Å legge til rette for økt tverrsektorielt samarbeid ser ut til å ha vært en viktig suksessfaktor for planlegging og stedsutvikling. Likevel mener Steels (2015) at det trengs mer forskning på suksessfaktorer som ligger bak disse samarbeidene. Hva er effekten av at flere aktører samarbeider om politisk engasjement, offentlig finansiering og ulike tiltak? Steels etterlyser mer kunnskap om hvordan kommunale myndigheter sikrer at initiativene er bærekraftige og hva effekten er på det sosiale miljøet.

I sin masteroppgave har Catherine McLean (2017) undersøkt i hvilken grad aldersvennlig samfunnsplanlegging overlapper med eller ligner på etablerte planteorier. Datainnsamlingen hennes er basert på en rekke kanadiske plandokumenter. Hun drøfter om det kan være hensiktsmessig å utvikle en felles politikk der de ulike målene er integrert. Hennes mål er å finne ut hvorvidt en kan utvikle en utvidet ramme for planlegging som kombinerer prinsipper for aldersvennlig samfunnsplanlegging med etablerte planteorier. Hun finner at planleggere og politiske beslutningstakere har møtt en rekke utfordringer når de har forsøkt å integrere aldersvennlige initiativer i ordinær planlegging. Mye henger sammen med at aldersvennlig planlegging ligner for mye på andre kjente planteorier og at den konkurrerer om de samme økonomiske og menneskelige ressursene.

I sin ph.d.-avhandling har Colangeli (2010) undersøkt handlingsrommet planleggere har for å finne fram til modeller og konsepter som kan gjøre byer og lokalsamfunn mer aldersvennlige. Ifølge Colangeli vil planleggere bli mer proaktive og strategiske i sin planlegging av aldersvennlige byer, dersom de kan revurdere sitt ensidige fokus på arealplanlegging. Planleggere bør ifølge ham heller fokusere på langsiktige mål, etablere tillit til politikerne, være mer visjonære og satse på holdningsskapende arbeid, opptre som fasilitatorer og involvere sentrale aktører og samfunnsgrupper. Colangeli synliggjør mangelfull forskning og litteratur om planlegging for et aldrende samfunn. Han finner at planleggere har lite kunnskap om gerontologi, men at det er mange likhetstrekk mellom aktuelle planmodeller og vanlige forskningstemaer innen gerontologi. Han etterlyser derfor økt samarbeid mellom disse fagene, for å skaffe ny kunnskap. Han påpeker også mange sammenfallende trekk med andre planteorier, som kompakt byutvikling. Resultatene bruker han til å utvikle en hybrid planleggingsmodell som han har kalt Wise Growth (smart vekst).

---

<sup>4</sup> Den tredje sektor omfatter alle typer initiativer som ligger utenfor statlig regi og som ikke har profitt som hovedmål. Dette kan være frivillige organisasjoner, sosial økonomi eller sosialt entreprenørskap (Enjolras & Sivesind, 2018).

## Universell utforming

De sentrale målene for universell utforming er full likestilling og deltakelse på like vilkår, uansett art, grad eller omfang av funksjonsnedsettelse. Disse målene har, naturlig nok, også mye til felles med målene for aldersvennlige byer. Tidligere har aldersvennlighet nærmest vært synonymt med økt tilgjengelighet for rullestolbrukere og tilrettelegging for svaksynte og så videre. Målsettingen som ligger i universell utforming om et samfunn som gir muligheter til samfunnsdeltakelse for alle, stiller krav til utformingen av det fysiske miljøet og lokalisering av funksjoner, samt til tenkemåter, holdninger og politiske prioriteringer. Forskning om eldres livssituasjon og hverdagsliv viser imidlertid at eldre som gruppe også har andre og spesielle behov. Behovene er knyttet til den generelle alderdomssvekkelsen, med sine sammensatte funksjonsnedsettelse, både fysiske og kognitive. Disse utfordringene fører til mindre mobilitet, utrygghet og problemer med å opprettholde innhold i hverdagen. *Demensplan 2020* har en målsetting om et mer demensvennlig samfunn og tar inn over seg disse aspektene. Løsningen er ikke å sette sammen kjent kunnskap om behovene til personer med ulike funksjonsnedsettelse, og tro at det vil gi svar på eldres sammensatte behov. I markedsføringen av universell utforming som strategi for samfunnsutvikling er dette delvis gjort, noe som viser et tydelig behov for økt forskningsbasert kunnskap om brukerne. Denne kunnskapen må komme i tillegg til brukerinvolvering.

Holdninger til ulike grupper av mennesker som assosieres med universell utforming, kan påvirke både utbredelsen av universell utforming og antagelig også interessen for aldersvennlig planlegging hos planleggere. Flere studier peker på at eldre har blitt glemt i planarbeid og transformasjonsprosesser (Riseborough & Sribjlanin, 2000, gjengitt i Walford et al., 2017). Når de eldre har blitt sett, har det gjerne vært i forbindelse med lokalisering av sykehjem eller når det har vært fokus på kriterier for inkludering (universell utforming). WHO har pågående prosjekter for å redusere "alderisme"<sup>5</sup> (diskriminering på grunnlag av alder) og bidra til holdningsendringer (WHO, 2018). Å motarbeide aldersdiskriminering og fordommer mot eldre bør også omfatte å regne med dem i planlegging. Dette gjelder eldre både i den tredje og den fjerde alder.

Samfunnet preges fortsatt av at yngre mennesker tillegges større "markedsverdi" enn eldre, noe som kan være en forklaring på hvorfor universell utforming ikke er like attraktivt å arbeide med for planleggere som for eksempel smart-cities eller grønne byer. Mange av de gruppene som i størst grad trenger universell utforming har fortsatt lav status i samfunnet, og eiendomsutviklere ønsker heller å fri til unge friske mennesker (Nørve et al., 2006). Dette fører til at noen svakerestilte grupper, som funksjonshemmede og eldre med skrantende helse, ikke har den samme tyngden til å legge premissene for planlegging. Friske, aktive og velstående eldre er en attraktiv målgruppe, som har gode muligheter til å bli hørt!

Suksessfaktorer for langsiktige strategier for "liveable communities" i USA har blitt evaluert av Institute for Alternative Futures (IAF). Gjennomgangen av strategien til AARP (en forening for pensjonister og den største frivillige organisasjonen i USA) tyder på at mange trender i USA hemmer utviklingen av mer aldersvennlige samfunn. En slik trend er for eksempel "urban sprawl" (byspredning) med sine monofunksjonelle boligområder, stigende energikostnader, klimaendringer og finanspolitiske utfordringer sannsynligvis (Fidler, Olson, & Bezold, 2011). På grunnlag av disse funnene anbefaler Institute for Alternative Futures (IAF) en bred tilnærming til bærekraft og en utvikling av helhetlige strategier for å motvirke disse overordnede negative trendene, samtidig som strategiene også kan bidra til økt livskvalitet for eldre.

---

<sup>5</sup> "Ageism is the stereotyping, prejudice, and discrimination against people on the basis of their age. Ageism is widespread and an insidious practice which has harmful effects on the health of older adults. For older people, ageism is an everyday challenge. Overlooked for employment, restricted from social services and stereotyped in the media, ageism marginalises and excludes older people in their communities. Ageism is everywhere, yet it is the most socially "normalized" of any prejudice, and is not widely countered – like racism or sexism. These attitudes lead to the marginalisation of older people within our communities and have negative impacts on their health and well-being" (WHO, 2018).

### Eksempel: Hvorvidt en by kan bli aldersvennlig, er i stor grad avhengig av bystrukturen

I en aldersvennlig bydel med blandet arealbruk kan beboerne leve på samme sted hele livsløpet. Et eksempel på dette er bydeler med en miks av kontor, næringer og boliger i Paris, som ligger godt til rette for aldersvennlige løsninger. I slike bydeler er det et vell av små restauranter hvor de mange kontoristene kan spise lunsj. Dette kan også komme eldre beboere til gode, fordi de da får mange restauranter i "rullator- eller krykkeavstand" fra sin bolig. I helgene er kontoristene borte, men restaurantene likevel fulle. Da har barnefamilier, vennegjenger, eldre par, enslige og ikke sjelden skrøpelige eldre, som åpenbart er stamgjester, overtatt arenaen.

Bygningsmassen i Paris innehar en ekstrem fleksibilitet ("resiliens") og tetthet, som gir gode muligheter for tilpasninger etter behov. De fysiske strukturene tillater endringer og bytransformasjon. Det har tradisjonelt vært korte avstander til alle nødvendige funksjoner (LAN, 2017). Gentrifiseringen i enkelte sentrale bydeler begrenser imidlertid denne kvaliteten, fordi den blant annet fører med seg en mer homogen næring som fortrenger matbutikkene og servicefunksjoner spesielt.



Figur 6  
Avgjørende faktorer for aktiv aldring. En endring i holdninger til alderdom og eldre mennesker er sentralt for å oppnå aldersvennlige samfunn.

## Bevissthet om mulige barrierer

Buffel og Phillipson (2016) trekker fram tre barrierer for implementering av aldersvennlighet i Storbritannia. For det første kan dårlige økonomiske tider føre til reduserte offentlige tilbud. Da kan bibliotek eller eldre-sentre, som er viktige sosiale møteplasser for eldre, forsvinne. Kommunale innsparinger kan også ramme andre tiltak rettet mot eldre, som for eksempel utvikling av rimelige boliger. For det andre mener Buffel og Phillipson at *gentrifisering* også er et fenomen som kan påvirke eldres livsvilkår i stor grad. Ett eksempel på gentrifisering i en norsk kontekst er utviklingen som skjer på Tøyen i Oslo, hvor blant annet sosiale møteplasser retter seg mot en relativt homogen gruppe av yngre og ressurssterke mennesker. Økning i boligpriser kan på sikt føre til utestengelse av de mindre økonomisk privilegerte eldre. Den tredje utfordringen som nevnes er *privatiseringen* av det offentlige rom og at enkelte grupper kontrollerer byrommet, noe som fører til at andre blir utestengt. Buffel og Phillipson argumenterer for at forskning om aldring må kombineres med forskning om byutvikling for at man fullt ut skal kunne forstå mulighetene og begrensningene som aldersvennlige steder fører med seg.

## 3.6 Aldersvennlige byer i Norge

Stortingsmeldingen *Leve hele livet – En kvalitetsreform for eldre* (Helse- og omsorgsdepartementet, 2018) foreslår et nasjonalt program for et aldersvennlig Norge. Å bare bygge ut dagens tjenestetilbud i takt med den demografiske utviklingen, vil ikke være tilstrekkelig for å møte de nye eldregenerasjonene. Denne meldingen inviterer derfor de eldre selv og befolkningen for øvrig til å være med på å skape et mer aldersvennlig Norge. Aldringen av befolkningen berører alle samfunnsområder, markeder og sektorer. *Leve hele livet* vil ha som en av sine hovedsaker å følge opp *Flere år – flere muligheter. Regjeringens strategi for et aldersvennlig samfunn* (Helse- og omsorgsdepartementet, 2016), og bidra til å sette denne strategien ut i livet i kommuner og lokalsamfunn i hele landet. En viktig forutsetning for dette arbeidet er at det skal bygge på et bredt partnerskap mellom offentlige myndigheter i stat og kommune, arbeids- og næringsliv, private aktører, sivilsamfunn og forsknings- og utdanningsinstitusjoner. Programmet skal utfordre den eldre befolkning til selv å engasjere seg i planlegging av egen alderdom og utforming av sine omgivelser. Samtidig blir det viktig å sørge for at også helse- og omsorgssektoren gjør sin del av arbeidet ved å skape aldersvennlige sykehus, sykehjem, botilbud og tjenester. Det nasjonale programmet for et aldersvennlig Norge har fem hovedelementer:

### 1. Planlegg egen alderdom

I møte med de demografiske endringene blir det nødvendig å utfordre befolkningen til selv i større grad å ta ansvar for å planlegge for egen alderdom. Programmet legger derfor opp til en informasjonskampanje med disse fokusområdene:

- tilrettelegge egen bolig
- investere i venner og sosialt nettverk
- opprettholde best mulig funksjonsevne gjennom et aktivt liv

### 2. Eldrestyrt planlegging

Kommunene bør involvere eldre i arbeidet med å planlegge og utforme nærmiljø og lokalsamfunn. Metoden "Seniortrakk", som er testet ut i tre ulike kommuner, har vist hvordan eldrerådene selv kan delta aktivt i kartlegging og planlegging av et trygt og aldersvennlig nærmiljø. Pensjonistforeninger og eldre involveres i arbeidet. Resultatet av kartleggingen oppsummeres og adresseres både til kommunen, næringslivet, lokale organisasjoner og sentrale myndigheter.

### 3. Nasjonalt nettverk

Norge knytter seg til Verdens helseorganisasjon sitt globale nettverk for aldersvennlige byer og kommuner (WHO's Global Network for Agefriendly Cities and Communities), og støtter og koordinerer det lokale arbeidet gjennom å etablere et eget nasjonalt nettverk for norske kommuner i samarbeid mellom regjeringen og KS.



#### **4. Partnerskap på tvers av sektorer**

Regjeringens strategi for et aldersvennlig samfunn skal også realiseres på nasjonalt nivå gjennom planprosesser i alle bransjer og sektorer. Det nasjonale nettverket inviterer derfor til en partnerskapsordning for institusjoner, organisasjonsliv, utdanning, forskning og næringsliv med sikte på å skape mer aldersvennlige institusjoner og bedrifter.

#### **5. Seniorressursen**

Det samlede verdibidraget til samfunnet fra pensjonister gjennom formelt og uformelt frivillig arbeid er i en undersøkelse anslått til vel 45 000 årsverk, eller litt over 25 milliarder kroner for 2016. Undersøkelsen konkluderer med at potensialet for ytterligere bidrag fra pensjonister er stort, og at det totale bidraget nesten kan dobles mot 2030. Det forutsetter imidlertid mer målrettet rekruttering, organisering og tilrettelegging gjennom ulike organisasjonsformer i offentlig og privat regi.

I kapittel 8 presenteres erfaringer med aldersvennlige områder i Trondheim og i Oslo.

### **3.7 Oppsummering**

#### **Nasjonale forventninger – stort potensial**

Mange mennesker, blant annet eldre og barn, har lenge vært diskriminert gjennom design. Endringer av det bygde miljøet er tidkrevende, selv om det er økende forståelse for at alle kan dra nytte av inkluderende omgivelser. Disse omgivelsene dreier seg ikke bare om bygninger, men også rommene mellom bygningene og sosiale møtestedet.

Som tidligere nevnt er fysisk tilgjengelighet i og utenfor bygninger et sentralt mål for aldersvennlige samfunn. Gjennom et målrettet arbeid med universell utforming gjennom flere år har derfor Norge et godt grunnlag for å utvikle aldersvennlige steder. Det målrettede arbeidet har dreid seg både om å endre holdninger blant aktørene og å utvikle metoder for tverrsektorielle og tverretatlige prosesser. Mange kommuner er godt i gang med arbeidet om å implementere universell utforming i planarbeidet. Vi kan også se en økende satsing på miljøvennlig byutvikling der flere av kriteriene overlapper med kriterier for en aldersvennlig by- og stedsutvikling, som for eksempel mål om fortetting ved trafikknutepunkter. Det ligger et stort potensial i å tilpasse arealbruk, bolig, transport og lokalsamfunn, for å legge til rette for eldres deltakelse i samfunnet.

Det er en klar fordel at mange overordnede målsettinger fra myndighetenes side sammenfaller med målene om aldersvennlighet, som blant annet helsefremmende og sykkelvennlig planlegging, nærhetsbyen og fortetting ved knutepunkter. Flere offentlige dokumenter og strategier bereder grunnen for planlegging som tilgodeser eldre. Tiden er inne politisk og det er nå opp til kommunene å gripe mulighetene. I statlige planretningslinjer og i nasjonale forventninger til regional og kommunal planlegging legges det vekt på framtidsrettet by- og tettstedsutvikling. Regjeringen har lagt fram en stortingsmelding om bærekraftige byer og sterke distrikter. Et felles nordisk samarbeidsprosjekt om utvikling av byer og tettsteder skal møte felles utfordringer i de nordiske landene. Nærmiljø- og lokalsamfunnsutvikling er løftet fram som et utviklingsområde i folkehelsepolitikken, jamfør Meld. St. 34 (2012–2013) og Meld. St. 19 (2014–2015). Mennesker skal settes i sentrum for planlegging og utvikling og det legges vekt på å utvikle mer kunnskap om helsefremmende nærmiljøkvaliteter.

#### **Veien videre**

Det siste tiåret har det i norsk politikk vært betydelig fokus på universell utforming og å gjøre det bygde miljøet tilgjengelig for alle. Prinsippene for universell utforming skal ligge til grunn for funksjonell kvalitet i planlegging av bygninger, boliger og uteområder for allmenheten, og en antidiskrimineringslov har styrket de sivile rettighetene på dette feltet. Nye boliger synes å oppfylle intensjonene i loven om å legge til rette for

bevegelseshemmede, mens andre gruppers behov, som for eksempel personer med kognitive utfordringer eller eldre med sammensatte helseproblemer, i langt mindre grad er tilgodesett. Planlegging for aldersvennlighet fordrer økt kunnskap om deres spesifikke behov.

Eldre er en stor og sammensatt gruppe, med forskjellige behov og preferanser. Det er derfor nødvendig med et bredt spekter av tilbud og funksjoner, men også mer spesifikk kunnskap om disse behovene. Mange kommuner har utstrakt lokal kunnskap om sine seniorer og hvordan de bor. Men kommunene trenger en mer helhetlig kunnskapsoversikt over hvor eldre bor, hvor gamle de er og hvilke utfordringer de har. En slik kartlegging kan danne grunnlaget for målrettet planlegging som ivaretar de eldre generasjonene. Her kan forskningsmiljøer bidra med kunnskapsutvikling.

## 4 Et mer demensvennlig samfunn

*Forfatter: Pernille Schanche Feragen, NTNU*

Som for alle med funksjonsnedsettelse, handler det for personer med demens om å bygge ned barrierer i de fysiske og sosiale omgivelsene for å sikre fortsatt deltakelse og likestilling. Søkelyset bør derfor i like stor grad rettes mot omgivelsene, som mot egenskaper og ressurser hos hver enkelt person. Dette kapittelet bygger på et studiearbeid av Pernille Schanche Feragen i emnet byforming og arkitektur ved NTNU (Feragen, 2017). Kapittelet viser hvilke urbane designprinsipper som bidrar til bedre omgivelser for brukerne med demens. Her legges det spesielt vekt på demensvennlig formgivning av byer og tettsteder.

### 4.1 Innledning – Et samfunn for alle

Personer med demens har, som alle andre, både behov for og rett til å delta i ulike fellesskap. Mange lever med demens i mange år, og enkelte får demens på et tidspunkt hvor de fremdeles er i arbeid og har forsørgeransvar. Demens er derfor noe som angår hele samfunnet, og som også arbeidslivet må ha kunnskap om og forholde seg til. Målet om et samfunn som gir mulighet til samfunnsdeltakelse for alle, stiller krav både til utforming av det fysiske miljøet og til tenkemåter, holdninger og politiske prioriteringer. Helse- og omsorgsdepartementets *Demensplan 2020* bygger på en tanke om at vi så langt som mulig bør søke løsninger som kompenserer og reduserer følgene av demens (Helse- og omsorgsdepartementet, 2015c). Universelle løsninger trekker oppmerksomheten bort fra den enkeltes funksjonsnivå. På den måten bidrar de universelle løsningene til å redusere hjelpeløsheten eller stigmatiseringen som personer med demens kan føle når de ikke er i stand til å beherske omgivelsene uten særskilt hjelp. Begrepet "funksjonsnedsettelse" defineres i politiske dokumenter i dag som "det misforhold som måtte foreligge mellom individets forutsetninger på den ene siden, og de funksjonskrav som fysiske og sosiale omgivelser stiller til den enkelte på den andre siden" (Helse- og omsorgsdepartementet, 2015; Helse- og omsorgsdepartementet, 2005). Slik er det også når nedsatt funksjonsevne handler om demens og kognitiv svikt. Dette kapittelet legger vekt på hvor viktig det er å skape et mer demensvennlig samfunn, framfor å etablere egne samfunn for personer med demens.

*Demensplan 2020* går langt i å definere mål for et mer demensvennlig samfunn, men er ikke veldig konkret på hva dette innebærer for urban design og arkitektur. Gamle måter å møte behovene til personer med demens på har vist seg å være lite hensiktsmessige, noe som ikke kun er uttalt av brukerne selv, men som også er tydelig i dagens politikk. Mens den gamle løsningen var å ta folk med demens ut av samfunnet, peker nyere forskning og dagens politiske retningslinjer mer i retning av at personer med demens skal være en integrert del av samfunnet (Helse- og omsorgsdepartementet 2015c; Helse- og omsorgsdepartementet, 2011). Spørsmålet er da: Hva slags designløsninger kan støtte denne nye ambisjonen?

### 4.2 Bakgrunn og problemstilling

#### Tilrettelegging gjennom urban design

Det finnes en god del tilgjengelig litteratur om demensvennlig design av boliger, interiør og sansehager, og som arkitekter enkelt kan finne på nettet og biblioteker. Dessverre er det mangel på tilgjengelig kunnskap om hvordan personer med demens kan bo for å fortsette å delta i samfunnet. Nasjonalforeningen for folkehelsen driver med holdningsskapende arbeid der de formidler kunnskap om demens for blant andre taxisjåfører og bankansatte. Målet er å gjøre det lettere for personer med demens å fortsatt være aktive også utenfor hjemmet.

Arkitekter og planleggere mangler fortsatt tilstrekkelig kunnskap om og forståelse for de fysiske omgivelsenes rolle i hverdagen til personer med demens. Bygging og endring av fysiske omgivelser representerer ofte store

investeringskostnader. Det er en svært kortsiktig løsning å bygge flere tradisjonelle omsorgsinstitusjoner som svar på økende antall eldre. Slike store bygningsmasser er dyre både i oppføring og i drift, og de legger rammer for ressursbruk og hverdagsliv for flere tiår framover. Omsorgsinstitusjonene er dessuten ofte plassert langt utenfor sentrum av byer og tettsteder, slik at beboerne må flytte bort fra sine nærområder og blir mer isolerte fra samfunnet.

Det finnes også en grense for når det å bo hjemme fortsatt vil være den beste løsningen. Institusjoner har noen kvaliteter som kan gi bedre livskvalitet for skrøpelige eldre mennesker. Veldig syke og skrøpelige eldre føler seg ofte ikke lenger hjemme i sitt eget hjem (Alvsvåg & Tanche-Nilssen, 1999; Normann, 2008). For noen innebærer institusjoner et profesjonelt miljø som virker beroligende fordi de føler at de kan få den hjelpen de trenger.

I skandinaviske land har det lenge vært arbeidet for et inkluderende samfunn, der alle kan delta. Målet med universell design er å inkludere alle. Likevel har personer med demens, eller kognitiv svikt, ikke blitt inkludert i dette arbeidet på samme måte som personer med fysiske funksjonsnedsettelse. Problemstillingen i dette kapittelet er som følger: Hvordan kan urban design gjøre det mulig for personer med demens å bo i samme nærområde livet ut og leve det livet de ønsker i kjente omgivelser?

### **To motstridende behov**

I arbeidet med å identifisere formgivningsprinsipper for demensvennlige nærområder er det noen motstridende behov. Behovet for trygghet og behovet for å bevare livskvaliteten med et rikt sosialt liv kan ofte stå i konflikt med hverandre. Dette er ett av flere dilemmaer som arkitekter må forholde seg til: på den ene siden hensynet til å skjerme personer med demens mot for mange inntrykk, og på den andre siden ønsket om å tilrettelegge for et miljø med meningsfulle aktiviteter og tilknytning til storsamfunnet. Et ensidig fokus på sikkerhet og risiko bidrar til at vi opprettholder og fortsetter å skape kontrollerte, institusjonelle miljøer. Det er viktig å være bevisst på at dette kan gi konsekvenser for deltakelse og aktivitet for personer med demens.

Jonas Anderson, som tar utgangspunkt i Erving Goffman, definerer begrepet "total institusjon" som de stedene hvor grensen mellom utside og innside er gjort vanskelig å passere (Anderson, 2011). Slike institusjoner legger opp til et passivt og lite sosialt liv, noe som igjen kan føre til aggresjon og agitasjon hos dem som bor der. Å være i stand til å nå ut og se hva som skjer rundt boligen, er viktig for å holde seg aktiv, både fysisk og mentalt. Den gode hjemligheten som man opplever i et vanlig hverdagsliv, avhenger av kontakt med hendelser og rom som er offentlige og ikke bare hjemlige og intime (Anderson, 2011; Hauge & Jacobsen, 2008). Derfor er det viktig å tilrettelegge for tilgang til gode offentlige rom og offentlige tilbud. Cohen-Mansfield, psykolog og professor ved Tel Aviv University, vektlegger at personer med demens først og fremst trenger meningsfulle aktiviteter, ikke medisiner:

En person med demens har ikke brutt noen lover. Om pasientene føler at de er i et fengsel, så er det kanskje ikke så rart at de blir opprørte. Symptomer på agitasjon og psykoser kommer ikke fra enkeltpasienten, men fra hva slags omgivelser vi tilbyr for ham eller henne. (Cohen-Mansfield, 2016)

Det finnes mange guider for demensvennlig design der målet er å skape rolige omgivelser. For eksempel skal såkalte "rolige" farger være bedre enn sterke farger og mønstre, fordi sistnevnte kan gi negative reaksjoner (DSDC, 2017). Mange institusjoner legger opp til å beskytte beboere med demens fra for mange inntrykk. Men å tenke på denne måten innebærer at man betrakter "folk med demens" som en homogen gruppe. Personer med demens er like forskjellige, med egne personlige preferanser og evner, som alle andre. I tillegg er det ulike stadier av demens og sykdommen påvirker personer forskjellig. En person med demens kan ha behov for svært rolige omgivelser på en vanskelig dag eller i kortere perioder, men det trenger ikke bety at det er lurt å fjerne muligheten for deltakelse og passiv aktivitet i hverdagen.

Sosiologen Jaber Gubrium har brukt mesteparten av livet på å forske på sykehjem og var en av de første, kanskje den første, til å skrive akademisk om og undersøke såkalt passiv aktivitet blant de skrøpeligste eldre. Dette er aktivitet som folk nesten ikke merker, men som har en mye større innvirkning på hverdagen til sykehjemmets beboere enn for eksempel aktiviteter organisert av en fysioterapeut eller musikalske hendelser, siden den passive aktiviteten skjer kontinuerlig (Gubrium, 1997). Mange eldre, også skrøpelige eldre, ønsker aktivitet rundt seg. De ønsker å "være der det skjer", rett og slett. I sykehjem ser vi ofte konkrete utslag av slike ønsker når beboere som er i stand til det, forflytter seg eller ber om å bli flyttet til steder der de kan observere ting som skjer – slik som personale som går ut og inn av personalrommet, biler som parkerer på parkeringsplassen, barn på vei til skolen og så videre (Jacobsen 2015). Ifølge Gubrium (1997) er slike observasjoner en form for passiv aktivitet som er viktig for opplevd livskvalitet.

Så hva innebærer alt dette når man planlegger boliger og nærområder for personer med demens? Skal omgivelsene primært være rolige og beskyttende, eller kan de også tilby mer meningsfulle og pulserende aktiviteter og for eksempel være en del av et byliv? Hvis vi følger innsikten fra forskere som Gubrium (1997), Cohen-Mansfield (2016) og Anderson (2011), lar det seg gjøre å nå begge mål samtidig. Så lenge folk fortsatt kan trekke seg tilbake til rolige og private rom når de ønsker, vil det være en fordel for dem å ha muligheten til å passivt observere eller aktivt delta i sine nærområder og slik være en integrert del av samfunnet.

### **4.3 Kriterier for å utvikle demensvennlige byer**

#### **Innsikt fra brukerne selv**

For arkitekter og planleggere er innsikt fra brukerne selv helt nødvendig for å skape fysiske omgivelser som støtter opp under, og ikke er til hinder for, at personer med demens kan være aktive i samfunnet og delta i sosialt liv.

#### **Nærhet til funksjoner**

For at personer med demens skal kunne delta i samfunnet, må de ha nærhet og lett tilgang til funksjoner og tilbud som de trenger i hverdagen, som for eksempel matbutikk, frisør, apotek, grøntområder og dagaktivitetssenter. Samlokalisering av helse- og omsorgstilbud sammen med vanlige sentrumsfunksjoner, vil kunne styrke sentrum i små lokalsamfunn. Flere folk vil gi mer liv til gater og byrom, samtidig som omsorgstilbud og andre tilbud blir mer attraktive. Det beste for personer med demens er om utviklingen skjer i området der de allerede har levd og hatt sitt hverdagsliv tidligere.

#### **Multifunksjonelle områder**

Et overordnet mål er å sikre kontinuitet i livet for mennesker med demens, både når det gjelder miljø- og boforhold, relasjoner til familie og venner, aktiviteter og helse- og omsorgstjenester. Dette målet kan oppnås gjennom å integrere ny innsikt i urban planlegging. Kjente omgivelser gjør det lettere for personer med demens å klare seg selv. Det er for eksempel lettere å handle mat på nærbutikken en kjenner fra før, eller å gå tur i parken en har pleid å gå i, enn å finne fram i nye omgivelser.

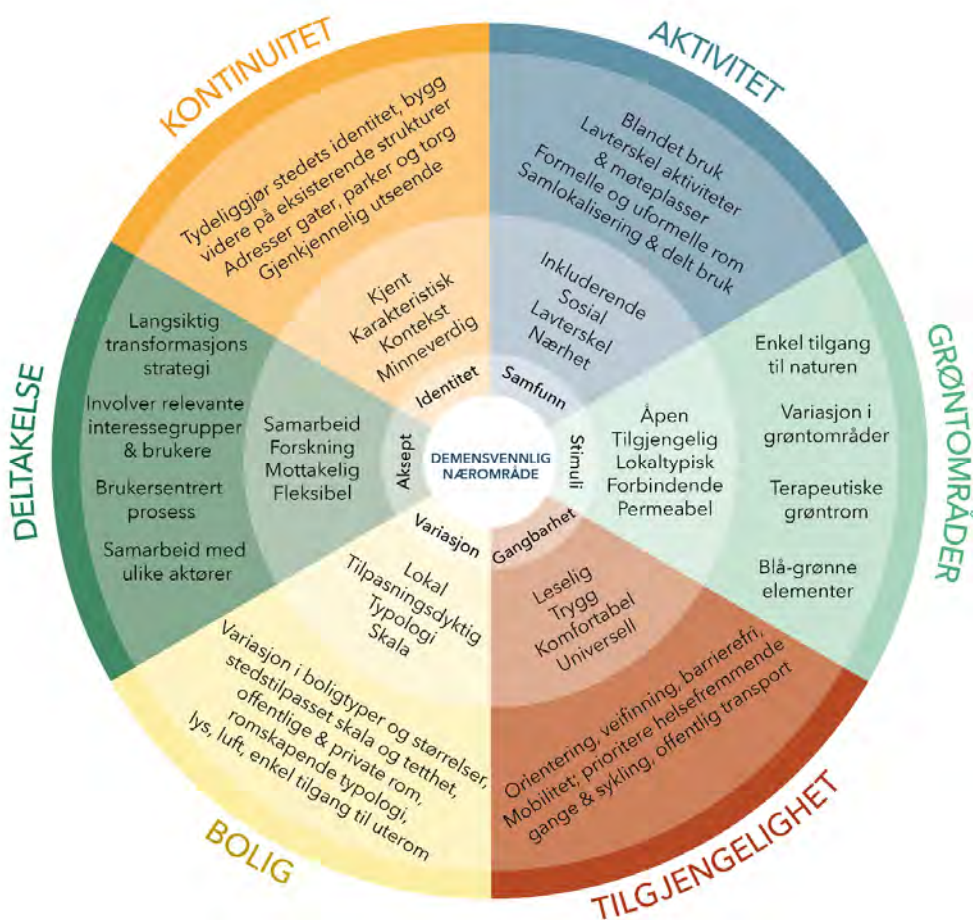
Ofte blir folk som benytter ulike omsorgstjenester plassert på svært forskjellige steder, gjerne langt fra hverandre. Sykehjem, omsorgsboliger og trygdeboliger kan være plassert på vidt ulike steder og langt fra hvor folk flest bor. Men om helse- og omsorgstilbudene er i samme område, trenger ikke folk å flytte så langt fra sitt eget nærområde, og de slipper den enorme belastningen det er å flytte til et helt nytt sted. Om man blir i samme nærområde som før, er det også lettere å fortsette med kjente aktiviteter og opprettholde sitt sosiale nettverk. Da minsker sjansen for ensomhet og inaktivitet.

I helsesektoren er det vanlig å knytte boligbehov til diagnoser eller grader av skrøpelighet. Et dansk modellprogram (Bascon, 2010; Høyland, Kirkevold, Woods & Haugan, 2015) peker på hvor viktig det er å utvikle en omsorgskultur der det å mestre tap og ivareta det som er friskt står like sentralt som det å pleie det som ikke fungerer. Å også fokusere på for eksempel hvor sosialt orientert man er, hvilke interesser man har og hva man liker å gjøre på, kan bidra til at man utvikler tilbud som vektlegger hele mennesket, både det friske og det syke (Daatland et al., 2014; Høyland et al., 2015). I mange omsorgsinstitusjoner er det få alternativer for aktiviteter sammen med familie og venner, uten at beboeren må hentes med bil og kjøres langt avsted. Terskelen blir da høy for å tilbringe tid sammen utenfor institusjonen eller å drive med aktiviteter som beboeren er vant med fra før.

## 4.4 Prinsipper for demensvennlig by- og tettstedsforming

### 4.4.1 Demensvennlig planlegging – diagram

I de neste underkapitlene har vi samlet kunnskap fra referanseprosjekter og forskning og oversatt disse til urban designprinsipper for utvikling av demensvennlige nærområder. Prinsippene er kategorisert under seks temaer: kontinuitet, aktivitet, grøntområder, tilgjengelighet, bolig og deltakelse. Temaene oppsummeres kort med tre hovedprinsipper i hvert av underkapitlene. Gjennomgangen baserer seg på masteroppgaven til Pernille Schanche Feragen *Demensvennlig nærområde. Forskning og urban designprinsipper for demensvennlig utvikling* (Feragen, 2017).



Figur 7

Diagram som viser prinsipper for demensvennlig by- og tettstedsforming, hentet fra masteroppgaven til Feragen (2017).

#### 4.4.2 Kontinuitet

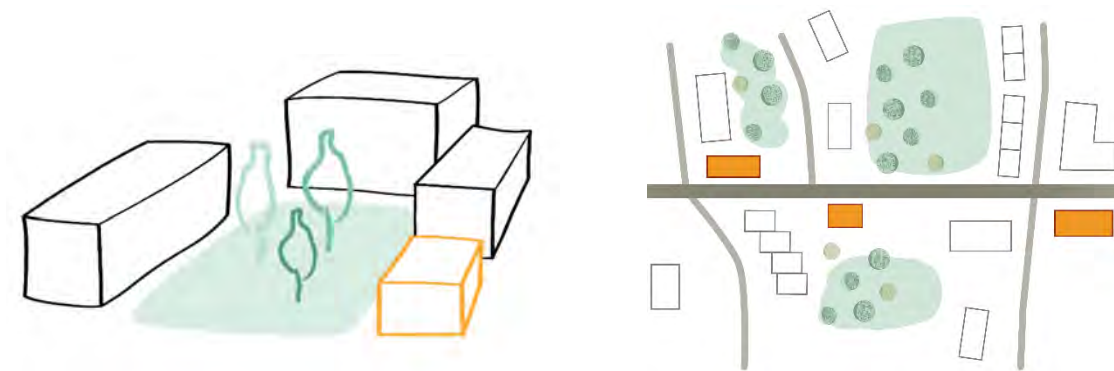
Hovedprinsipper:

1. tydeliggjør stedets identitet ved å bygge videre på eksisterende strukturer
2. adresser gater, parker og torg
3. gjenkjennelig utseende

Mål: Stedets identitet er tydelig og personer med demens kjenner seg igjen.

##### *Tydeliggjør stedets identitet ved å bygge videre på eksisterende strukturer*

Ved å bygge videre på det som er fra før, vil en styrke stedets allerede eksisterende identitet, i stedet for å forsøke å skape noe helt nytt som ikke har noe med stedet å gjøre. Stedets særegenheter, spesielle trekk og historiske arv bør legges til grunn for videre utvikling, slik at en ikke risikerer at folk som kjenner og allerede bruker stedet ikke lenger føler tilknytning.



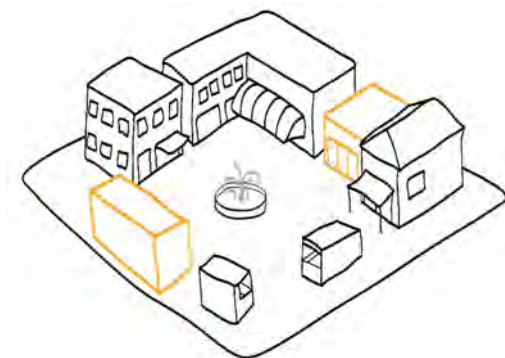
Figur 8

Til venstre: Nye boliger bør integreres i eksisterende typologier. Til høyre: Nye funksjoner og bygg bør plasseres langs hovedveier for gående.

Å legge noe til det som er fra før, i stedet for å bytte ut eller endre, gjør det lettere for personer med demens å kjenne seg igjen og finne veien. Man bør legge til i eksisterende strukturer og typologier og la større grøntområder og parker bli værende, og heller utvide eller knytte de eksisterende strukturene sammen.

##### *Henvende til gater, parker og torg*

Torg og sentrums plasser kan styrkes ved å legge til flere funksjoner og tilbud rundt dem, og ved å tydeliggjøre rommets form med nye bygg og konstruksjoner.



Figur 9

Nye funksjoner og bygg bør legges til og være synlige fra eksisterende torg og byrom



I dag er det vanlig å ha flere offentlige tilbud knyttet til sykehjem. Eksempler er gjerne kafé, frisør, fotpleie og kanskje til og med svømmehall. Men en kafé som ikke kan ses tydelig fra gaten, vil ikke oppfattes som åpen for alle, og den kan dermed virke mot sin hensikt ved å ikke trekke folk inn. Det er også lettere å finne for eksempel en frisør dersom man kan se den fra der man uansett pleier å gå. Det samme gjelder alle daglige funksjoner som benyttes i løpet av en vanlig uke.

### *Gjenkjennelig utseende*

For at personer med demens skal kunne bo hjemme, må de kunne gjenkjenne de fleste bygninger, rom og funksjoner. Det er derfor viktig at en butikk lett kan forstås som en butikk, en benk ser ut som en benk og en pub ser ut som en pub. Moderne design kan tidvis være krevende å forstå.



Figur 10

Bildet til venstre viser en benk med tradisjonelt design. Foto: pixabay.com. Bildet til høyre viser en benk med moderne design. Foto: pinterest.com

### **4.4.3 Aktivitet**

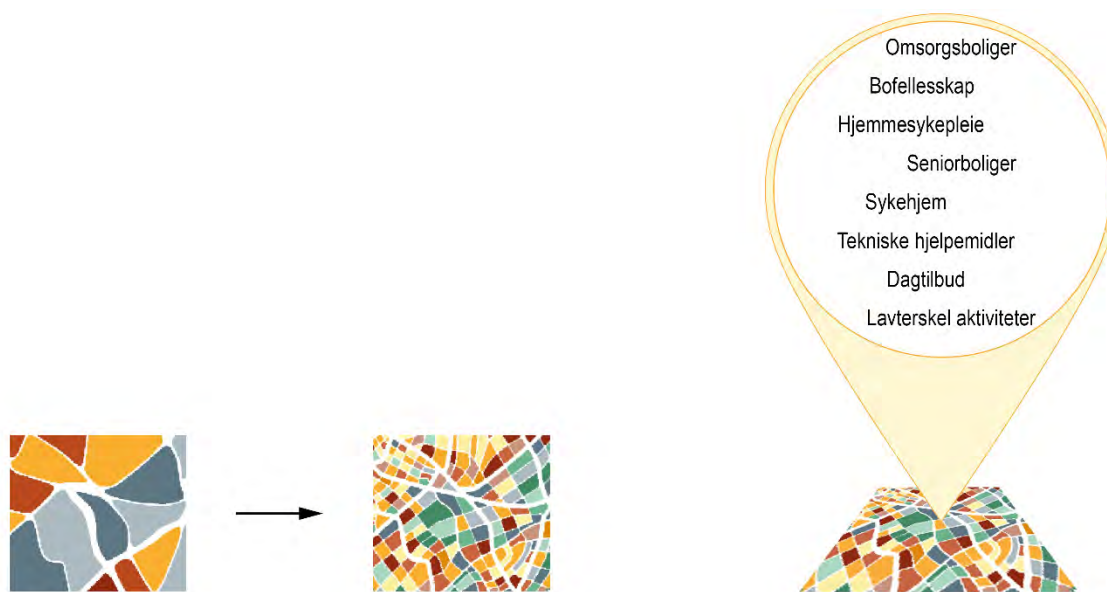
Hovedprinsipper:

1. blandet bruk
2. lavterskelaktiviteter og møteplasser
3. samlokalisering og delt bruk

Mål: Personer med demens kan fortsette å delta i lokalsamfunnet

#### *Blandet bruk*

Det finnes mange grunner til å ønske at et nærområde skal være gangvennlig. Personer med demens har ikke mulighet til å kjøre bil, og i tillegg er det viktig for dem å få nok mosjon og dagslys i hverdagen. Alt en trenger i løpet av en vanlig uke, bør dermed være innen gåavstand. En bør derfor planlegge flerbruksområder, slik som er vanlig i byer, og unngå større områder med kun én bruk, slik som boligområder.



Figur 11

Heller enn å utvikle større områder med samme bruk, som for eksempel rene boligområder, bør man utvikle flerbruksområder i den grad det er mulig. Det er også mer alders- og demensvennlig med samlokalisering av helse- og omsorgstjenester sentralt i tettsteder og byer.

Som nevnt er det lurt å samlokalisere helse- og omsorgstjenester, slik som omsorgsboliger, sykehjem for korttidsbehandling og aldersvennlige boliger med kommunal støtte. På den måten kan en person bli i samme nærområde når helsen svikter og på ulike stadier i demensutviklingen.

Det er ikke nødvendig å lage egne "landsbyer" hvor det kun bor personer med demens, og der butikker og kaféer er laget spesielt for dem. Hvis ansatte i eksisterende lokalbutikker heller får opplæring om demens, vil personer med demens kunne gå til samme butikk som før, uten at det krever ekstra bygg- og driftskostnader. Å plassere boliger egnet for personer med demens nær vanlige butikker vil derfor kunne spare ressurser, gi flere kunder til lokale virksomheter og bidra til mer folkeliv på flere tider av døgnet. Det vil også hjelpe personer med demens å kjenne seg igjen, og det blir lettere for pårørende å besøke om de eldre bor i nærheten av andre hverdagsmål.

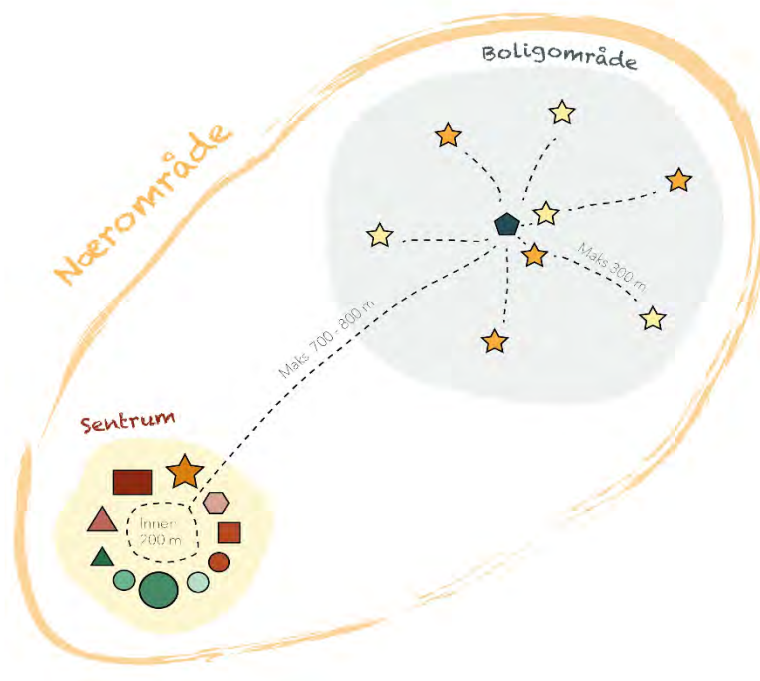


Figur 12

Hjemmet bør legges nær butikker og kollektivtransport.

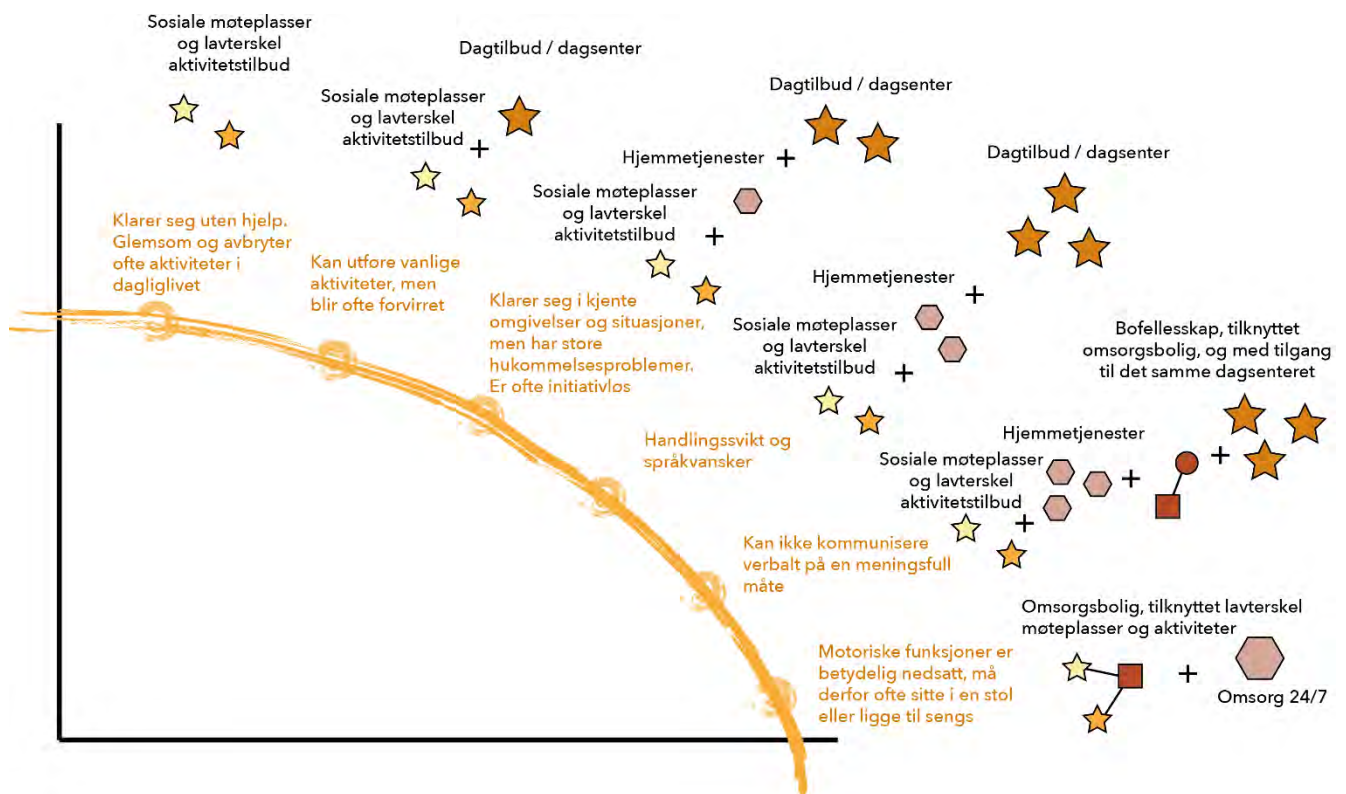
Det blir enklere å dra ut eller hjelpe noen ut om det lokale aktivitetssenteret, nærbutikken og kafeen der du kan møte venner ligger nær hverandre. Det er også lettere for personer med demens å huske hva de trenger når det er synlig fra der de er. For eksempel kan man bli minnet på å klippe håret eller å ta et måltid dersom man ser frisøren og kafeteriaen fra parken eller torget.

-  Boenhet
-  Bokollektiv
-  Omsorgsboliger
-  Sykehjem korttidsopphold
-  Hjemmetjeneste
-  Dagsenter
-  Helsetjenester (Legekontor o.l.)
-  Apotek
-  Matbutikk
-  Kafé, Spiseri
-  Butikker
-  Lavterksel aktiviteter
-  Uformelle møteplasser



Figur 13  
Prinsippskisse for nærområde som viser eksempler på hvilke funksjoner som trengs, samt plasseringen av disse.

Integrering av demensvennlige leiligheter sentralt plassert i nærmiljøet, vil gi folk mulighet til å flytte mens helsen fortsatt er ganske god, uten å måtte flytte igjen når behovet for omsorg øker. En slik mulighet vil mykne overgangen mellom de senere stadiene av demens. I tidlige stadier av demens er det lettere å klare seg hjemme og å etablere gode vaner som vil kunne opprettholdes videre i sykdomsforløpet dersom man forblir boende i sitt nærmiljø.



Figur 14  
Grafen viser stadier av demens, med forslag til tilhørende helsetjenester og boligtyper.

### Lavterskelaktiviteter og møteplasser

Nær alle boliger bør det også være tilrettelagt for lavterskelaktiviteter og møteplasser, for å motvirke kjedsomhet og ensomhet. Dersom det er lett å søke sosial kontakt, komme i fysisk bevegelse, eller rett og slett bare ha noe å se på, er det mer fristende å gå ut en liten tur. For de skrøpeligste eldre er det mange aktiviteter å ha glede av å se og følge med på, selv om de ikke klarer å delta i dem selv. Som allerede nevnt er en av de viktigste aktivitetene som holder denne gruppen av eldre våkne og aktive er det å observere liv. Bare det å være i stand til å snu seg rundt i rullestolen og se livet omkring, og ikke bli stengt inne slik at de ikke kan se hva som skjer på gaten utenfor, har stor innvirkning på livskvaliteten. Passiv observasjon krever både energi og oppmerksomhet.



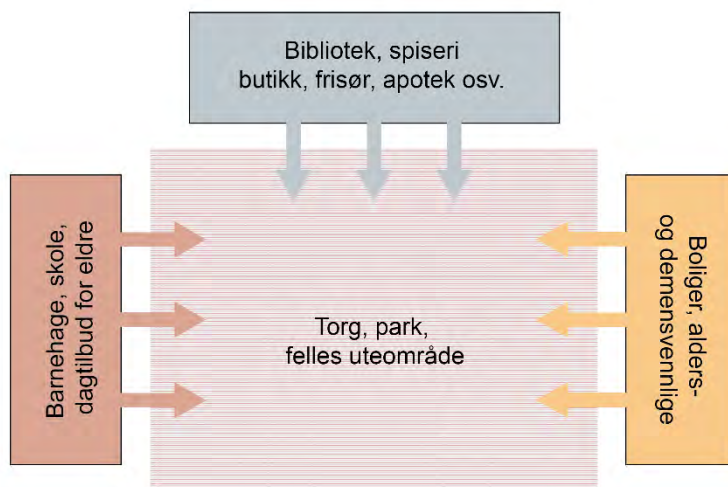


Figur 15

En dame som vannet blomster på balkongen sin og som er tydelig mer opptatt av å se på det som skjer utenfor (DSDC 2017).

### *Samlokalisering og delt bruk*

Det er bedre å møte folk på grunn av felles interesser enn å møtes under "tvang" på grunn av et felles behov for medisinsk bistand. Målet er å samle så mange forskjellige mennesker som mulig og blande brukergrupper. Møteplasser som legger opp til møter mellom generasjoner, bør ha høy prioritet. For eksempel kan en barnehage og en omsorgsbolig dele uteplass, omsorgsboliger og andre boliger kan dele grøntområde og mange sentrumsfunksjoner, og flere typer boliger kan dele park og torg.



Figur 16

Samlokalisering og delt bruk av uteområder

#### 4.4.4 Grøntområder

Hovedprinsipper:

1. enkel tilgang til naturen
2. variasjon i grøntområder
3. terapeutiske uterom

Mål: Personer med demens i alle aldre kan få nok stimuli fra lys og natur.

##### *Enkel tilgang til naturen*

Personer med demens har ofte problemer med døgnrytmen, så det er viktig å være i kontakt med naturen og få nok dagslys.

Det er flere faktorer som påvirker hvor tilgjengelige grøntområder er, og en av dem er synlighet. Alle bør kunne se grønne områder fra vinduer, balkongen og/eller fra dørterskelen, og spesielt er dette viktig i boliger for eldre med demens. Planter eller trær som tiltrekker seg fugler, kan plasseres i parker og hager ved boliger for å skape mer interesse.



Figur 17

Demens kan påvirke døgnrytmen negativt, og derfor er det ekstra viktig med tilgang til naturlig lys. Det hjelper også å være nær naturen, slik at man får se plante- og dyreliv og skifter i årstider.

##### *Variasjon i grøntområder*

Forskjellige planter i hvert av grøntområdene vil gjøre uteområdene lettere å gjenkjenne og skille fra hverandre, og er derfor nyttig for orientering. Flere forskjellige aktiviteter og ulike nivåer av aktive eller rolige uteområder gjør det mulig å oppsøke forskjellige opplevelser etter behov.

##### *Terapeutiske uterom / sansehager*

En australsk studie fra 2012 viste at når personer med demens hadde tilgang til sansehager, økte opplevd livskvalitet med om lag ti prosent, depresjon gikk ned med cirka ti prosent, mens urolig oppførsel gikk ned med nesten femti prosent (Høyland, 2017). Det er dessverre vanlig å lage terapeutiske hager som ikke blir brukt, eller hvor en del brukere ikke kommer til. Brukerinvolvering er helt nødvendig for å skape en vellykket sansehage. Man bør snakke med brukere tidlig i prosessen, samt observere og prate med brukere etter at sansehagen er fullført slik at man kan lære til senere og eventuelt korrigere.

Råd om hvordan man bør designe sansehager (Marcus & Sachs, 2013; DSDC, 2017):

- Maksimer stimulansen – glede av utemiljøet oppmuntrer til avslapning og ro.
- Bruk vann i landskapet for både stimulans og beroligende effekter.
- Hagen skal fremme stimuli for alle sanser – lukt, berøring, smak, syn, hørsel.
- Bruk forskjellige teksturer og materialer som kan gi taktil erfaring.
- Inkluder veier som returnerer til steder av interesse og innganger, slik at personer med demens lett kan orientere seg.
- Inkluder nok sittemuligheter, gjerne benker og bord, både ved siden av noe å se på og nær noe å kjenne på.
- Planter bør være i forskjellige høyder, slik at man kan nå dem både når man står og når man sitter på en benk, i rullestol eller i gresset.

#### 4.4.5 Tilgjengelighet

Hovedprinsipper:

1. orientering
2. barrierefri
3. gater som oppleves som attraktive å bevege seg langs

Mål: Gangbarhet (gavennlig nærområde)

*Orientering*

##### **Veifinnere**

Det er lettere å kjenne seg igjen dersom det er et blikkfang på stedet, eller noe spesielt som skiller stedet fra et annet. Veifinnere, eller veifinner-elementer, er et samlebegrep for slike blikkfang eller stedsspesifikke detaljer. På steder der veien deler seg eller svinger, er det ekstra viktig å kunne kjenne seg igjen, slik at man finner veien videre. Veifinner-elementer kan for eksempel være en benk, beplantning, et skilt, kombinasjoner av disse, eller andre fysiske elementer. Det viktigste er at det ser ulikt ut på alle steder, men alle veifinner-elementer i et nærområde kan gjerne ha noen fellestrekk.



Figur 18

Skissen til venstre viser eksempel på veifinner, i prinsippet bare noe som gjør det lettere å skille ett kryss fra et annet. Skissen til høyre viser fire forskjellige veikryss sett ovenfra. De gule kryssene er enklere å orientere seg i enn den røde varianten, da det er flere veier å velge mellom på én gang.



### Veikryss

Dersom man skal designe veikryss, er det lurt å tenke over lesbarhet. Det er lettere å få oversikt i et kryss hvor tre eller færre veier møtes, enn hvor fire veier møtes.

### Gatelengder

Det er enklere å få oversikt over korte gater, og det beste er veier som er 60-100 meter lange. Rette gater kan med fordel være korte, mens lange gater bør helst svinge lett.

### Elementer for lesbarhet

I boken *The image of the city* beskriver Kevin Lynch (1960) fem hovedelementer for lesbarhet i by. Disse elementene gir et nyttig innblikk i hva folk bruker for å orientere seg i et nærområde.

#### A) Veier, stier

Veier eller stier er der folk vanligvis beveger seg. Veier eller stier er gjenkjennelige og lette å huske når:

- de har karakteristiske romlige egenskaper, som når veiene er svært brede eller svært smale
- de er begrenset til en spesiell bruk eller når det foregår en bestemt aktivitet langs stien/veien



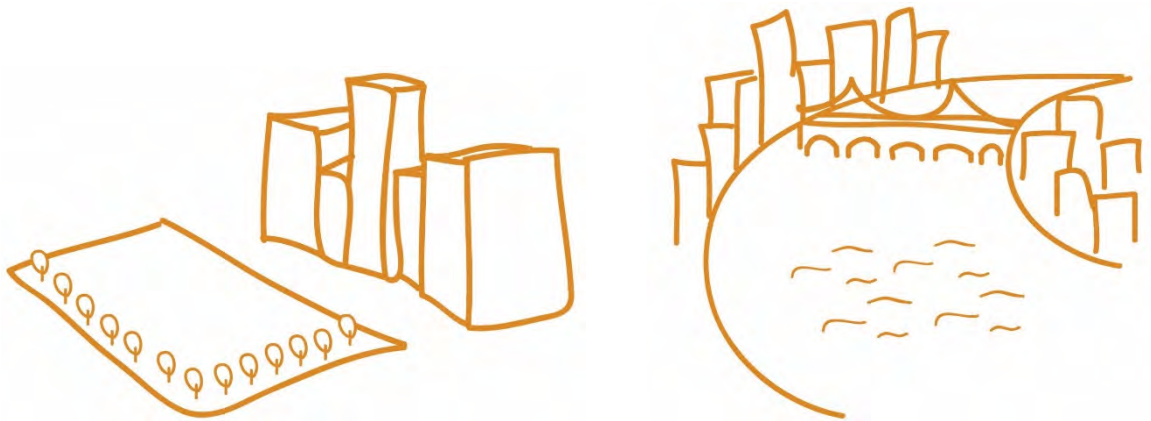
Figur 19

Eksempel til venstre: Vei for fotgjengere. Eksempel til høyre: Vei for motorkjøretøy.

#### B) Kanter

Kanter fungerer som referanselinjer for orientering. De blir ikke sett på som bevegelseslinjer, slik som veier blir, men heller som brudd i en kontinuitet eller mellom to faser. Kanter er tydelige og gjenkjennelige når:

- de er synlige og tilgjengelige for alle
- det er høy konsentrasjon av stier og aktiviteter langs kantene



Figur 20

Til venstre: Grøntareal markerer utkanten av område. Til høyre: Vannkant markerer hvor område ender.

### C) Distrikter

Distrikter er deler av en by eller et område, som er kjent for å ha noen felles identifiserende trekk. De er gjenkjennelige fra innsiden, og noen ganger fra utsiden. Distrikter er tydelige og gjenkjennelige når:

- strukturen i distriktet er lettfattelig
- det er lett å se hvilket distrikt du er i



Figur 21

Til venstre: Et distrikt karakterisert av lave bygg. Til høyre: Distrikt karakterisert av høye og smale bygg.

### D) Knutepunkter

Knutepunkter, eller noder, er punkter en kan gå inn i. De kan være veikryss, kryssinger av stier eller et sted for pause i transport. Knutepunkter kan også være konsentrasjoner som er viktige på grunn av bruk eller fysisk karakter, eller en kombinasjon av begge. Knutepunkter er tydelige og gjenkjennelige når:

- de fungerer som hovedpunkter i et tydelig distrikt
- viktige eller sterke veier møtes
- det er tydelig at du er på et spesielt sted langs en vei
- de er vanlige steder å skifte mellom ulike former for transport



Figur 22

Til venstre: Torg som knutepunkt i et område. Til høyre: Knutepunkt som en konsentrasjon med høyere tetthet

#### E) Landemerker

Landemerker er også punkter, men ikke punkter du går inn i. I stedet er landemerker eksterne referansepunkter, visuelt veiledende for orientering, og de fungerer også som retningsreferansepunkter fra avstand. Landemerker er tydelige og gjenkjennelige når:

- de kan ses fra avstand
- form, farge og størrelse er lett å beskrive
- de er spesielt kjente i det området de er i



Figur 23

Til venstre: En lokal kirke fungerer som landemerke. Til høyre: Et karakteristisk tårn i en by er et landemerke.

#### Barrierefri

##### Toaletter

Synlige og lett tilgjengelige toaletter bør være både utendørs og innendørs i alle offentlige rom. De må være enkle å finne og gjenkjennelige, og de bør plasseres nær innganger.

##### Sitteplasser

Eldre personer, spesielt skrøpelige eldre, kan ikke gå for lenge uten hvile. Det bør derfor være nok sitteplasser langs alle stier/veier i nærområdet, samt ved torg, parker og andre destinasjoner. Det bør ikke være mer enn ti minutters gange mellom hver offentlig sitteplass.

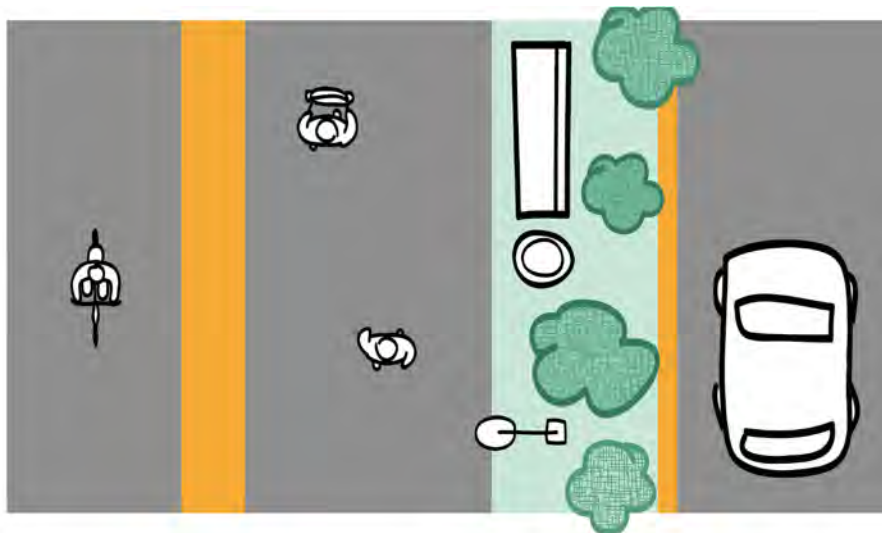
##### Ly fra vær og vind

Man bør ta hensyn til mikroklimatiske forhold, noe som gjør det nødvendig å skape skygge og skjerming ved sitteplasser. Ly ved inngangssoner og på bussholdeplasser er nødvendig. I Norge er det også godt å ha mulighet til å sitte i solen om man vil, så man kan gjerne lage flere sitteplasser der det er god tilgang til sol.

*Gater som oppleves som attraktive å bevege seg langs*

### Tydelig separerte soner

Den mest anbefalte løsningen for demensvennlig gateutforming er tydelig separerte soner mellom ulike former for trafikk. Særlig langs hovedveier er dette viktig. Fargekontraster eller fysiske elementer som beplantning og gatemøblement bør skille fotgjengere fra sykkel- og biltrafikk. Elementer som skilt og benker bør stå ryddig utenfor gangsonen, for å gjøre det lettere for personer med demens å se hvor de skal gå.



Figur 24  
Prinsippskisse som viser en tydelig sonedelt vei

### Fellesgate

Hvis det gjøres riktig, kan også felles-gater (shared space) være demensvennlige. Slike gater har mange fordeler som bidrar til mer gangvennlige nærområder. Små gater hvor butikkene er lokaliserte tett på hverandre, gater som fører til skoleinnganger, og områder hvor det allerede er liv i gatene, er best egnet som fellesgater. Butikker og kaféer kan bruke deler av gaten, biler må ta hensyn og kjøre i samme tempo som fotgjengere, og gaten kan brukes mer og bli mer attraktiv og livlig enn en sonedelt gate.



Figur 25  
Til venstre: Tydelig sonedelt og ryddig fellesgate (Universell Utforming AS, 2016). Til høyre: Oversiktlig gågate i Haugesund (Tek.no 2010)



#### 4.4.6 Bolig

Hovedprinsipper:

1. varierte boligtyper og størrelser
2. grader av offentlige og private rom
3. typologi

Mål: Variasjon

##### *Varierte boligtyper og størrelser*

Et nærområde bør ha et bredt utvalg av boligstørrelser og boligtyper for å tiltrekke mennesker med ulike livsstiler og i ulike livssituasjoner. Personer med demens har forskjellige ønsker og behov. For eksempel vil noen kunne bli boende lenge i sin egen leilighet, mens andre ønsker å bo i et større fellesskap. Andre igjen er avhengige av støtte og hjelp til hverdagslige gjøremål.

Videre er det viktig med variasjon i uttrykk fra bygning til bygning, kvartal til kvartal og fra område til område. Et kvartal hvor både private boliger og offentlige funksjoner deler gårdsplass, vil for eksempel være lett å skille fra et kvartal med kommunale hager. Fasader på bygg i samme kvartal bør ligne hverandre, ved for eksempel å ha samme form og størrelse, men de bør også ha mindre forskjeller som for eksempel kan være farge og detaljering. Områder eller distrikter bør ha noen fellestrekk som går igjen. Det kan være bygningshøyde, takform, fargepalett eller annet. På denne måten kan folk enkelt gjenkjenne et område, et kvartal og en enkelt bygning.



Figur 26

Gamla Stan i Stockholm oppfattes som et særegent og gjenkjennelig område, med felles form og høydemål på byggene, men byggene har likevel forskjellig størrelse, farge og detaljering (Damie, 2016).

##### *Grader av offentlige og private rom*

Tradisjonelle institusjoner har ikke vist seg å være en holdbar modell for hvordan vi kan gi pleie og omsorg til våre eldre. Store omsorgsbygg krever høy bemanning og omfattende ressurser, noe som blir enda mer utfordrende å få til i framtiden. På sykehjem eller andre institusjoner i Norge er det ikke vanlig at pårørende bidrar i omsorgen, fordi institusjonene oppfattes som de ansattes domene og ikke som det private hjemmet til

beboeren. Det er som regel ikke lagt opp til at andre kan hjelpe til med for eksempel husvask, privat stell eller matlaging. Derfor er det svært ønskelig å finne løsninger som oppfordrer folk til å delta i omsorgen på nye måter.

Personer med demens har, som alle andre, behov for å ha tilgang både til sitt private og mer eller mindre offentlige rom. Dersom det er tydelig hvor beboerens private domene er, og hvor det offentlige rommet begynner, vil det være lettere for pårørende å ta seg til rette og hjelpe til. Det burde oppleves som at helsearbeidere kommer på besøk til beboeren, i stedet for at beboeren selv er gjest i helsearbeidernes område.

### **Private rom**

Private rom i sykehjem er mest kontrollert av omsorgspersonell, og familiemedlemmer og besøkende blir behandlet som gjester. For eksempel er det vanligst at personalet serverer kaffe, og det er sjelden lagt opp til at besøkende eller beboeren kan gjøre det selv. Venner eller familie blir som regel ikke oppfordret til å hjelpe til, noe som kan svekketrykghetsfølelsen og den hjemlige opplevelsen for beboeren. Beboerne og pårørende må kunne trekke seg tilbake til beboerens private rom, hvor de selv har kontroll. De fysiske omgivelsene bør gjenspeile dette. Mange private rom i et tradisjonelt sykehjem ligner mer på et rom i et sykehus enn en liten privat leilighet. Nøkkelen kan derfor være å designe mer hjemlige omgivelser som i mindre grad visuelt gjenspeiler rommenes medisinske formål.

### **Semi-private rom**

Beboere trenger tilgang til fellesarealer, som for eksempel en felles gårdsplass eller stue. Der kan de sosialisere, underholde gjester og ha rimelig kontroll over hvem de kanskje møter.

Et annet eksempel på semi-private rom er inngangssoner, som også kan være viktige oppholdssteder for beboerne. For noen er det å sitte rett utenfor hjemmet, på en benk eller en trapp, hilse på folk som går forbi og prate med naboer, en viktig del av dagen. Som nevnt er det å følge med på ting som skjer en svært viktig aktivitet, spesielt for de mest skrøpelige. Ved inngangssonene bør det derfor være komfortable sitteplasser, strategisk plassert der flest ting skjer på gaten. Sittel plassene bør ha skjerming fra vind og vær.

### **Offentlige rom**

I offentlige rom skjer gjerne overraskelser, mer spontane møter og en kan ta del i mer overfladisk småprat eller bare titte på det som skjer. For noen kan slike møter i det offentlige rom gi en viktig pause fra en sykdomspreget hverdag. Eksempler på offentlige rom er torg, parker, butikker, frisører eller kaféer.

## *Typologi*

En masterplan er et konkret designforslag som gir eksempel på fremtidig utforming av et nærområde, by eller bydel, laget av arkitekter og urbane designere. Slike overordnede planer bør kunne bygges gradvis over tid, både for å teste det som skal bygges og for å gi rom for endringer underveis. Behov vil endres på uforutsigelige måter, og ny forskning om demens kan bli brukt til å skape nye løsninger. Bygningstypologier bør derfor være fleksible, slik at bygninger kan brukes til alt fra boliger, arbeidsplasser, og ulike kommersielle og offentlige formål. Eksempler på typologier i arkitektonisk sammenheng er urbane villaer, blokker, høyhus og rekkehus. Endringer i bruk av et bygg bør kunne skje uten at gater, torg, gårdsplasser eller parker må endres. Byggene bør derfor være romskapende, og ikke såkalte "space occupants". Det vil si at rommene rundt bygninger bør være definerte og brukbare, slik som gater, torg og tun, i stedet for lite brukbare rom slik som for eksempel rent dekorative gressplener i udefinerte mellomrom. Dersom et frittstående bygg midt på en gressplen blir bygget eller revet, vil det være en vesentlig forandring i et nabolag. Om en bygning i en kvartalstruktur blir bygget eller erstattet, vil det være en langt mindre forandring fordi det ikke endrer rommene rundt byggene.

## 4.5 Konklusjon og veien videre

Antall personer med demens øker i Norge. Rundt år 2030 vil den demografiske utfordringen, med flere eldre og flere personer med demens, ha nådd et kritisk nivå. Derfor er det et sterkt behov for å finne nye og bærekraftige løsninger som møter brukernes behov. Brukerinvolvering er nødvendig for å finne ut hva som faktisk fungerer og ikke, og for å kunne utvikle et bredt spekter av tilbud og funksjoner.

Det er i dag mangel på kunnskap om hva demensvennlige nærområder betyr for arkitekter og planleggere. Det er uenigheter forskere imellom om hva som er demensvennlige omgivelser, men alle synes likevel å forholde seg til ett sentralt spenningsforhold: behovet for beskyttelse, trygghet og forutsigbarhet på den ene siden, og behovet for et meningsfullt liv og integrasjon i samfunnet, med varierte og organiserte aktiviteter, på den andre siden. I økende grad synes både forskere, politikere og planleggere å bli bevisste viktigheten av meningsfulle aktiviteter og sosial integrasjon for personer med demens.

For å nå disse målene, og for å kunne kombinere *både* behovet for aktivitet og behovet for kontinuitet, er det nødvendig å implementere løsninger som bidrar til en blanding av brukergrupper, spesielt forskjellige aldersgrupper. Sykehjem bør derfor legges til mer sentrale strøk og i tilknytning til andre tilbud som omsorgsboliger og dagtilbud, samt offentlige funksjoner og tilbud for alle aldre. Sykehjem og omsorgsboliger bør kanskje heller bygges smått som en del av en godt planlagt lokalutvikling enn som store sentraliserte bygningsmasser.

Dette kapittelet har presentert noen forslag til prinsipper for demensvennlig utvikling av nærområder. Prinsippene er basert på studier av eksisterende prosjekter, forskning, samtaler med eksperter og kartlegging av viktige debatter innenfor feltet. Prinsippene gir grunnlag for å designe og utvikle mer demensvennlige nabolag i urban skala. Utgangspunktet for arbeidet var å finne ut hva arkitekter, og spesifikt arkitekter innenfor området urban design, kan bidra med for å forbedre livskvaliteten for personer med demens. Løsninger basert på prinsippene må bygges og testes ut i praksis før man kan vite om de fungerer. Prinsippene bør derfor videreutvikles og testes i reelle prosjekter og deretter etterprøves systematisk.



## 5 Planlegging for barnevennlige omgivelser

*Forfatter: Karin Høyland, SINTEF Byggforsk*

### 5.1 Er barns behov grunnlag for planlegging i dag?

FNs barnekonvensjon feiret sin 30-årsdag i 2017. I retorikken som framføres, framgår det at et offensivt barneperspektiv skal gjennomsyre alt. Samtidig vet vi at dette på langt nær er tilfelle, ei heller i planleggingsverdenen. Snarere tvert imot er barns perspektiv ofte fraværende i planleggerens og byutviklernes perspektiv. Dette belyses blant annet i Hanne Wilhjelm's avhandling *Barn og omgivelser* (Wilhjelm, 2002). Her forteller planleggere i intervjuer at barn først og fremst trekkes inn når det er "sånne barneting" som at det skal bygges lekeplasser, barnehager og så videre. I Norge er rikspolitiske retningslinjer for barn og unge ganske sterke, men informantene i studien stiller spørsmål ved om politikere tar dem nok på alvor. Informantene mener at retningslinjene for barn og unge preller av på politikerne og at ledende fagfolk heller ikke tar dem alvorlig. Wilhjelm beskriver i avhandlingen at barn og unge ikke er en prioritert gruppe: "De profesjonelle planleggerne hadde problemer med å sette seg inn i barns forutsetninger, og at problemstillinger rundt barna som brukere og premissleverandører for planlegging derfor ofte i liten grad ble drøftet" (Wilhjelm, 2002).

I dag har vi større tilgang på kunnskap om barns bruk av omgivelser enn noen gang før, slik tidligere barneombudsmann i Sverige Bodil Rasmussen påpeker i boken *Lek äger rum* (Lenninger & Olsson, 2006). Rasmussen hevder samtidig at vi fortsatt vet lite om hvordan kunnskap om barn og omgivelser når ut og omsettes i praksis. Et stort internasjonalt forskningsarbeid, *Growing up in an urbanising world* (Chawla, 2002), konkluderer da også med at utfordringen ligger i å omsette kunnskap om barns brukerperspektiv, slik at denne kunnskapen kan bidra til planlegging og bygging av nye og bedre løsninger. I studien understreker forskerne at barns bruk av omgivelser omhandler langt mer enn skolegården, lekeplassen og trær til å klatre i. Wilhjelm (2002) drøfter dette poenget i sin avhandling. Hun hevder at arkitektene er klar over barns bruk av omgivelsene, men at de i liten grad makter å omsette denne innsikten til konkrete løsninger. Wilhjelm stiller derfor spørsmål om hvordan og i hvilken grad det er mulig å internalisere innsikt om barn i arkitektens "habitus". Det tydeligste elementet i den sosiomaterielle strukturen som symboliserer fokus på barns utemiljø, er fortsatt lekeplassen. Det er ofte gjennom planlegging av lekeplasser at planleggerne viser at de har tenkt å gjøre noe for barn.

### 5.2 Begrepene barn og ungdom

#### Drøfting av begrepene

Drøftingen av begrepene barn og barndom tar utgangspunkt i to bøker: *Den moderna barndommen och barns vardagsliv* av Gunilla Hallden (2007) og *Moderne barndom* av Ivar Frønes (2007). Begge disse forfatterne diskuterer den moderne barndommen i en skandinavisk kontekst. Forfatterne gir en introduksjon til den moderne barndomsforskningen og diskuterer spørsmål rundt barns hverdagsliv. De forklarer videre forskjellen mellom barneforskning og barndomsforskning: Mens barneforskning er betegnelsen på forskning om barn, studerer man i barndomsforskningen barna i relasjon til samfunnet omkring.

Før vi drøfter hva barndom er, bør vi gi en definisjon av hva et barn er. Det vanligste er å benytte barnekonvensjonens definisjon, som sier at barn er personer under 18 år, det vil si under myndighetsalder. Denne forståelsen av begrepet er i tråd med norsk lov. I barnekonvensjonen gis barnet visse rettigheter. Det er imidlertid voksne som er ansvarlige for å sikre barna disse rettighetene. Samtidig er det åpenbart at en ettåring og en 17-åring, som altså begge betegnes som "barn", har helt ulike fysiske størrelser, mental kapasitet og erfaringer som gjør det vanskelig å forene dem i en homogen gruppe. De har likevel også en del ting til felles. I vår kultur bor de aller fleste barn sammen med voksne i en form for familiestruktur. Når et barn blir født, er det totalt avhengig av de voksne rundt seg, for å kunne ivareta basale behov som sikkerhet, ernæring og så

videre. Gjennom en gradvis prosess tar barnet mer og mer ansvar for disse behovene selv. Barns spesielle posisjon gjøres altså synlig ved at de har rettigheter, men samtidig kan de ikke gjøres fullt ansvarlige for sine handlinger og de gis dermed en særegen beskyttelse. For å kompensere for aldersspennet i begrepet brukes ofte betegnelsen "barn og unge".

Begrepet "barndom" dukket først opp i boktitler så sent som på 80- og 90-tallet og er ifølge Hallden (2007) et kulturelt begrep som beskriver det som samfunnet forbinder med en gitt tidsperiode i livet. Man er ikke barn hele livet, og barndom er derfor betegnelsen på en bestemt fase, en man passerer igjennom. I vår kultur forstår vi gjerne barndommen som de formende årene i våre liv, og psykologien har lært oss at en stor del av hvem vi er som voksne kan føres tilbake til barndommens opplevelser. Barndommen betraktes derfor i dag av de aller fleste som en viktig fase i livet. Barndommen blir ofte betegnet både som en utviklingsprosess og en slags dannelsesprosess. Martin Richards (1974) beskriver den som en slags sosialiseringsprosess. Sosialisering referer både til hvordan vi blir medlemmer av en kultur og et samfunn, og hvordan vi utvikler oss som individer. Man snakker om barns ulike behov, som ikke bare er biologiske, men også sosiale. Richards forklarer hvordan barnet er et sosialt vesen helt fra det er født og at det dermed kan betraktes som en egen selvstendig aktør, det vil si en som ikke bare er et resultat av sine omgivelser.

I barndomsforskningen er ikke bare det enkelte barn i fokus, men også de ideologiene og de samfunnsstrukturene som barna vokser opp i. I forskningsstudiene ser man gjerne på hvordan forskjellige faktorer påvirker barnas hverdagsliv. Arbeidsmarkedets utforming, familiestruktur, boligbygging, byplanlegging og pedagogikk er alle strukturelle faktorer som kan påvirke hvordan en barndom blir. I tillegg er den enkeltes barndom avhengig av mer individuelle forskjeller, som kjønn, familieforhold, helse, økonomi og så videre.

### **Et gap mellom barndomsideologi og virkelighet**

Barndommen påvirkes ikke bare av barnas liv og hverdag. Forestillingene og fortellingene om hva en god barndom er i vår kultur, preger også vårt syn på barndom. Det vil ofte være visse barndomsforestillinger som er dominerende i en kultur. Enkelte barndomsbilder og barndomsideer er sterkere enn andre. Begrepet "barndom" brukes også som en normativ idé, noe som blir tydelig når vi snakker om barns rett til en barndom. Slike normative betraktninger forteller også at ulike samfunn og ulike tidsepoker kan ha ulike ideer om hva barn er og skal være (Frønes, 2007).

I en artikkel i bladet *Childhood* beskriver Marianne Gullestad (1997) hva som kjennetegner en god barndom i en norsk kulturell kontekst. Videre forklarer hun hvordan moderne ideer om barndom har utviklet seg. I løpet av industrialiseringen på 1800-tallet endret synet på barn seg. Grensene mellom barndom og voksenliv, samt mellom husholdning og nabolag, ble i denne perioden skarpere trukket opp. Barnas lek ble mer opphøyet og fikk en egenverdi. Mens man tidligere ofte hadde en fysisk nærhet og lokal tilknytning til arbeidslivet, forsvant dette med industrialiseringen, og mange av de voksne ble i denne perioden borte fra nærmiljøet på dagtid. Barna hadde imidlertid fremdeles sin hverdag i skole og nabolag. Gullestad hevder at denne utviklingen førte til at barna fikk en viktigere sosial funksjon i nabolaget. De skulle bryte grensene mellom familie og fellesskap og dermed fungere som brobyggere. Barn og voksne etablerte nettverk gjennom de voksnes deltakelse på barnas fritidsaktiviteter, skole og så videre. Mens voksne i stadig større grad etablerte kontakter uavhengig av fysisk nærhet, var barns nettverk fortsatt ofte knyttet til nabolaget og nærmiljø.

Gullestad trekker videre fram at det man kan kalle den "norske ideen" om en god barndom, vokste fram på denne tiden. Ideologien fokuserte på selvregulert og fri lek. Man tenker først og fremst på livet ute og leken sammen med andre barn. En god "norsk barndom" er på ingen måte assosiert med et liv i en lukket hage, men med frihet, vennskap og altså gjerne med røff og selvstyrt lek. Kjærlighet til naturen nevnes gjerne som typisk norsk, men Gullestad påpeker at dette også er vanlig i mange andre land. Hun understreker likevel at den gode barndom i Norge er knyttet til grønne omgivelser og den frie naturen.

Gullestad forklarer også hvordan barndommens steder ofte framkommer som fysiske metaforer for barndommen. I Norge betraktes fortsatt det stedet du vokste opp som det stedet "du kommer fra". Ifølge Gullestad blir stedstilknytningen slik en slags nøkkelfor metafor for en barndom og synliggjør dermed at stedstilknytning fortsatt er en viktig faktor. Dette forklarer også noe om hvorfor ideen om den gode barndom i liten grad tar utgangspunkt i det som er dagens hverdagsliv. Bildene er gjerne knyttet til foreldrenes hverdagsliv slik de opplevde den i sin egen barndom. Maria Kylin (2006) har studert barns egne steder, og ser nærmere på barns selvbygde hytter. Stedene forblir viktige "minnebilder" og lever slik med videre inn i voksen alder. Ifølge Oddrun Sæter (2003) kan en gjenoppleve barndomsopplevelser ved å vende tilbake til slike "minnesteder", og dette er en av grunnene til at fysiske steder ofte brukes for å illustrere rammene rundt en barndom.

Gullestad påpeker at individuelle forskjeller som for eksempel sosial klasse og kjønn selvfølgelig påvirker barns hverdagsliv ulikt. Men disse faktorene rokker likevel ikke ved den sterke kulturelle forestillingen om den "gode barndom". Rammene rundt det "ideelle barnelivet" blir imidlertid i stor grad tatt for gitt i den norske diskusjonen om en god barndom. Ideen om det "ideelle barnelivet" forutsetter for eksempel stabilitet i boligmiljø, noe som gir barna mulighet for å knytte seg til mennesker og steder. Videre forutsetter ideen et "levende nærmiljø" der tilstedeværelse av folk, aktiviteter og andre barn er en selvfølge. Gullestad mener at disse rammene kan fungere når det sosiale nettverket er relativt tett og når de fysiske omgivelsene er trygge og tilbyr aktiviteter og spennende opplevelser. Det fungerer imidlertid dårligere når naboer ikke kjenner hverandre eller når omgivelsene er utrygge på grunn av for eksempel trafikk. Funksjonsdelingen i nyere fysisk planlegging har også gjort mange spredte boligområder kjedelige og lite stimulerende. Den bilbaserte planleggingen gjør barna avhengige av å bli kjørt til og fra aktiviteter, noe som gir liten grad av frihet og få hendelser utenfor dørene.

I studier i mange deler av verden er det å miste "barndommen" ofte forbundet med nettopp mangelen på muligheter for å bevege seg fritt ute. I en norsk kontekst og i norsk forskning er også begrepet å miste "barndommen" formulert som å miste sin egen barnekultur. Dette skjer fordi den institusjonaliserte hverdagen i skole og barnehage er organisert og styrt av voksne.

De gamle forestillingene om den gode barndom lever videre uten å bli oppdatert i tråd med dagens virkelighet. Samfunnet er i stadig endring, og dette medfører også endringer i barns hverdagsliv. Ny teknologi, nye familiemønstre og ny boligbygging påvirker hvordan og hvem barn møter, hvor de leker og hvordan hverdagen organiseres. Barns hverdagsliv forandres i takt med at samfunnet forandres. Hvilke fysiske omgivelser som støtter gode barndomsopplevelser, kan derfor være annerledes i dag enn det som gjaldt for 40 år siden. Men "bildene" av og forestillingene om det vi tror er gode løsninger, henger ofte lengre igjen. Disse utdaterte bildene og forestillingene sitter i hodene på foreldre som skal finne bolig, utbyggerne som skal utvikle boligområder og arkitektene som skal prosjektere nye boligtilbud. Ett av områdene Mia Heurlin-Norinder (Heurlin-Norinder, 2005) studerer i sin avhandling *Platser för lek*, er et vakkert og grønt boligområde – et sted hun mener virker ideelt for barn sett fra et voksent blikk. Mange av foreldrene i hennes studie forteller også at de nettopp har flyttet dit med tanke på barna. I samtaler med barna kommer det imidlertid fram at området oppleves som hendelsesløst og kjedelig. Barna forklarer dette med at området er uten naturlige møtesteder og at det er ingen strøk der mennesker går.

### 5.3 Den norske hverdagen – kontekst

#### Demografi

Tall fra Statistisk sentralbyrå (SSB) viser at dagens familiestruktur og befolkningssammensetning er vesentlig forandret siden for bare få tiår siden. Norges befolkning har økt kraftig i løpet av de 30 siste åra, fra 4,0 millioner i 1977 til 5,2 millioner i 2017. Befolkningsveksten, som var rekordstor i 2006, skyldes blant annet at flere flytter til Norge, og at det er flere som fødes enn som dør. Antallet barn under 16 år og antallet unge voksne (16–30 år) har imidlertid samtidig sunket med henholdsvis 36 000 og 55 000. Lavere dødelighet, lavere

fruktbarhet, aldring av store fødselskull og innvandring har påvirket aldersstrukturen i befolkningen. Det er i dag færre barn per voksen, noe som gir en ny balanse mellom unge og gamle. Mens man tidligere anslo at barn utgjorde nesten 50 % av befolkningen, utgjør de i dag under 20 %. I dag består cirka 19 % av den norske befolkningen av barn under 16 år, mens eldre over 65 år utgjør cirka 15 % av befolkningen. Den aldrende delen av befolkningen er i sterk vekst. Årsaken til denne endringen er altså ikke at vi får vesentlig færre barn, men først og fremst at den eldre delen av befolkningen øker i antall, og at vi blir eldre. Stadig flere eldre bor i tillegg lengre i eget hjem. Kombinert med at stadig flere yngre bor alene, bidrar dette til at vi har fått vesentlig flere husholdninger som består av én person. Konsekvensen av disse endringene er at antall barn per m<sup>2</sup> boligareal er blitt vesentlig redusert. Ser man på befolkningssammensetningen som helhet og boligvalg generelt, er det derfor ikke unaturlig at det er færre barn i gatene, både i byene og i villaområdene.

Rent fysisk kan vi også se at det skjer en alderssegregering ved at hele byområder beboes av ett bestemt alderssegment. Denne alderssegregeringen i byene skyldes blant annet priser, meglernes syn på hvem som foretrekker hva, samt at barnefamilier gjerne søker seg til områder der det bor andre familier fra før

### **Dagens arbeidsliv og likestilling**

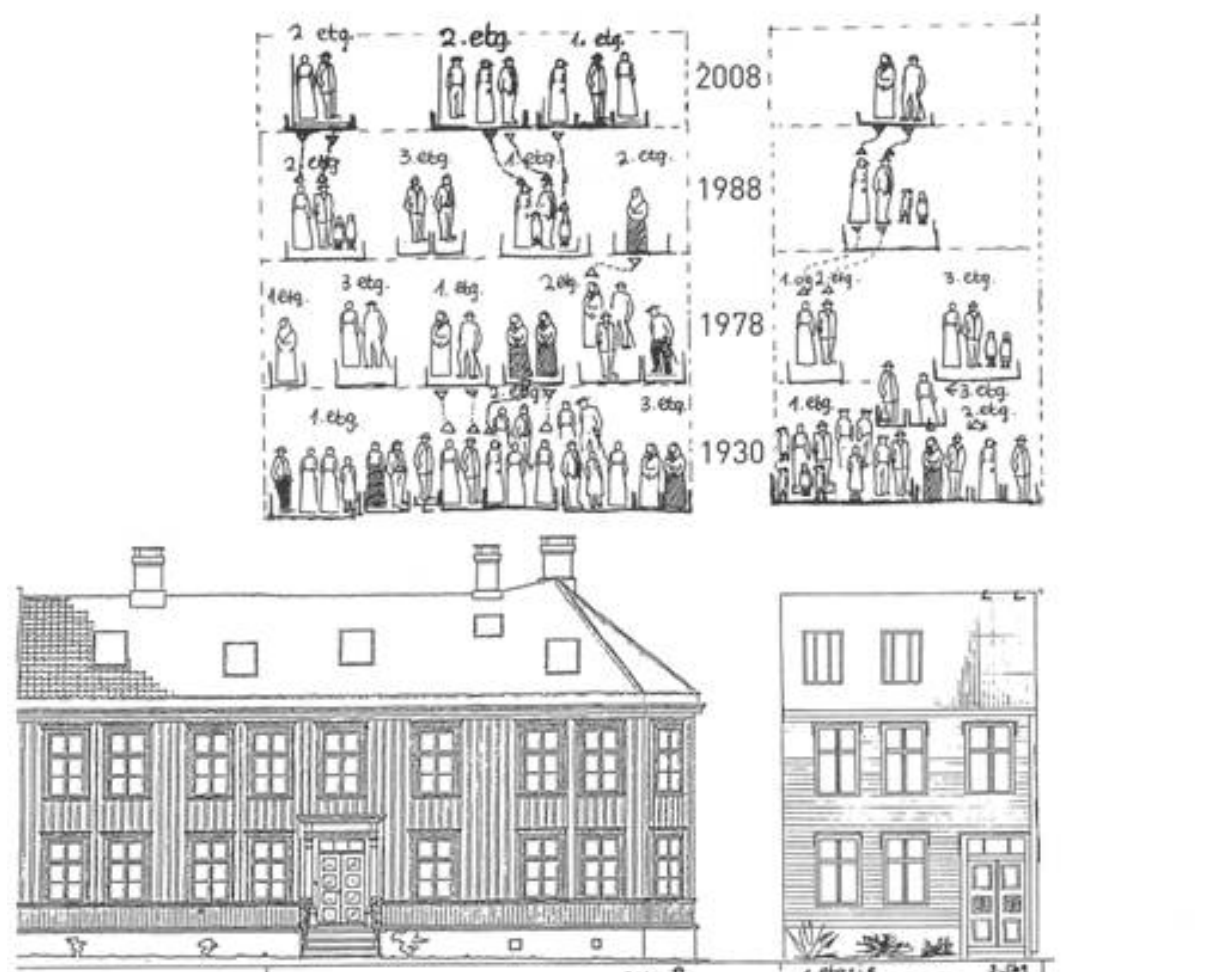
En annen viktig endring som påvirker barns hverdagsliv, er at de aller fleste foreldre i Norge i dag jobber utenfor hjemmet. Store deler av barns oppvekst i det moderne skandinaviske hverdagsliv foregår i institusjoner. Opp til i 11–12-årsalderen tilbringer barn mesteparten av dagen i institusjoner som er spesielt tilrettelagt for dem, enten det er barnehage, skolen eller SFO. De nordiske landene har rekord når det gjelder institusjonalisering av barn. For aldersgruppa ett til fem år var dekningsgraden for barnehager i Norge på 87,2 % i 2008. Barn i Norden oppholder seg derfor stort sett blant jevnaldrende. I tillegg vet vi at barn i stadig større grad også bruker ettermiddagene til organiserte aktiviteter. Ifølge statistikken er cirka 75 % av alle norske barn medlemmer av en idrettsklubb. Både fotball, håndball og ski er populære fritidsaktiviteter for begge kjønn. Disse tendensene forteller oss også at den tiden barn og voksne har sammen er mindre. Mange opplever nok derfor denne tiden sammen som et knapphetsgode og man prioriterer å gjøre ting sammen i helger og på fritiden. Det moderne hverdagslivet, ofte kombinert med en spredt bosetting, medfører dessuten mye tid til transport. Transport til og fra jobb, skole og barnehage samt til fritidsaktiviteter om kveldene, er en tidkrevende aktivitet for voksne og barn.

### **Familiestruktur og bolig**

Et annet samfunnstrekk som påvirker den moderne barndommen, er økende grad av samlivsbrudd og barn som bor vekselvis hos begge sine foreldre. Omtrent 75 % av norske barn bor sammen med begge sine biologiske foreldre. Tall fra Sverige viser omtrent det samme; cirka 73 % bor sammen med begge sine biologiske foreldre. Mange av de resterende 25 % bor derfor to steder. Dette medfører også mindre botid i de ulike bostedene og økt transport for å kunne vedlikeholde nettverk, i de ukene en bor et annet sted.

Både forbedringen av boligstandard og endringene i familiestrukturer har medført at det bor langt færre personer per m<sup>2</sup> boligareal i dag enn for bare 50 år siden. I tillegg bidrar den demografiske endringen til at det ytterligere bor færre barn per m<sup>2</sup> boligareal, fordi flere eldre bor alene i egen bolig. Flere barn bor dessuten to steder og barna tilbringer mindre tid i og i nærheten av boligen. Til tross for disse markante endringene har "bildet" av både boligdrømmen og den gode barndommen stått relativt uforandret. Et spredt bosettingsmønster medfører videre at mange barn blir avhengig av tidkrevende transport. Mange familier opplever mangel på tid og havner i den såkalte "tidsklemma".

På bakgrunn av disse endringene i samfunnet kan vi si at en mindre spredt boligbygging vil kunne være en kvalitet for barn. Det kan gi nærhet til andre barn og mulighet for å gå, sykle og benytte kollektive transportmidler. Når boligtettheten gjør at det ikke finnes steder å være ute, eller når bilene er en fare for helse og trygghet, er imidlertid de tette boformene ikke vellykkede. Derfor er det nødvendig å forsøke å finne fram til nye modeller for tette boformer som samtidig kan gi barn bevegelsesfrihet og rekreasjonsmuligheter.



Figur 27  
Forandring av familiestruktur og boformer i Norge fra 1930 til 2008. Kilde: Sanden og Løkkans jubileumstidskrift

## 5.4 Hva skal så omgivelsene støtte?

### Om å tilrettelegge for menneskers helse og velvære

Man kan stille spørsmål ved om barns nærmiljø har mindre betydning nå enn på 60-tallet, da barna daglig ble sendt hjemmefra med beskjeden om å "gå ut å leke". Et grunnleggende mål for planleggingen av omgivelsene rundt oss er å tilrettelegge for menneskers helse og velvære. Dette målet ble uttrykt allerede 350 år før Kristi fødsel av Aristoteles. Ut ifra et helseperspektiv er det en utfordring at dagens barn ikke i samme grad leker ute og at de blir kjørt til og fra skole og fritidsaktiviteter. Overvekt og dårlig motorikk anses som et helseproblem blant barn her i Norden. Stimulerende fysiske omgivelser kan ikke løse dette alene, men som ett av flere tiltak kan en endring i de fysiske omgivelsene motvirke denne negative utviklingen. Dette framgikk blant annet av Regjeringens *Handlingsplan for fysisk aktivitet 2005–2009*. Ett av de uttrykte målene i handlingsplanen er å øke den daglige fysiske aktiviteten for barn og unge.



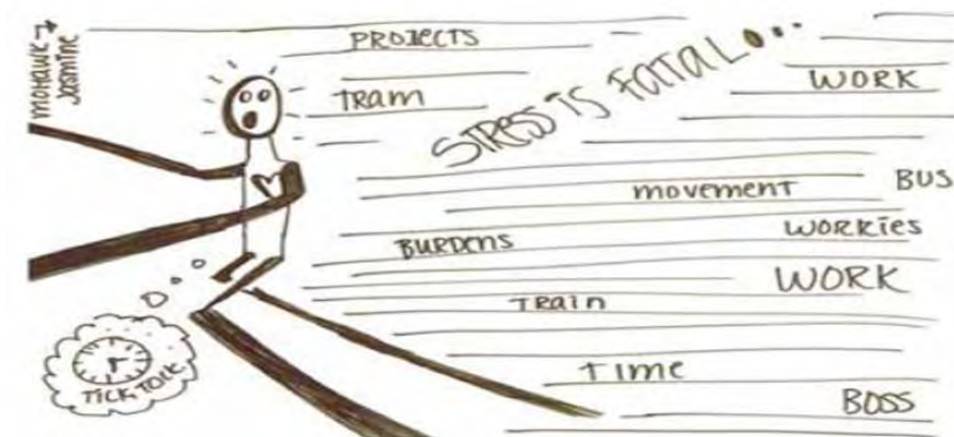
I Sverige har omgivelsenes påvirkning på barn og unge stått mer i fokus enn i Norge og blant annet ført til en kunnskapsoversikt utgitt av Statens folkhälsoinstitut. Den heter "Närmiljöns betydelse för barns och ungdomars hälsa och välbefinnande" og er laget på oppdrag fra den svenske regjeringen ([www.fhi.se](http://www.fhi.se)). Her hevder forfatterne at det til tross for mange lovende forskningsresultater fortsatt er liten forståelse for hvilke sammenhenger det er mellom det bygde miljøet og menneskers aktivitetsmønster. I følge rapporten etterlyser forskerne på folkehelse og samfunnsplanlegging et sterkere fokus på det bygde miljøets betydning for fysisk aktivitet. Én av årsakene til at sammenhengen mellom det omgivelser og fysisk aktivitet har fått for lite fokus, er at informasjonsbaserte intervensjoner i liten grad har gitt effekt. Erfaringen med denne typen intervensjoner er videre at de har bidratt til å øke forskjellen mellom ulike sosioøkonomiske svake og sterke grupper.

Man kan se en gryende vilje i nordiske land til å vektlegge fysisk planlegging som ett av flere virkemidler i folkehelsearbeidet. Finn Kamper-Jørgensen fra Statens Institut for Folkesundhed i Danmark uttaler

følgende i bladet Byplan Nyt nummer 7, 2009: "Byplanlægning og kommuneplanlægningen bliver et av de kommende års viktigste innsatsområder i kampen om et sundere Danmark" (Kamper-Jørgensen, 2009). Kamper-Jørgensen mener man må ta utgangspunkt i dette "brede sundhetsbegrep" som Verdens helseorganisasjon (WHO) har introdusert. Sunnhet defineres av WHO ikke bare som fravær av sykdom, men også som et spørsmål om trivsel og livskvalitet. Han mener videre at det ligger en stor utfordring i at kommunene mangler en grunnleggende bevissthet om at de i langt større grad må fortelle innbyggerne at de selv må ta ansvar for sin egen helse, og at kommunene gjennom fysisk planlegging kan legge til rette for at dette kan skje. Kommunenes tilrettelegging må skje både gjennom lokalisering av funksjoner, bygningsstruktur og det å gjøre rekreasjon og møteplasser attraktive.

### Hva påvirker barns helse?

Fysisk aktivitet, ernæring og sosial og økonomisk kapital er viktige faktorer som påvirker menneskers helse. De fysiske omgivelsene kan indirekte påvirke både folks aktivitetsnivå og sosiale kapital. Den viktigste konklusjonen fra den svenske kunnskapsoversikten er at mennesker som bor i "gåvennlige boligområder" er mer fysisk aktive enn de som bor i "lite gåvennlige områder". Forskjellen er ifølge forskningsresultatene opp til 70 minutter mer helsefremmende fysisk aktivitet per uke (Selstrøm & Bremberg, 2004). Resultatene er dokumenterte og er uavhengige av individuelle faktorer. I kunnskapsoversikten vises det også til studier som dokumenterer at gå- og sykkelvennlige steder også kan bidra til bedre "sosial helse" eller "sosial kapital" ved at det på slike steder er lettere å få kontakt med andre. Sosial kapital er en faktor som gir dokumentert helseeffekt. Rapporten konkluderer altså med at hvis barn gis forutsetninger for å utforske og oppdage sitt nærmiljø, sitt område og sin by, vil det fremme deres fysiske, mentale og sosiale utvikling. Dette ble for øvrig slått fast allerede i FNs barnekonvensjon fra 1989, uten at det hittil har gitt klare føringer for byplanleggingen.



Figur 28

Tegningen er laget av barn under et medvirkningsprosjekt i Göteborg som handlet om å planlegge gode byområder sett fra barnas perspektiv. Tegningen illustrerer en ung gutts tolkning av et moderne hverdagsliv.

### Barn ekskluderes fra det offentlige rom

Ekskluderingen av barn fra det offentlige rom er et fenomen som har økt i alle vestlige land de siste tiårene. Graden av restriksjoner varierer, og ifølge en internasjonal studie er den verst i Italia og i England. At barn ekskluderes fra byrommet, er imidlertid både et resultat av holdninger og de fysiske rammene barn vokser opp i. For italienske barn er byen i store trekk noe de kan se fra bilvinduet, fra vinduet hjemme eller når de leies av foreldre (Horelli & Prezza, 2004). Undersøkelser i andre europeiske byer som Finland (Kytta, 1997; Horelli, 2001), Sverige (Heurlin-Norinder, 1996) viser at barn der er friere. Ulla Berglunds studie om barns bruk av byen på Kungsholmen i Stockholm viser at barna der beveger seg mindre fritt enn barna som bor utenfor bykjernen. Mia Heurlin Norinders (2005) studie fra Stockholm viser derimot at det nettopp var i ett av områdene inne i byen at barn hadde størst frihet og fant flest muligheter for lek og mestring, sammenlignet med barn som bodde utenfor bykjernen. I dette byområdet var det bilfritt og mange attraktive steder å oppholde seg på og å treffe andre.

Slike studier forteller oss at de fysiske omgivelsene kan spille en viktig rolle, men at det blir for lite nyansert å diskutere enten tett eller spredt by. Barns bevegelsesfrihet er en sammensatt problemstilling der både holdninger og de fysiske omgivelsene både direkte og indirekte kan inspirere og begrense bevegelsesfriheten. Mange barn, spesielt i Nord-Italia, har fått budskapet om "stranger danger" effektivt implementert fra de var ganske små. (Horelli & Prezza, 2004). De viser til studier hvor barn som var innprentet med at de ikke skulle stole på fremmede, følte seg mer alene og hadde større problemer med å etablere relasjoner enn andre. Hun presiserer imidlertid at dette er en problemstilling som krever mer forskning. Resultatene fra studien i Italia viser også at foreldre føler seg tryggere når det er mange mennesker rundt barna. Dette resultatet er et eksempel på hvordan planlegging indirekte kan påvirke opplevelsen av trygghet.

Sett i fra et folkehelseperspektiv er det derfor viktig å tilrettelegge for barns bevegelsesfrihet. I et moderne hverdagsliv er tiden som står til disposisjon for fri lek blitt kortere. Kanskje er det derfor enda viktigere enn før at barn gis muligheten til selv å gå til skolen eller til butikken? Det handler både om tilgang på frisk luft, mulighet til å bevege seg, samt mulighet for å etablere relasjoner til andre – alle tre faktorer som gir en helseeffekt, ifølge den svenske kunnskapsoversikten (Selstrøm & Bremberg, 2004).



## 5.5 Hva er viktig for barn? Valgt retning i litteraturen

Allison James og Adrian James (2004) diskuterer i boken *Constructing Childhood* de strukturelle elementene som påvirker barnas hverdagsliv. De argumenterer for at slike studier av barndom er viktige for å forstå vilkårene rundt barnas hverdag i sin tid. De fysiske omgivelsene er en av flere faktorer som påvirker barns hverdagsliv. Til tross for at også barn i dag tar i bruk en virtuell virkelighet, mener forfatterne at de fysiske omgivelsene er en av de viktigste forutsetningene for å lære å mestre ulike fysiske og sosiale utfordringer (James & James, 2004).

I boken *Key Concepts in Childhood studies* (James & James, 2008) peker de samme forfatterne på at forskning om barns bruk av rom er gjort av fagfolk fra en rekke ulike disipliner. De viktigste bidragsyterne har vært sosiologer, antropologer, geografer og psykologer ifølge forfatterne. De peker på at selv om det er en del overlappt mellom disse ulike tilnærmingemetodene, er det også klare forskjeller: Utviklingspsykologene er ofte interesserte i hvilken grad de fysiske omgivelser kan påvirke kognitiv og psykologisk utvikling. Geografer og sosiologer er mer opptatte av å forstå hvilken betydning ulike steder har for barn og videre hvordan barna bruker disse stedene.

Arkitektur som fag handler om å sette sammen ulike faktorer til et hele. Arkitekturforskningen kan derfor bidra med å trekke kunnskapen nærmere virkeligheten; gjøre den kommuniserbar til dem som skal fortolke og omsette denne kunnskapen til nye løsninger.

## 5.6 Litteraturgjennomgang

**Chawla, L. (2002). *Growing Up in an Urbanising World*, UNESCO.**

Resultatene fra et av de største internasjonale og nyere forskningsprosjektene om barns oppvekstsvilkår i by, er formidlet i boken *Growing Up in an Urbanising World* (Chawla, 2002). Studien presenterer case-studier som er gjennomført parallelt i åtte ulike land og består av intervjuer med barn. Funnene blir i tillegg sammenlignet med resultater fra en studie tidligere gjennomført i 1977 av Kevin Lynch (Lynch, 1977), altså nesten 30 år tidligere. Studien bekrefter først og fremst det som vi tidligere har påpekt: at det er et stort gap mellom de retoriske rettighetene barn har og den planleggingsvirkeligheten som finnes. I alle de åtte landene som deltok i undersøkelsen, viste resultatene at barna var relativt usynlige i planleggingen. Arbeidet i de ulike boområdene ble også benyttet som forsøk på hvordan barn best kan involveres i lokal planlegging gjennom bruken av ulike metoder. Denne kunnskapen har ført til anbefalinger om hvordan man kan engasjere barn og ungdom til å ta del i planprosesser. Disse anbefalingene er oppsummert i boken *Creating better childfriendly cities. A manual for participation* (Driskell, 1995).

Resultatene fra undersøkelsene ble i tillegg brukt som en basis for å utvikle et sett med indikatorer for hvilke kvaliteter man tror gjør nabolag til gode steder å bo og leve i, sett fra barn og unges perspektiver. Kriteriene ble laget på tvers av landene som deltok. Barn rangerte generelt høyest de stedene hvor de følte seg som del av et hverdagsliv, hvor de kunne møte venner, føle seg akseptert av voksne, samt observere eller ta del i andre interessante aktiviteter. Videre ble opplevelsen av trygghet og frihet til å bevege seg ute trukket fram som et viktig premiss, og dette var også en forutsetning for å oppleve de andre kvalitetene. Steder som ga rom for en variasjon av ulike aktiviteter, ble høyt verdsatt av barna. Offentlige rom var viktige hvis de enten kunne ta del i eller se på andres aktiviteter. Når barn ble spurt om hva de ville forbedre i sine omgivelser, svarte de aller fleste at de ønsket seg mer grønne omgivelser med trær, parker og hager. Opplevelsen av tilhørighet gjennom kunnskap om historie og stedets identitet kom også klart fram som verdifullt for barna.

Kriterier for barnevennlig stedsutvikling:

- trygghet og frihet til å bevege seg fritt
- mulighet for å drive med ulike aktiviteter

- steder for møter med mennesker i forskjellige aldre / med forskjellig kultur (inkludert opplevelse av trygghet)
- stedsidentitet og opplevelse av tilhørighet
- natur og grønne områder

**Kyttä, Marketta. (2003). *Children in outdoor Contexts.***

***Affordances and Independent Mobility in the Assessment of Enviromental Child Friendliness. Helsinki.***

I sin avhandling *Children in outdoor Contexts* trekker Marketta Kyttä (2003) spesielt fram to parametre som er viktige for barnevennlige steder. Begge parametrene er delvis belyst i studien over. Den første og mest grunnleggende parameteren er muligheten til å bevege seg fritt ute. Den andre er det hun kaller omgivelser som "byr på muligheter" og som hun i avhandlingen betegner som "affordences". Dette er steder hvor det kan skje en interaksjon mellom barn og omgivelser, og hvor omgivelsene inspirerer til ulike bruk, ulike typer aktiviteter og lek. Jo flere muligheter barn finner interessante, dess mer kan det betraktes som barnevennlig, hevder Kyttä.

Kriterier for barnevennlig stedsutvikling:

- bevegelsesfrihet
- omgivelser som byr på muligheter ("affordences")

**Heurlin-Norinder, M. (2005). *Platser for lek, opplevelser och möten. Institutionen for samhalls kultur och lärande. Lärarhögskolan i Stockholm.***

I avhandlingen *Platser for lek, opplevelser och möten* (Heurlin-Norinder, 2005) belyser Heurlin-Norinder, som er fritidspedagog, hvordan fire ulike boligområder i Stockholm oppleves og brukes av barn. Hennes studie forteller hvordan omgivelsene i ulike grad innbyr til bevegelsesfrihet, ulike aktiviteter og ulike typer møter. Hun påpeker at det er svært viktig at barn utvikler sosial kompetanse gjennom samhandling med andre mennesker. Gjennom dette lærer de å tolke både tause og kommuniserte regler for hvordan man kan oppføre seg blant andre. Hun mener derfor at barns hverdag bør inneholde spontane møter med både mennesker og steder. Møtet med ulike mennesker gir også barna mulighet til å sette seg inn i andres identitet. Alle disse faktorene blir direkte eller indirekte påvirket av de fysiske omgivelsene som omgir barna, og faktorene kan derfor betraktes som kvalitetskriterier.

Videre påpeker hun behovet for å lære å beherske sine omgivelser, det å finne fram og kunne bruke dem på ulike måter. Dette mener hun har betydning for hvordan barn bygger relasjoner til steder. Det at barna har etablert relasjoner til et sted, mener hun framkommer tydeligst ved at barna på noen av stedene har mye å fortelle og å vise fram. Hun understreker også at barns og voksnes opplevelser av det fysiske miljøet ikke nødvendigvis er de samme og presiserer at barn er konkret virksomme i sine omgivelser. Barn anvender det fysiske miljøet med hele kroppen og er først og fremst opptatt av hva de kan gjøre på de ulike stedene. Ett av områdene i studien er vakkert og grønt, men barna opplever imidlertid stedet som hendelsesløst og kjedelig. I et av de mer urbane områdene finner imidlertid barna mye forskjellig å gjøre. Området er urbant, men har samtidig store park-aktige utemiljøer som er fri for biler. Mye folk og mange ulike funksjoner gjør hele miljøet mulig å leke i. Heurlin-Norinder forteller at barna tar omgivelsene i bruk sammen med sine kamerater, til tross for at omgivelsene ofte ikke er laget spesifikt for dem. Ett av de andre områdene er planlagt og utformet spesifikt for barna, men er likevel det stedet ingen av barna vil oppsøke.

Heurlin-Norinder er også opptatt av omgivelsenes orienterbarhet. I ett av områdene finner barna mange holdepunkter som gjør det lett å orientere seg. Hun mener dette bidrar til å gjøre dem trygge. Om barn er trygge våger de mer, forklarer hun. De våger til og med å gå seg bort! Hun trekker fram en historie om en gutt som forteller at han tør å leke i de ulike gårdene. Han går inn i en gård gjennom et portrom og ut gjennom et helt annet. Han våger til og med å leke leken baklengs! Heurlin-Norinder mener han tør dette fordi han er trygg og at han kan orientere seg. Hun påpeker at det bør være et slags vekselspill mellom sted og mestring. Gode

miljøer gir mulighet til å avansere etter hvert som man blir eldre, slik at stedet gir nye utfordringer og mulighet for ny mestring. Hun hevder at barn utvikler sitt indre kompass, sin selvstendighet og sin selvsikkerhet nettopp gjennom å mestre omgivelsene på denne måten. Hun mener at barn blir tryggere av å kjenne steder og få ulike stedserfaringer. Til og med de negative opplevelsene kan være betydningsfulle.

Heurlin-Norinder understreker at barn skal ha muligheter for å leke og ha det morsomt, men at dette ikke er nok. De skal også kunne oppleve en sosial miks av både fulle mennesker, kulturelle hendelser, katter og eldre. Det området som i hennes studie kalles "kvarterstad" og er et tett urbant område i bykjernen, er det området som i størst grad innehar disse kvalitetene. Hun understreker nabolagets betydning som en viktig læringsarena for sosial kompetanse.

Heurlin-Norinders avhandling konkluderer med at nærmiljøet må være såpass interessant at det lokker barna ut, og samtidig trygt nok til at foreldrene lar dem få gå ut. Ute må derfor barna ha mulighet til å møte andre barn og se andre voksne. Her kan man møte dem som er annerledes og dem som ikke er som seg selv. Slike møter i nærmiljøet er viktige for at barn skal kunne lage seg en oppfatning om det samfunnet de bor i og bidra til å gjøre det spennende å bevege seg ute. Det handler også om å gi barn mulighet for å kunne forstå en bredere sosial verden. Men det handler også om å tilrettelegge for at barn kan forstå og mestre egen kropp gjennom å gå, balansere, springe, klatre og finne egne steder. Gjennom bruk av og positive opplevelser i omgivelsene bygger barn relasjoner til steder over tid. Heurlin-Norinder mener at denne typen tilhørighet bidrar til trygghet og opplevelsen av mestring, noe som igjen er viktig for selvtiliten.

Kriterier for barnevennlig stedsutvikling:

- bevegelsesfrihet
- gi sosial kompetanse
- orienterbarhet
- utfordringer
- tilhørighet

**De Bie, Maria og Sven De Visscher. (2005). "The neighbourhood of children beyond playing: A social pedagogical perspective". Department of Social Welfare Studies, Ghent University. Belgia.**

I artikkelen "The neighbourhood of children beyond playing: A social pedagogical perspective" drøfter Maria De Bie og Sven De Visscher hvilke betydninger nabolag og omgivelser har for barn. Det å utelukkende betrakte barns behov som behov for å treffe hverandre og å leke kan være svært begrensende. Denne måten å tenke barns miljø på er tuftet på tanken om at barn trenger adskillelse og beskyttelse fra samfunnet, mer enn å lære å ta del i samfunnet. Det betyr imidlertid ikke at behovet for lek og sosiale relasjoner ikke er viktig. Men forfatterne argumenterer i artikkelen for at dette på langt nær er nok for å ivareta barns interesser.

Mange studier relatert til nabolagets betydning for barn fokuserer hovedsakelig på nabolaget som lekearena. Som et resultat av dette fokuserer mye forskning først og fremst på nabolaget som ramme for lek og interaksjon mellom barn. Dette ensidige fokuset mener De Bie og De Visscher er til hinder for et mer helhetlig syn på nabolagets betydning for barn, og de anser sosialisering som særlig viktig. Artikkelen setter søkelys på at nabolaget, nettopp ved å være i en mellomposisjon mellom det offentlige og det private, spiller en viktig rolle for barn når det gjelder å utforske samfunnet og utvikle sin identitet i samspill med samfunnet. Fra et sosialpedagogisk perspektiv fokuserer artikkelforfatterne på betydningen nabolaget kan gi for læring, og de mener man må fokusere mer på hvilke ulike typer relasjoner som kan etableres i samspillet mellom barna og nabolaget.

Kriterier for barnevennlig stedsutvikling:

- sosial læringsarena
- lære om samfunnet i en liten skala

**"Södra Älvstranden i ungas ögon". (2005). Medvirkningsprosjekt i Göteborg. Prosjektleder: Mie Svennberg.**

I et samarbeidsprosjekt mellom Norra Älvstranden utvikling og "Göteborgs stad" jobbet tre arkitekturpedagoger sammen med elever ved tolv ulike barneskoler i Göteborg. Barna ble bedt om å reflektere over sine omgivelser slik at de kunne bidra med innspill til utvikling av en helt ny bydel. Dette arbeidet ble presentert som et pilotprosjekt kalt "Ungas ögon". Prosjektet skulle bidra til en ny måte å jobbe med barn på. Man ønsket at det skulle bringe nye perspektiver inn i den fysiske planleggingen. Når stedsanalysen senere skulle gjennomføres, fikk mange av barna muligheten til å fortsette arbeidet. Arbeidet ledet til en utstilling som ble vist på Norra Älvstranden (utviklingsområdet). Mie Svennberg er arkitekt og ansatt som arkitekturpedagog i kulturenheten i Göteborg kommune. Hun ledet medvirkningsprosjektet som er oppsummert i dokumentet "Lag barn & ungdom". Et hefte som senere ble overlevert som et innspill til videre planarbeid i kommunen.

Barn i forskjellige aldre deltok i arbeidet, som foregikk over en tidsperiode på flere måneder. Barna satte ord på sine visjoner gjennom diskusjoner, tegninger og små fortellinger. Oppsummeringen fra prosessen i dokumentet ble organisert under fire overskrifter: "Trygghet", "Gemenskap", "Året om" og "Göteborgsk". Prosessen viser at barn evner å diskutere framtidige byutviklingsprosjekter, og at de også har klare bilder av hvordan de ønsker at byen skal være. En del forslag er konkret knyttet til lokale forhold, men påfallende mange er også forslag til kvaliteter som allerede er nevnt i andre studier. Det er også i dette arbeidet svært lite snakk om lek og lekeplasser. Spesielt de største barna illustrer gjennom sine fortellinger hvordan de har et forhold til og benytter seg av hele bydelen.

I dokumentet forteller barna om betydningen av å kunne bevege seg fritt "på egenhånd". De ønsker fysisk nærhet til kamerater og aktiviteter, slik det kommer fram i følgende to sitater:

En annan sak som är viktig är närheten till skolan och till kompisarna. Visserligen kan man åka spårvagn eller buss när man är tillräckligt gammal, men då måste man hålla reda på tider.

Om det finns affärer eller ställen att vara på i närheten av där man bor kan man gå och handla på egen hand eller gå och fika med sina kompisar utan att föräldrarna behöver vara oroliga.

Barna påpeker også at de må kunne kjenne seg trygge der de bor. Dette er et tema som ikke er eksplisitt nevnt i de andre studiene. Opplevelsen av trygghet er en viktig forutsetning for at barna vil og får lov til å bevege seg rundt. Trygghet er for barna i Göteborg assosiert med å kjenne de andre: "Och för att känna sig trygg måste man känna sina grannar. Därför är det bra med hus som är lagom stora och där det inte finns för många lägenheter i var och en av trappuppgångarna". En god kafé står også høyt på ønskelisten til de eldste barna: "Dit skulle man kunna gå efter skolan för at slappa av, prata med kompisar eller göra läxor. Det får gärna finnas några datorer, som på ett internetkafé". Barna foreslår videre at det bør være gratis å kjøre buss og trikk, slik at man kan bli kvitt biltrafikken: "Biltrafiken bidrar enligt bare till att luften blir förorenad och att det blir bullrigare i stan. Små barn kan inte heller röra sig fritt på grund av trafiken". Under overskriften "det Göteborgske" trekker barna fram det de opplever som særegent med Göteborg, nemlig kontakten med vannet. Barna mener også man må ta vare på gamle steder og bygninger. Dette mener de er viktig blant annet fordi de gamle skal kunne kjenne seg igjen.

Dokumentet inneholder også innspill som handler om omgivelsenes estetiske miljø: "Barna vill skapa en varm och inbjudande miljö, utan gråa hus, men med en fin havsutsikt. De föreslår att man använder sig av många lönträd", "Några tycker att man ska ha en konståtling där vinnarförslagen står modell för fina skulpturer eller arkitektoniska landmärken", "Husen i området ska vara vackra, men inte för spektakulära". Barnas visjon er at bebyggelsen skal være en blandet bebyggelse, men med felles uterom, og at det må være ett område der alle kan kjenne seg velkommen.

Kriterier for barnevennlig stedsutvikling:

- trygt å gå
- steder å møtes
- et varmt og innbydende miljø
- "Gøteborsk"
- å kjenne sine naboer

**Churchman, Arza. (2003). "Is there a place for children in the city". *Journal of Urban Design*, Volume 8, Number 2, July 2003, 99-111(13). Routledge.**

I artikkelen "Is there a place for children in the city" publisert i tidsskriftet *Journal of Urban Design* oppsummerer Arza Churchman (2003) forskning om barns lek utendørs. Hennes viktigste poeng er at leken stort sett heller foregår i gatene enn på lekeplasser, og hun viser til en rekke studier som bekrefter dette. Hun viser også til flere studier som bekrefter at de fysiske forutsetningene for at barn får gå ut alene, avhenger av hvilken etasje de bor i. Mens 58 % av 3–4-åringer som bor opp til 4. etasje i blokker kan gå ut alene, er det ingen av barna som bor i 8.–16. etasje i høyblokker som går ut alene. Tilgjengeligheten til uteområdene øker selvfølgelig også med alder og kompetanse. I tiårsalderen får samtlige barn i studien lov til å gå ut alene. Churchman finner også signifikante forskjeller på hvor tidlig barna får gå ut, og disse forskjellene er avhengige av de fysiske løsningene som finnes. Det området som i hennes studie oppleves som mest trygt av barna, består av tre bygninger plassert rundt et gårdsrom. Gårdsrommet er egnet til lek. Boligene har inngang fra gårdsrommet og de ligger et godt stykke unna biltrafikk. Ifølge Churchman understreker og viser studien at de fysiske omgivelsene kan gjøre en forskjell.

Churchman trekker sammen disse erfaringene i ti punkter:

- Det bør finnes attraktive lekearealer nær boliginngangen.
- Boligområdet bør ha en tetthet som gjør det mulig å finne venner og lekekamerater.
- Arealer som skal kunne brukes til lek, må være lette å nå både visuelt og fysisk.
- Arealene skal være nær andre aktiviteter der også voksne oppholder seg (ikke inngjerdet i et skjermet område).
- Det bør være tilstrekkelige arealer til ulike typer aktiviteter som ballspill, lek og sykling.
- Det bør være en variasjon av lekemuligheter for barn i forskjellige aldre og med ulike forutsetninger.
- Lekeutstyret bør gi mulighet til ulike grader av utfordringer.
- Typografien og bakken bør være både hard og myk og tilpasset ulike typer aktiviteter.
- Omgivelsene bør inneholde elementer som er løse og som blir brukt på mange ulike måter.
- Omgivelsene bør være trygge og hindre barna i å skade seg.
- Steder å oppholde seg bør være komfortable og skjermet for vær og vind.
- Det bør vises omtanke for voksne som skal være sammen med de minste, samt de som bor i nærheten.

**Wilhjelm, Hanne. (2002). *Barn og omgivelser. Virkelighet med flere fortolkninger*. Arkitektøgskolen i Oslo.**

Hanne Wilhjelm (2002) studerer to eldre boligområder i Trondheim i sin case-studie av barns bruk av omgivelser. Case-studien er gjennomført ved bruk av intervjuer med barn og fotoer av Bakklandet og Elgeseter. Studien er en del av det større internasjonale prosjektet "Growing up in city", som tidligere er omtalt. De to urbane områdene i Trondheim blir i dette internasjonale prosjektet trukket fram som eksempler på gode områder å bo i. Dette til tross for at begge områdene har en del trafikkerte gater. Begrunnelsen for den positive vurderingen er barnas frihet til å bevege seg rundt i hele området. Områdene er varierte, har mange restarealer som er egnet til lek og som brukes av barna, og barna kan bevege seg fritt mellom de ulike stedene, mellom private, halvoffentlige og offentlige arealer. Bruksrettighetene er flytende, og sjansen for å bli tatt på steder en ikke burde være er derfor liten. Dette betrakter Wilhjelm som en viktig kvalitet sett fra et barneperspektiv.

Barna opplever altså særlig bydelenes grønne restarealer som attraktive. Én av kvalitetene som de peker på, er at restarealene har en uryddig og uplanlagt karakter, og at de framstår som et lite stykke natur i byen. Wilhjelm påpeker at denne typen restarealer i bynære områder stadig er under press og er i ferd med å forsvinne. Antallet lukkede gårdsrom og dertil hørende porttelefoner er økende, og slike innretninger bidrar til å redusere brukbarheten for barn i den aldersgruppen Wilhjelm undersøker.

Kriterier for barnevennlig stedsutvikling:

- bevegelsesfrihet
- barna kan bevege seg fritt mellom private, halvoffentlige og offentlige arealer
- grønne restarealer som har en uryddig karakter
- flytende bruksrettigheter

**Sandvik, Siv. (2008). "Hvor har det blitt av oss? Om å vokse opp i byens hjerte". Artikkel i jubileumshefte utgitt av Sanden og Løkkan Velforening.**

I forbindelse med jubileet til Sanden og Løkkan velforening i 2008, ble atten personer spurt om hvordan det var å vokse opp i området på 90-tallet. Resultatet fra intervjuene ble publisert i foreningens jubileumshefte. Ikke så overraskende trekker de fleste fram positive opplevelser. Men som én av dem poengterer: "Jeg ville ikke vokst opp noe annet sted, men jeg vet jo egentlig heller ikke om noe annet. De nærmeste vennene mine har alltid bodd der". Det er imidlertid likevel interessant å se hvilke kvaliteter barna (som nå er blitt voksne) trekker fram som gode i sitt nabolag. Her er noen utdrag:

"Mange barn på samme alder, strålende, sentralt, park, lekeplass og ballgate, sosialt samvær, loppemarked, gatefest, lørdagskafe, terningkast 6, kjekt med trikken som buldret forbi så henger du med på tida."

"Som et kollektiv med ekstra foreldre og søsken, barna kjente hverandre og gikk ut og inn hos hverandre."

"Selv om det lå midt i byen har jeg aldri følt at trafikk har vært noe problem. Folk kjente hverandre og man møtte alltid noen som smilte og hilste i gata."

"Loppemarked og gatefester var noe jeg så fram til hvert år."

"En bygd midt i storbyen ... Etter hvert oppdaget vi at gatefester, sykkelturner og lørdagskafe ikke var noen selvfølge.. ikke alle var like heldige som oss ..."

"Omringet av folk som brydde seg, i et nabolag som man var stolt av."

"Tilhørighet er noe hager og frisk luft ikke kunne konkurrere med!"

Intervjuene gir en god illustrasjon av barnas egne perspektiv. Som vi kan se, legger barna hovedvekt på de sosiale aspektene ved nabolaget: Tryggheten det gir å kjenne andre barn og voksne, spenningen knyttet til ritualene og arrangementene som er felles for nabolaget, samt opplevelsen av å være stolt og å høre til i området. I hvilken grad de fysiske strukturer påvirker disse dimensjonene direkte eller indirekte, er vanskelig å si. Noen elementer ved den fysiske utformingen kan vi likevel anta at er viktige parametre: en gate man kan leke i, en gate hvor man møter andre voksne, boliger store nok til at man ønsker å bli boende en stund, (at man skal bo en stund gjør at man kan investere tid og krefter i å bli kjent), beboere som treffes på gata eller i butikken. Oppsummert kan man si at disse elementene til sammen skaper et enhetlig bygningsuttrykk som bygger opp under en felles identitet.

Kriterier for barnevennlig stedsutvikling:

- tilstedeværelsen av andre barn
- tilstedeværelsen av voksne som kjenner barna
- felles ritualer og arrangementer
- folk som bryr seg
- opplevelse av tilhørighet

## 5.7 Samspill mellom rom og bruker, analysemodell med eksempler

Denne delen tar utgangspunkt i et teoretisk perspektiv som er basert på arbeider fra de to nordiske arkitekturforskerne Inge Mette Kirkeby (2006) og Jan Paulsson (2008). Kirkeby bygger på teoretikere som Foucault, Latour og Bernstein, og i avhandlingen *Skolen finner sted* (Kirkeby 2006) redegjør hun for disse teoretikerne. Disse analyserommene er drøftet i boka *Inkluderende arkitektur* (Ryhl & Høyland, 2018). Egenskapsområdene omhandler bruk og opplevelsen av fysiske omgivelser og er som følger:

- de praktiske/funksjonelle egenskapene
- de sosiale egenskapene (måten rommene organiserer menneskene på)
- de kommunikative egenskapene (hva rommene kommuniserer)
- de relasjonelle egenskapene (det som opparbeides gjennom bruk over tid)
- de sanselige egenskapene (det vi sanser)

Denne teoretiske tilnærmingen blir videre brukt til å drøfte områdekvaliteter sett fra et barneperspektiv.

### 1. De praktiske/funksjonelle egenskapene

Disse egenskapsområdene handler om både tilgjengelighet og anvendbarhet av omgivelsene

Hva skal omgivelsene støtte?

- mulighet til å bevege seg fritt
- mulighet til å gjøre ulike aktiviteter og leke
- mulighet til å bevege seg mellom ulike aktiviteter
- mulighet til å se på aktiviteter (alder vil kunne gi ulike kriterier for alle disse faktorene)
- trygge og stabile boforhold

Eksempler på fysiske omgivelser som kan lage barrierer:

- trafikk, lange avstander, funksjonsdelte områder

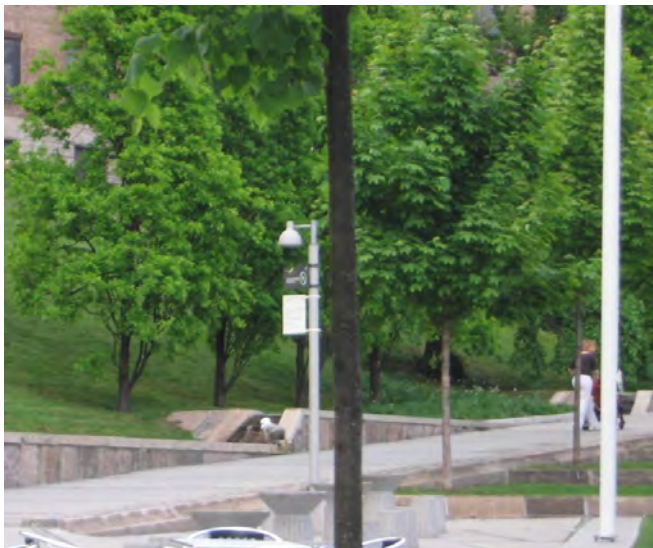
Eksempler på fysiske omgivelser som innbyr til aktivitet:

- nærhet til det som skjer, at man kan se andre gjøre ting, bilfritt, vann, harde flater, bakker, kanter og nivåforskjeller, løse ting som blader, nøtter og blomster som kan plukkes og lekes med.





Figur 29  
Statuen er ikke laget for lek, men byr på mange muligheter for klatring, hopping og balansering.  
Foto: Karin Høyland



Figur 30  
Vannrenna i Pilestredet park fungerer som en magnet på barna. Vann er spennende! Det at området er bilfritt, gir barn mulighet til å utforske på egenhånd, selv på tur med voksne. Det er grunnleggende for barns lek at de leker overalt og hele tiden. Foto: Karin Høyland

## 2. De sosiale egenskapene

Disse egenskapene omhandler hvordan de fysiske rammene gir muligheter til å treffe og føle tilhørighet med andre mennesker, samt hvordan omgivelsene kan bidra til å støtte opplevelsen av integritet eller atskilthet fra andre.

Hva skal omgivelsene støtte?

- mulighet til å møte andre barn
- mulighet til å møte andre voksne
- følelsen av trygghet, møte noen man kan kjenne igjen
- mulighet for tilfeldige møter med forskjellige slags folk

Eksempler på fysiske omgivelser som kan lage barrierer:

- segregert bosetting (etter alder, inntekt, kultur og så videre), funksjonsdelte områder (boliger, arbeidsplasser og lignende), uklare og brå overganger mellom private og offentlige rom, bilbasert atkomst til boliger, mangel på møteplasser, mangel på noe å foreta seg i halvprivate og felles soner

Eksempler på fysiske omgivelser som innbyr til aktivitet:

- definerte soner for privat, halvprivat, halvoffentlig og offentlige soner
- offentlig parker, plasser som er tilrettelagt for ulik bruk
- fellesfunksjoner som skoler, bibliotek
- områder med en klar identitet
- områder som er delt inn i mindre enheter med fattbare dimensjoner



Figur 31

"Och för att känna sig trygg måste man känna sina grannar. Därför är det bra med hus som är lagom stora och där det inte finns för många lägenheter i var och en av trappuppgångarna" (sitat fra medvirkningsprosjektet i Gøteborg). Foto fra gårdsrom i Pilestredet i Oslo. Foto: Karin Høyland





Figur 32

Til venstre: Offentlige parker og steder muliggjør tilfeldige møter. Til høyre: At voksne gjør ting ute, gjør uterommene mer spennende for barn og bidrar til at voksne opplever uterommene som tryggere. Foto: Karin Høyland



Figur 33

Gåvennlige områder, service, skoler og barnehager fungerer som møteplasser og bidrar til å ivareta sosiale nettverk. Dette igjen bidrar til at foreldre og barn opplever omgivelsene som trygge. Fra Nordnes i Bergen. Foto: Karin Høyland

### 3. De kommunikative egenskapene

Disse egenskapsområdene handler om hvordan det fysiske miljøet informerer om bruk, betydning og stemning. Det handler om orienterbarhet, men også hvordan vi oppfatter hvem sitt "territorium" det er og hva området kan brukes til.

Hva skal omgivelsene støtte?

- omgivelser som klart kommuniserer at barn kan ta dem i bruk
- omgivelser som gjør at man lett finner fram og kan orientere seg i området

Eksempler på fysiske omgivelser som kan lage barrierer:

- velpleide bed og parker (signaliserer voksenbruk)
- veier som "eies av bilene"

Eksempler på fysiske omgivelser som innbyr til aktivitet:

- områder med basketballkurv eller annet funksjonsspesifikt utstyr som gir signaler om at barn kan ta i bruk arealene
- bruk av kunst, farger, naturelementer som man kan orientere seg etter for å lage sitt eget kart
- omgivelser som kommuniserer private, halvprivate og offentlige soner, slik at barn kan utforske grensegangene mellom sonene



Figur 34

Eksempler på gode uteområder som er brukbare for mennesker. Øverst til venstre: at deler av parken ser litt mer rufsete ut, gjør den mer brukervennlig for barna. Øverst til høyre: Et lite restareal ved Georgernes verft i Bergen brukes til hyttebygging. Nederst: Gaten uttrykker ved hjelp av belegning at den prioriterer folk. Foto: Karin Høyland



#### 4. De relasjonelle egenskapene

Disse egenskapene handler om hvordan de fysiske omgivelsene legger til rette for at mennesker skal kunne etablere relasjoner til steder. Denne typen relasjoner bygges gjerne opp over tid og fordrer bruk og opplevelser. Det kan handle om relasjoner til landskap, til bebyggelse eller til spesielle parker eller offentlige rom. Identitet kan skapes gjennom at bygninger, rom eller landskap skiller seg ut enten fordi de forteller en historie eller de danner rammer rundt opplevelser.

Hva skal omgivelsene støtte?

- gjennom tid og bruk skal barn kunne bygge relasjoner til steder

Eksempel på fysiske omgivelser som kan lage barrierer:

- kort botid, drar andre steder for å oppleve og gjøre ting
- monotone områder med lite egenart

Eksempel på fysiske omgivelser som innbyr til aktivitet:

- knutepunkter og møteplasser som gir felles referanserammer
- visuelle tegn eller uttrykk som man kjenner igjen og knytter tilhørighet til
- boliger eller områder hvor man kan bli boende over tid
- kulturminner (hus, bygninger, landskap) som forteller en historie om en tid som har vært
- omgivelser hvor det er attraktivt å oppholde seg og å gjøre ting



Figur 35

Til venstre: Nordnes er en egen bydel i Bergen med sterk identitet. Barna i Georgernes verft gir uttrykk for at de liker området og at det gir bydelen identitet. Til høyre: Solsiden i Trondheim har attraktive offentlige byrom og er viktig for bydelens identitet. Foto: Karin Høyland

## 5. De sanselige egenskapene – (det stemte rom)

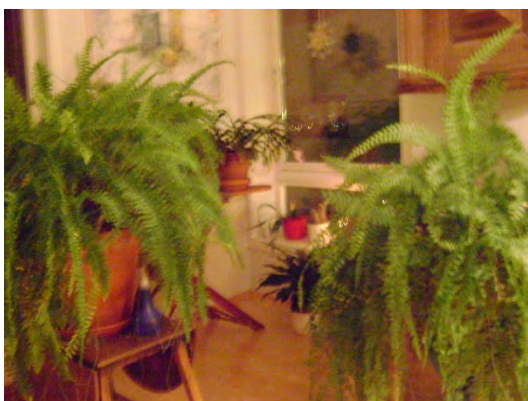
De sanselige egenskapene dreier seg om egenskaper ved rom og omgivelser (atmosfærer) som gjør at man føler seg vel eller uvel. Dette er kvaliteter som påvirkes av lys, farger og utsyn og så videre.

Hva skal omgivelsene støtte?

- innbydende
- velkommen
- steder man føler seg vel
- vakre

Eksempler på fysiske omgivelser som innbyr til aktivitet:

- natur
- variasjon
- farger



Figur 36

Eksempler på bilder barn har tatt av objekter de synes er fine: hus, blomster, utsikt, bregnene i stua.

## 5.8 Stikkord om behov basert på ulike alderskategorier

Som det framgår av litteraturstudien, kan ikke barn betraktes som én brukerkategori. En treåring og en tolvåring har ulike behov og ulike bevegelsesmønstre. Her har vi derfor satt opp en liste med stikkord over kriterier som er viktige for ulike aldersgrupper.

### 0–3 år: Nærhet er viktig

Bolig:

- bruk av barnevogn, plass til lagring, soving ute
- stort soverom (plass til parseng og barneseng) eller et annet soverom i nærheten av foreldrenes
- barnesikring på vinduer, trapper og så videre
- stellemuligheter på bad

Område:

- bevege seg fritt i gårdsrom
- leke i nærheten
- gården/gaten viktig for å bli kjent med andre og for å være ute "hjemme"
- lek med løse ting som sand, vann, blader og planter
- gå, klatre, sitte, plukke, balansere, trille
- attraktive steder for foreldre å oppholde seg og å gjøre ting
- unngå umiddelbare farer i nærheten

Bydel:

- turmål og stier i nærområdet
- lekeplassen som treffpunkt og utfluktsmål
- lekesteder hvor det er attraktivt å være også for foreldrene
- barnehage i gangavstand

### 3–6 år: Nærhet er fortsatt viktig

Bolig:

- ut av foreldrenes rom
- lagerplass til leker, utstyr ute/inne

Område:

- bevege seg fritt mellom bolig og gårdsrom
- gården viktig for å bli kjent og være ute "hjemme"
- trygghet i at andre øyne følger med
- lek sand, vann, gå, klatre, sitte, trille, sykle
- plukke, lage, samle, egne steder
- attraktivt for foreldre å være ute

Bydel:

- turmål og stier i nærområdet, temalekeplasser
- lekeplassen som treffpunkt der man kan klatre, sykle, sitte, plukke
- attraktivt for foreldrene
- nærhet til barnehagen



## **6–12 år: Frihet til å prøve selv**

### **Bolig:**

- leker tar plass
- bolig med flere soverom, plass til besøk, felles/privat
- lagerplass til sykler, hjelmer, sko og så videre
- vaskerom

### **Område:**

- større omkrets og utfordringer
- lek, vann, klatre, sitte, sykle, spille ball
- organiserte leker, plukke, lage, samle
- møtes, lage egne steder

### **Bydel:**

- etter hvert kunne bevege seg alene til skole
- etter hvert kunne bevege seg alene til butikk
- etter hvert kunne bevege seg alene til buss og fritidsaktiviteter

### **Turmål:**

- utforske omgivelsene
- beherske omgivelsene, finne fram på egen hånd
- sykle sammen med voksen
- kollektiv transport
- etter hvert kino, bibliotek, svømmehall

## **12–18 år: Byen som arena**

### **Bolig:**

- kunne ha venner på besøk
- lyd og privatliv (en utfordring!)
- lager for sko, sykkelhjelmer, treningstøy

### **Området:**

- møtesteder
- fellesarealer i boligblokk eller hybeldel kan kompensere for møtesteder i trange boliger
- brukes til datalan, halloween-party og så videre

### **Bydel:**

- tilrettelagt for sykkel, gang og kollektivtransport
- steder det er lov å være
- steder der det ikke koster noe å være
- steder der man kan "henge", møtes, se på andre – folk og aktiviteter
- steder man kan drive med aktiviteter som basketball, fotball, beachnett, bading, soling, skating, sitte, ligge

### **Byen:**

- dra rundt til venner, aktiviteter i hele byen
- via kollektiv transport / eventuelt gå eller sykle (hvis det er lagt til rette for det)
- kino, bibliotek, trening, kafe

## 5.9 Oppsummering

Når en flytter fokuset fra bolig til det å bo, endres også perspektivet på hvilken skala som inngår. Å bo handler om en rekke ulike skalaer, noe som blir enda tydeligere når vi snakker om barn i ulike aldre. Med økt alder, kompetanse og ferdigheter øker også radiusen barn mestrer. Ved å ta utgangspunkt i det den enkelte oppfatter og definerer som sitt bomiljø, vil avgrensningene variere. Små barn har et svært begrenset bevegelsesområde, mens ungdom kan ta i bruk en hel by. Bevegelsesområdet påvirkes imidlertid av hvordan det fysiske miljøet er utformet. Ved å være i en mellomposisjon mellom det offentlige og det private, spiller nabolaget en viktig rolle for barn når det gjelder å utforske samfunnet og utvikle sin identitet i forhold til samfunnet. En støtte for denne tolkningen av begrepet nærmiljøet finner vi hos Thiberg (1982) i boken *Manniska – Närmiljö – samhälle*. Thiberg definerer nærmiljø slik: "Närmiljön är den verklighet som vi just nu brukar för vår verksamhet. Gränsdragningen beror av vilka vi är, vad vi gör och hur miljön är utformad" (Thiberg, 1982). Å diskutere barns nærmiljø vil derfor være avhengig av steds karakter, bruk, barnas bevegelsesfrihet og kompetanse.

Som planlegger av de fysiske omgivelsene må man forsøke å ta hensyn til alle de ulike dimensjonene ved å bo. Som det framgår av dette kapittelet, handler det om å tilrettelegge for mer enn lekemuligheter. Helse og bevegelsesfrihet er sentrale begreper når vi skal planlegge for en god barndom. Videre er det mange som understreker betydningen av tilhørighet til et lokalmiljø. Ut ifra et sosialpedagogisk perspektiv fokuserer man på betydningen av hvilke læringsprosesser nabolaget kan gi og mener man i langt større grad må fokusere på dette når man definerer hva som er barnevennlige boligområder.

Prinsipper for barnevennlige boligområder som går igjen, er:

- trygghet og frihet til å bevege seg fritt
- mulighet for å drive med ulike aktiviteter
- steder for møter mellom ulike mennesker/aldre/kulturer (inkludert opplevelse av trygghet)
- stedsidentitet og opplevelse av tilhørighet
- natur og grønne områder

Det ligger imidlertid fortsatt en utfordring i å oversette disse prinsippene eller ønskede kvalitetene til konkrete fysiske løsninger. Det er sjelden en direkte og entydig sammenheng mellom fysisk form og det hverdagslivet som leves. Et klarere bilde av hva man faktisk vil at de fysiske omgivelsene skal støtte, kan være et nyttig hjelpemiddel for å utvikle flere barnevennlige lokalmiljøer.

## 6 Planlegging av boligtilbud for personer med stort hjelpebehov

*Forfatter: Karin Høyland, SINTEF Byggforsk*

Dette kapittelet oppsummerer to studier gjennomført av SINTEF Byggforsk ved Wågø og Høyland. Den ene er en undersøkelse av botilbud for yngre personer med stort hjelpebehov, *En bydel for alle?* (Wågø & Høyland, 2016). Den andre er en rapport i forlengelse av denne undersøkelsen som undersøker nabolag i bydelen Havstein i Trondheim, hvor flere ulike boligtilbud er lokaliserte i nærheten av hverandre. (*Inkluderende nabolag*, Wågø & Høyland, 2018).

Begge studiene setter søkelys på boligtilbudenes beliggenhet i et lokalmiljø og videre hvilke andre funksjoner og steder i nabolaget som er viktige for bosituasjonen.

### 6.1 Undersøkelsen *En bydel for alle?*

I undersøkelsen *En bydel for alle?* ble beboere, pårørende og ansatte intervjuet om erfaringene med de ulike boligtilbudene. Hva var deres opplevelse av integrering, hjemfølelse, fellesskap og omsorgskultur i de ulike botilbudene. Beboerne trengte alle omfattende hjelp og det var personale til stede hele døgnet i alle boligtilbudene. Løsningene hadde ulikt omfang av fellesarealer, og to av tilbudene var lokalisert i to tradisjonelle helse- og velferdssenter. Ett av de mindre botilbudene ble avviklet, og de beboerne som ønsket det (7 av 8), flyttet til et av de to helse- og velferdssentrene som var med i undersøkelsen. Informantene ble intervjuet både ett halvt år og ett år etter innflytting. Studien beskriver også hvordan beboere, pårørende og ansatte opplevde de endringer dette medførte, og hvordan dette påvirket de ulike faktorene vi studerte.

Både beboere og pårørende som deltok i studien, hadde et ønske om normalisering. Det som var viktig for dem, var å kunne klare seg mest mulig på egen hånd, bo i en "vanlig" bolig, i et "vanlig" nabolag og å kunne delta på helt "vanlige" aktiviteter sammen med andre på sin egen alder. For noen bidro tilværelsen på et "senter" til at de enklere kunne finne noen med felles interesser, aktivitetstilbud og så videre. Andre opplevde det imidlertid som stigmatiserende å bo på et helse- og velferdssenter, og mente at aktivitetene ikke var tilpasset dem. Det var tydelig at lokalisering av boligene betød mye for bevegelsesfrihet, mestring, integrering og deltakelse.

Studien viser at kunnskap om beboernes livsstil og boligpreferanser handler om mer enn diagnoser, vedtak, behovet for bistand og funksjonsnedsettelse. Den arkitektoniske karakter av et hjem, hjemmets symboler, blir oppfattet som viktig for mange av beboerne: "Og så tenker jeg at når du er ung og blir utsatt for en ulykke som gjør at du ikke kan bo i opprinnelig heim, så må du få en annen heim, Det må være en heim! Det må lukte heim og det er noe med størrelsen ..." (sitat pårørende til beboer).

Mange (både beboere, pårørende og ansatte) uttrykker bekymring for institusjonaliseringen av botilbud for yngre med hjelpebehov og var skeptiske til om helse- og velferdssentre kan integreres i et nabolag og dermed bli et tilskudd for flere i en bydel:

Nei, jeg deltar ikke på felles aktiviteter, -må få drive med mitt. Da skal jeg ha det kjedelig ...! (hvis jeg skal gå på bydelskafeen) Jeg vil treffe andre folk. Er på Egon hver dag og drikker kaffe. Kjenner de som jobber på Egon, sjefen som ordner med det (bursdagsselskap for meg), kompisen min han. Så god venn har jeg aldri hatt. Det betyr alt! (Sitat beboer)

Noen opplever det som stigmatiserende å bo på et helse- og velferdssenter. De som er friske nok til å på egen hånd oppsøke tilbud i byen eller i nærmiljøet, deltar ikke på felles aktiviteter: "det er for mange 'gamlinger', og andre som 'syter for mye'" (sitat beboere).

Mens noen beboere altså opplever at helse- og velferdssenteret gir et mangfold av muligheter, opplever andre boforholdene som å bli omsluttet av en klam hånd og en trussel mot privatliv og individualitet. Senterets lokalisering og utforming påvirker hvordan brukerne opplever tilbudet. Opplevelsen av å bo i en "omsorgsghetto" vil bli svekket hvis tilbudet er integrert i andre funksjoner, og om senteret greier å være et tilbud for andre i lokalmiljøet, slik at det skapes liv og røre, normalitet og kontakt med verden utenfor. Aktiviteter inne på et senter som skal integrere beboerne i bydelen, fordrer at tilbudet er av en slik art at det blir besøkt av andre, at det blir et "levende" sted. Som eksempel nevner beboere og pårørende i undersøkelsen "et bibliotek med høyt kvalifisert bibliotekar" og som altså er "helt vanlig".

Studien viser at de som trenger mest hjelp, har stor glede av å bli tatt med ut. Flere trakk fram at det oppleves som en kvalitet at man bor slik at må ut for å oppsøke andre tilbud og aktiviteter, da nettopp turen i seg selv gir opplevelser og frisk luft. Må man i buss eller bil blir det imidlertid mer tungvint. Det er begrenset hvor mange som oppsøker en bydelskafe. Å kunne oppsøke en nærbutikk eller et torg med andre mennesker oppleves av mange som normaliserende. Både beboere og pårørende er opptatte av normalisering: at dette skal være en bolig med naboer man ikke nødvendigvis trenger å ha så mye med å gjøre. Også de ansatte er opptatt av å skape en tilnærmet normal bosituasjon, og respekt for beboerens privatsfære, personlighet og valg holdes høyt.

Beboere med store hjelpebehov har som andre mennesker ulike ønsker og behov. Derfor er det viktig å utvikle ulike tilbud slik at den enkelte kan velge det tilbudet som passer en best. Dette stiller både krav til lokalisering, samt større fokus på lokalmiljøsentere.

## 6.2 Rapporten *Inkluderende nabolag*?

*Inkluderende nabolag?* (Wågø & Høyland, 2018) er en videreføring av undersøkelsen fra 2016. Målet var å skaffe mer kunnskap om hva som gjør en bydel attraktiv, samtidig som bydelen oppleves som inkluderende for de som bor i spesielt tilrettelagte boligtilbud. Sentralt var spørsmålet om i hvilken grad området legger til rette for møteplasser som rommer et mangfold, der også tilrettelagte bo- og aktivitetstilbud, kan benytte seg av disse. Trondheim kommune ønsket å undersøke samspill og synergier mellom ulike bo- og omsorgstilbud i et nabolag og valgte Havstein bydel som studieobjekt. Havstein ble valgt fordi det nettopp hadde mange ulike spesielt tilrettelagte boligtilbud konsentrert i lokalmiljøet. Man har også har lang erfaring med å ha et helse- og velferdssenter som har forsøkt å være et åpent tilbud i nabolaget. Man ønsket å få fram erfaringer som kan ha overføringsverdi til senere utbygginger og til andre kommuner. SINTEF gjennomførte undersøkelsen.

Følgende bo- og omsorgstilbud på Havstein driftes av Trondheim kommune og inngår i studien:

- Botiltak og treffsted for psykisk helse, 33 beboere
- Byåsen bo- og aktivitetstilbud (BoA), 22 beboere
- Havstein helse- og velferdssenter, 29 sykehjemsplasser og 7 bofellesskap med 30 boliger
- Bydelskafe, basseng, trimrom og fysioterapi
- Havsteinekra helse- og velferdssenter, 48 sykehjemsplasser og 10 omsorgsboliger

I tillegg finnes det to barnehager, nærbutikk, fastlege, frisør, kafe, kiosk, restauranter, kirke, rekreasjonsområder og turstier, flere skoler og treningsstudio – alt innenfor en radius på cirka 1 km. Til tross for alle disse offentlige arealene har området ingen klar opplevelse av et senter eller at noen av de offentlige arealene hadde en offentlig karakter med funksjoner som kunne brukes av flere.

Spørsmål som ble stilt var:

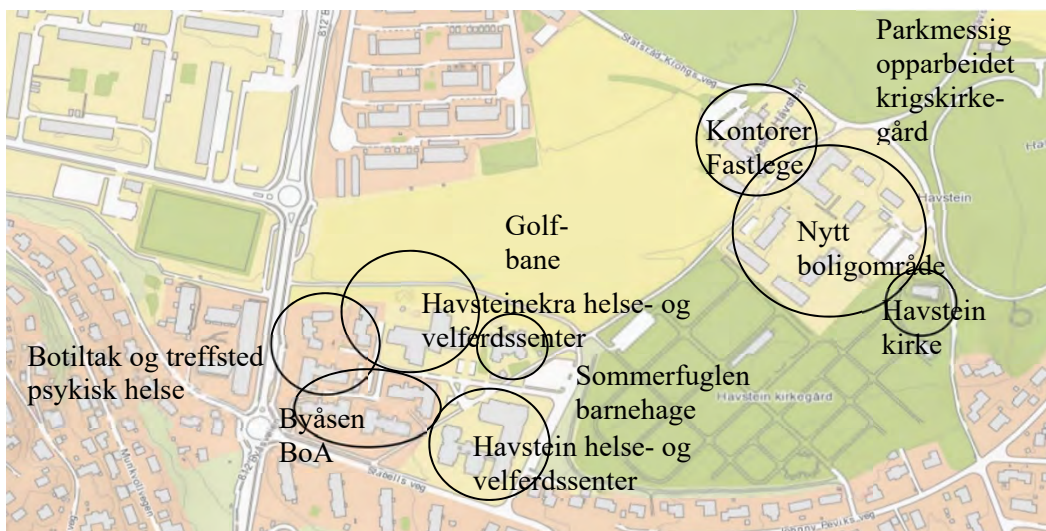
Hvordan bruker beboere i ulike botilbud, tilbud som finnes på Havstein? Har de andre behov som ikke blir dekket her? Hvordan virker de åpne fellestilbudene ved Havstein HVS? Opplevs fellestilbudene på Havstein

HVS som positivt for beboerne ellers i bydelen? Er tilbudene en årsak til at nye naboer flyttet til Havstein og gjerne vil bli boende på Havstein?

Det overordnede målet for prosjektet var altså å skaffe til veie kunnskap om hvordan en bydel kan videreutvikles og forbedres med tanke på å styrke lokalmiljøet, slik at bydelen kan være en ressurs for flere. Vi fant at slike tilbud med fordel kan utvikles på tvers av brukergrupper. På en felles workshop arrangert gjennom prosjektet, fikk beboere fra de ulike enhetene utvikle noen felles visjoner for en bedre bydel. Ideen om å arrangere felles temakvelder og å kartlegge mulige arealer og ressurser som man kunne dele, ble der trukket fram som et viktig første skritt på veien mot et bedre tilbud "for alle" i bydelen. Studien viste et behov for arealer både ute og inne, som kan supplere de ulike botilbudene og som kan brukes av flere. Det ble uttrykt et behov for fellesfunksjoner og møteplasser som kan bidra til å forebygge ensomhet og gi økt kvalitet i hverdagen for flere. Disse kan utgjøre en arena for møter og skape muligheter for å bistå hverandre. Et eksempel på dette var ønsket om parsellhager som kunne brukes både av barnehagen og botilbudet for psykisk sy. På Havstein er det samlet en rekke ulike bo- og tjenestetilbud. I tillegg er det en bydel med barnefamilier, enslige, seniorer og hjemmeboende eldre som bor i eneboliger, rekkehus, blokkbebyggelse og nyere leilighetskomplekser rettet mot seniorsegmentet.



Figur 37  
Havsteinrunden med benker og oppfordring til fysiske øvelser underveis. Foto: Solvår Wågø



Figur 38  
Innenfor en radius på cirka 1 km finnes flere bo-, aktivitets- og rekreasjonstilbud på Havstein.

### **6.3 Oppsummering**

Begge studiene viser at lokalisering og lokalmiljø er av betydning for personer som bor i såkalte "kategoriboliger". Ved å tilrettelegge for flerbruk, ser en at både et helse- og velferdssenter og en barnehage kan tilby verdifulle møteplasser i et nabolag. I hvilken grad disse arealene oppleves som attraktive for andre enn den primære brukergruppen, avhenger av både lokalisering, utforming og organisering.



## 7 Planlegging for sosial bærekraft

*Forfatter: Daniela Baer, SINTEF Byggforsk*

### 7.1 Fem dimensjoner

Sosial bærekraft er en viktig dimensjon ved begrepet bærekraft. Men fortsatt mangler vi en konkret definisjon og beskrivelse av hva som ligger i begrepet "sosial bærekraft". Spesielt gjelder dette oversettelsen til hva det betyr for planleggingen av de fysiske omgivelsene. Den upresise forståelse av sosial bærekraft har ført til at mange urbane områder blir beskrevet som "bærekraftig", uten at de er det (Jenks & Dempsey 2005; Giddings et al. 2002). Aalborg Charter (1994) definerer bærekraftige steder og områder slik:

places where people want to live and work, now and in the future. They meet the diverse needs of existing and future residents, are sensitive to their environment, and contribute to a high quality of life. They are safe and inclusive, well planned, built and run, and offer equality of opportunity and good services for all. (ODPM, 2006)

Sosial bærekraft er altså et komplekst begrep som kan fungere som en paraply for mange andre konsepter som omhandler sosial kapital, sosial samhörighet, sosial inkludering og sosialt utenforskap. I all bruk av begrepet er imidlertid fokuset å planlegge for mennesker og deres bruk av bygninger og områder. Begrepet lokalsamfunn ("community" på engelsk) er mest brukt i litteraturen når det gjelder sosiale aspekter, og på områdenivå kan det defineres som de fysiske rammene for sosiale interaksjoner (Suttles, 1972; Fischer, 1976).

Begrepet sosial bærekraft er knyttet til begreper som "sosial kapital" og "sosial samhörighet" og omfatter sosiale nettverk, normer av gjensidighet (resiprositet) og sosiale organisasjonsformer og resulterer i sosial atferd (Coleman, 1988; Dempsey, 2008a). Videre innebærer begrepet en likeverdig deltakelse i et samfunn der det ikke eksisterer "utestenging" eller diskriminerende praksiser som hindrer enkeltpersoner fra å delta økonomisk, sosialt og politisk i samfunnet (Pierson, 2002; Ratcliffe, 2000).

Dempsey et al. (2011) identifiserer fem dimensjoner for sosialt bærekraftige lokalsamfunn: sosial interaksjon og sosiale nettverk, deltakelse, stabilitet, identitet, trygghet og sikkerhet. Disse fem dimensjonene ved bærekraftige lokalsamfunn på områdenivå er direkte eller indirekte påvirket av fysiske faktorer. Det vil si at design og tilrettelegging i det bebygde miljø og i det offentlige rom kan støtte sosial bærekraft. I det følgende vil vi beskrive disse dimensjonene hver for seg og si noe om hvordan de blir påvirket av det bygde miljøet.

### 7.2 Sosial interaksjon og sosiale nettverk i lokalsamfunnet

Sosiale interaksjoner er grunnleggende prosesser i samfunnet og bygger opp et sammenhengende samfunn (Hirschfeld & Browsers, 1997). Begrepet sosiale nettverk omfatter altså personer som kjenner hverandre og som har bygget opp sosiale relasjoner til hverandre. Sterke relasjoner (strong ties) omfatter familie og gode venner, men man har etter hvert også blitt opptatt av å omtale såkalte svake relasjoner (weak ties). Svake relasjoner omfatter nettverk med personer som man for eksempel hilser på når man går forbi eller folk man kjenner igjen fra nærmiljøet. Svake relasjoner spiller en stor rolle sett i lys av lokalmiljøtilknytning, fordi de danner et mulighetsrom for sosiale aktiviteter (Skjæveland et al., 1996). Oversatt til fysiske løsninger og planlegging betyr dette å etablere fysiske møteplasser i et område, hvor folk kan møtes tilfeldig og svake relasjoner kan utvikles. Videre innebærer det også møteplasser hvor disse svake relasjoner gis mulighet for å vokse seg sterkere. Tetthet og multifunksjonelle områder kan støtte denne typen sosial interaksjon, fordi flere personer er ute i det offentlige rom, og dermed danner et mulighetsrom for at sosial interaksjon kan skje (Tjora et al., 2012).

Med hensyn til områdeplanlegging og det bygde miljø, handler dette mest om tilgjengelighet og nærhet til ulike tilbud i gangbar avstand. Viktigheten av tilgjengelighet til grunnleggende tjenester som lege, dagligvarebutikk, post, apotek, bank, skole, restaurant/kafé/bistro, bibliotek, idrettsfasiliteter, fasiliteter for barn og park/grøntområder på nabolagsnivå, trekkes ofte fram i litteraturen (Woodcraft et al., 2012). Spesielt skole og barnehage spiller en viktig rolle i et lokalsamfunn, fordi de skaper rom for at mennesker med ulik bakgrunn kan møtes og etablere sosiale relasjoner. Skoler og barnehager er også ofte brukt som arenaer for flerbruk og sambruk av arealer, og bygger med dette opp under muligheten for at det finnes flere møteplasser som tilrettelegger for sosiale interaksjoner. Møteplassene kan være utendørs, som lekeplasser, parker eller andre offentlige rom i sin helhet. Eller de kan være lokalisert innendørs, som butikker, kafeer eller bibliotek. Multifunksjonelle og fleksible bygg og byrom i et område, kan bli brukt av forskjellige brukergrupper og åpner dermed opp for sosial interaksjon mellom ukjente mennesker. Slik er det mulig at sosiale nettverk mellom mennesker/naboer etableres. Når disse byggene og stedene er fleksible i utformingen, muliggjør det at flere gruppers behov ivaretas og at byggenes funksjon kan tilpasses over tid.

Et sosialt bærekraftig lokalsamfunn har nærhet til tjenester i nærmiljøet. Helst er disse tjenestene lokalisert i gåavstand fra der folk bor eller jobber. En trygg og attraktiv infrastruktur for gående i et attraktiv offentlig rom, inviterer og legger til rette for å bevege seg til fots. Gangveier som er designet med omtanke for den som går, med for eksempel brede fortauer, flere sittemuligheter på veien, *shared space* og bilfrie arealer, bidrar til å gjøre det offentlige rom attraktiv for brukerne. Når flere går eller sykler legger man også til rette for sosial interaksjon, da muligheter for fysiske møter mellom mennesker øker (Alidoust & Bosman., 2016).

God offentlig transport og en tilrettelagt infrastruktur sikrer videre at tjenester som ikke ligger i gangavstand enkelt kan nås med offentlig kommunikasjon. Tilknytting til omkringliggende områder og byen via veisystem og kollektivnett sikrer tilgjengelighet og motvirker sosial og fysisk isolasjon i et lokalsamfunn.

### **7.3 Deltakelse i lokalsamfunnet**

Deltakelse i både formelle gruppeaktiviteter som sportslag, organisasjoner, foreninger og så videre, samt uformelle gruppeaktiviteter som naturlig skjer i et nabolag, er grunnleggende for den sosiale bærekraften i et område. Deltakelse i disse gruppeaktiviteter danner grunnlag for både bygging av sosiale relasjoner mellom medlemmer og mulighet for å styrke vage sosiale bånd. Med utgangspunkt i jevnlig møter mellom mennesker, kan det bygges tillit mellom samfunnets medlemmer og det kan etableres en fellesidentitet i et lokalsamfunn. Befolkningens deltakelse i planleggingen, utviklingen og driften av et område gir flere positive effekter. Medvirkningsprosesser kan også bidra til å legge til rette for sosial interaksjon. Det at man har mulighet til å påvirke sine egne omgivelser kan føre til mer brukervennlig løsninger, samt øke engasjement og opplevelse av tilhørighet (til stedet).

Tette og multifunksjonelle områder har vist seg å kunne ha et bredere tilbud av aktiviteter, hvilket som også fremmer deltakelse fordi folk kan finne et tilbud som passer den enkelte. Som nevnt under nærhet til tjenester bør også disse gruppeaktivitetene helst lokaliseres i gangavstand. Vitenskapelige studier har vist at deltakelse i gruppeaktivitet i lokalsamfunnet står i relasjon til avstand (Putnam, 2000) – jo lengre det tar å komme seg fram, desto mindre er motivasjonen for deltakelse.

Infrastruktur og møteplasser som legger til rette for disse formelle og uformelle aktivitetene er derfor viktige pilarer for at aktivitetene skjer. Rom for aktiviteter i lokalsamfunn kan for eksempel skapes gjennom flerbruk av arealer i skolen, sykehjem eller biblioteket. Noen ganger finnes det også nærmiljøsentre som disponerer egne rom.

### **7.4 Stabilitet i lokalsamfunnet**

Et bærekraftig lokalsamfunn kjennetegnes ved at det i stor grad er stabilt, og det betyr gjerne at det er et stort antall av "langtids-boende" (Silburn et al., 1999). Et stabilt lokalsamfunn skaper trygge boforhold og flere muligheter for innbyggerne å bygge opp tillit, sosiale relasjoner og forsterke disse over tid. En økende følelse

av tilknytting til lokalsamfunnet blant innbyggerne, resulterer igjen til lav boligmobilitet (Wilson & Taub, 2006).

Et område trenger dermed et bredt tilbud av boligtypologier og ulik størrelse på boenheter for å kunne svare på forskjellige og endrede behov hos innbyggerne. I første og siste delen av boligkarrieren er for eksempel arealbehovet i boenheten ganske lite, da mange mennesker i denne livsfasen bor alene. Den såkalte mellomfasen er for mange preget av at man stifter familie, og dermed har større behov for plass. Parallelt med et passende tilbud av boformer, trenger området også et tilbud av tjenester og servicetilbud som for eksempel sosial infrastruktur med skoler, barnehagen og sykehjem. I tillegg til størrelsen er finansieringsordninger for bolig og leiligheter viktige faktorer for å kunne gi botilbud til ulike grupper i befolkningen (Chan & Lee, 2008).

## **7.5 Identitet i lokalsamfunn**

Et lokalsamfunns identitet støtter også sosiale prosesser og opplevelsen av tilhørighet. Forskning viser for eksempel at beboere som føler seg mer tilknyttet til lokalsamfunnet, er mer motivert for å delta og involvere seg, for eksempel i frivillig arbeid (Dury et al., 2016). Et områdes stedsidentitet påvirkes av de to elementene "opplevelsen av sted" ("sense of place") og "opplevelsen av lokalsamfunn" ("sense of community") (Sampson & Goodrich, 2009).

En positiv opplevelse av tilknytning til et sted betraktes som en viktig dimensjon ved begrepet sosial bærekraft fordi det er en integrert del av folks trivsel i nabolaget de bor i (Nash & Christie, 2003). En studie viser til at "opplevelsen av sted" kan støttes gjennom unik og tydelig arkitektur og landskapsdesign, landemerker og bruk av lokale og gjenkjennelige byggematerialer (Duany, 2003). Opplevelsen av stedets kvalitet påvirker igjen stedfølelsen. Steder som er preget av dårlig vedlikehold med for eksempel søppel eller tegn på vandalisme svekker følelsen av tilknytting og styrker følelsen av utrygghet. Opplevd utrygghet i det offentlige rom, reduserer personlig motivasjon for deltakelse i lokalsamfunnet og svekker dermed også sosiale relasjoner (Dempsey et al., 2011).

Opplevelsen av tilhørighet i et lokalsamfunn, omfatter en slags tilknytting til andre som bor i samme område. Det omfatter også tilknytting til de felles normer og den kultur som finnes i ett område (Kearns & Forrest 2000). Ifølge Talen (1999) kan en "følelse av fellesskap" defineres som kontakt og samhandling med andre, en slags følelse av å delta og ha "rett til å tilhøre" (motsatte av utenforskap). I fellesskapet etableres det egne regler som er unikt for ett område og fører til at området skiller seg fra andre steder (Relph, 1976).

## **7.6 Trygghet og sikkerhet**

Opplevelsen av trygghet er den siste viktige pilar i begrepet sosial bærekraft, og en premiss for at sosiale aktiviteter skal kunne forekomme i et område. Følelsen av trygghet støttes av samhandling mellom beboere, og dette kan fremme en følelse av å tilhøre et lokalsamfunn.

Attraktive offentlige rom med flere møteplasser og et brukervennlig design, oppmuntrer til bruk. Et "levende" offentlig rom med flere brukere, gjerne gjennom hele døgnet, bidrar også til en naturlig overvåking og støtter dermed opplevelsen av trygghet. Naturlig overvåking kan også tilrettelegges for gjennom å sikre visuelt overblikk og mulighet til å orientere seg i det offentlige rom. Videre vil vinduer i bygg som er i bruk, og som er orientert mot offentlige rom, også støtte en naturlig overvåking av byrom og gater.

| Ikke fysisk Faktorer                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Utdanning og opplæring</li> <li>• Sosial rettferdighet: inter- og generasjonssammenheng</li> <li>• Deltakelse og lokaldemokrati</li> <li>• Helse, livskvalitet og velvære</li> <li>• Sosial inkludering (og utrydding av sosial eksklusjon)</li> <li>• Sosial kapital</li> <li>• Fellesskap</li> <li>• Sikkerhet</li> <li>• Blandet tjenesteforhold</li> <li>• Riktig inntektsfordeling</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sosial orden</li> <li>• Sosial samhörighet</li> <li>• Samfunnssamhörighet (dvs. sammenheng mellom ulike grupper)</li> <li>• Sosiale nettverk</li> <li>• Sosial samhandling</li> <li>• Følelse for lokalsamfunn og tilhörighet</li> <li>• Sysselsetting</li> <li>• Boligstabilitet (mot omsetning)</li> <li>• Aktive samfunnsorganisasjoner</li> <li>• Kulturelle tradisjoner</li> </ul> |
| Hovedsakelig fysiske faktorer                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Urbanitet og tetthet</li> <li>• Attraktiv offentlig rom</li> <li>• Passende boligformer og –tilbud</li> <li>• Tilgjengelighet av tjenester</li> <li>• Flerbruk og sambruk av arealer</li> <li>• Trygg og attraktiv infrastruktur for gående og syklende</li> </ul>                                                                                                                                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• God offentlig transport infrastruktur</li> <li>• Fysiske møteplasser</li> <li>• Multifunksjonelle og fleksible bygg og steder</li> <li>• Unik og tydelig arkitektur og landskapsdesign</li> <li>• Oppbevaring av landmerker</li> <li>• Bruk av lokale og typiske byggematerialer</li> <li>• Åpen design av landskapet og arkitektur</li> </ul>                                          |

Figur 39

Faktorer som påvirker sosial bærekraft i byutvikling (etter Dempsey et al., 2011)

## 8 Eksempler

I dette kapittelet viser vi fram noen eksempler på stedsutvikling og planleggingsprosesser fra Norge og utlandet. Disse eksemplene illustrerer hvordan man kan skape gode steder å bo og leve ved å planlegge for forskjellige brukergrupper. Et spesielt fokus ligger på samlokalisering av forskjellige funksjoner– som Ladeslettas omsorgssenter eller Bråta generasjonssenter. Betydningen av å samkjøre kulturelle tiltak med fysiske tiltak vises godt fram i ByOasen i København. Videre er Tromsø kommune et godt eksempel på forankring av brukerbehov tidlig i planleggingsprosessen, da kommunen har utviklet sin egen strategi for utvikling av eiendommer til helse og omsorg.

### 8.1 Flergenerasjonsmøter i ByOasen, Københavns kommune

#### Bakgrunn

Dette eksempelet er tatt med fordi det viser hvordan man gjennom å skape aktiviteter for ulike demografiske grupper i samme byrom, kan legge til rette for møter mellom generasjoner. Eksempelet viser også verdien av at institusjoner for ulike aldersgrupper ligger lokalisert tett på hverandre.

#### Kilder

Københavns Kommune sine hjemmesider, intervjuer med brukere, personale og Miljøpunkt, samt observasjonsstudier som er utført av COurban.

#### Om ByOasen

ByOasen ligger sentralt lokalisert på Nørrebro i København. I et ellers svært tettbebodd område, utgjør den vel 50 000 m<sup>2</sup> store offentlige parken en viktig grønn lunge for lokalsamfunnet. ByOasen ble grunnlagt i 2008 som et samarbeid mellom lokale krefter og Miljøpunkt Nørrebro, og ønsket var å skape "en bybondegård, samlingspunkt og forsøgsværksted for en sund og bæredygtig levevis i byen". Fra 2008–2014 ble ByOasen driftet på frivillig basis av Miljøpunkt Nørrebro, før Københavns kommune i 2014 overtok tilbudet under ordningen "Bemandet legeplads". I 2016 var tilbudet truet av nedleggelse, men protester fra lokalsamfunnet førte fram og tilbudet er nå sikret finansiering fra kommunen fram til 2020. I dag har ByOasen fem ansatte (én dyrepasser og én pedagog på heltid og to pedagoger på deltid) som bistår i driften og vedlikehold av tilbudet.



Figur 40

Til venstre: Dyrene i ByOasen er et viktig trekkplaster for store og små. Til høyre: "Orangeriet" i ByOasen brukes til arrangementer og gir muligheter. Foto: COurban



## Visjonene bak ByOasen

ByOasen har en sosial visjon om å skape en møteplass der innbyggere kan møtes på tvers av alder, opprinnelse og sosiale lag. Gjennom å bygge sosiale nettverk og tilby meningsfulle aktiviteter for folk i alderen 0-100 år, har det vært et mål å skape "bynatur", nærmiljø og helse for alle. I følge representanten fra Miljøpunkt Nørrebro som deltok i intervjuet, var ønsket om å skape flere gode grøntområder i en bydel med få grønne lunger en viktig motivasjon bak utviklingen av ByOasen. Fordi ByOasen ligger i et område som har vært preget av gjengriminalitet, var også det å kunne "gi barna tilgang på dyr i stedet for våpen" fra starten av en viktig motivasjon. Resultatet var et samarbeid mellom Miljøpunkt Nørrebro og De Gamles By, som selv hadde et ønske om å invitere lokalsamfunnet inn og som så behovet for å gi økt eierskap til nabolagets grønne områder.

## ByOasen som møteplass

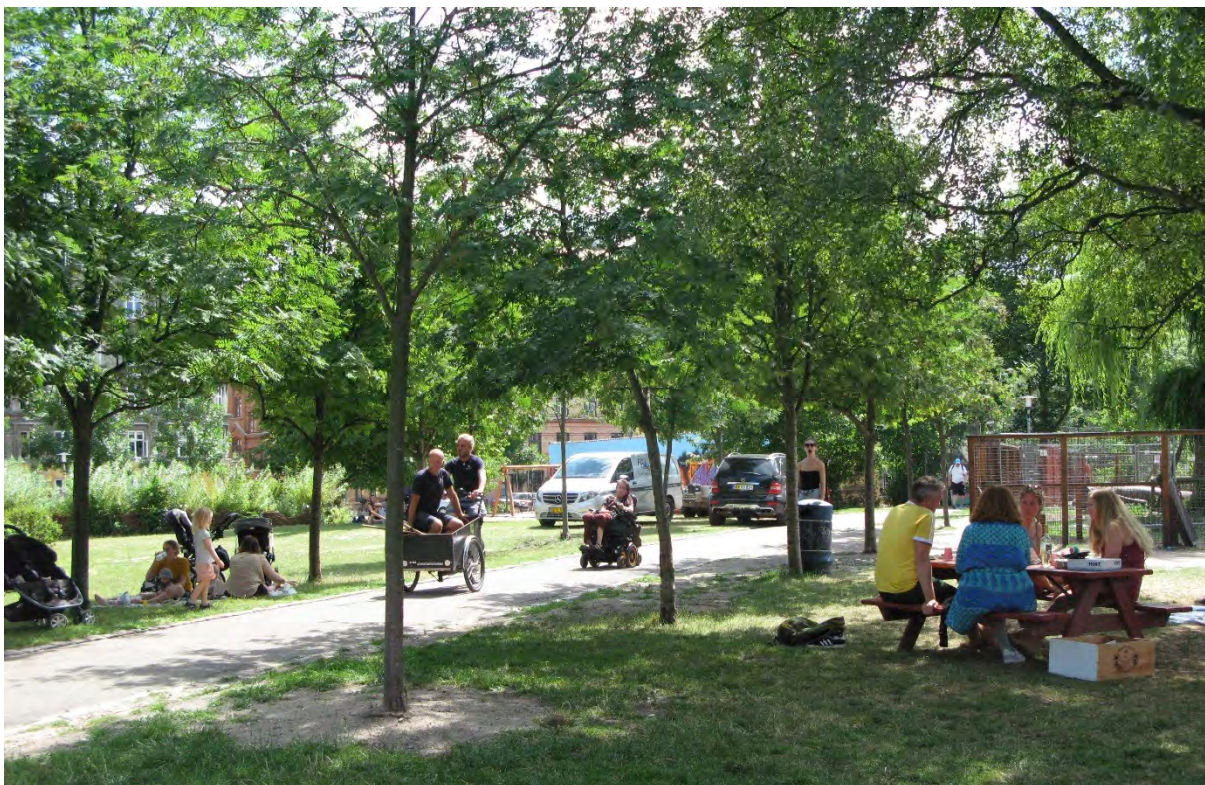
ByOasens beliggenhet gjør den til en naturlig møteplass for store og små. I den nordlige enden av parken ligger pleiehjemmet Slottet, samt pleie- og demenssenteret Klarahus, som begge er tilknyttet området De Gamles by. I øst ligger den videregående skolen Det frie Gymnasium, mens man ved den sørøstlige inngangen finner barnehagen Guldsmiden og Fritidshjemmet Møllegade. Fritidshjemmet er tilknyttet Guldberg skole som ligger et steinkast unna.



Figur 41  
Oversikt over ByOasen og det omkringliggende området. Tegning: COurban

ByOasen rommer mange ulike tilbud og aktiviteter. I et inngjerdet område midt i parken finner man høns, geiter, kaniner, mus og marsvin som man kan gå inn til og klappe. I parkens nordlige hjørne ligger et utendørskjøkken som kan anvendes av besøkende, mens det i motsatt ende er etablert 15 kolonihager som tas hånd om av skoler og barnehager i området. En gruppe på 12–15 frivillige steller de 17 dyrkekassene som er plassert utenfor pleiehjemmet Slottet, et tilbud som er åpent for alle, men som spesielt forsøker å inkludere ensomme i nabolaget. I tilknytning til ByOasen, om enn noe bortgjemt, finner man også et lite drivhus ("Orangeriet") som blir brukt til ulike arrangementer og som står åpent for alle som vil komme inn og nyte en kopp te eller kaffe. I parken finner man også to lekeapparater, en natursti, benker med og uten bord, samt en bikube og et område med sitteplasser tiltenkt utendørsundervisning.





Figur 42  
ByOasen tiltrekker seg mennesker i alle aldre. Foto: COurban

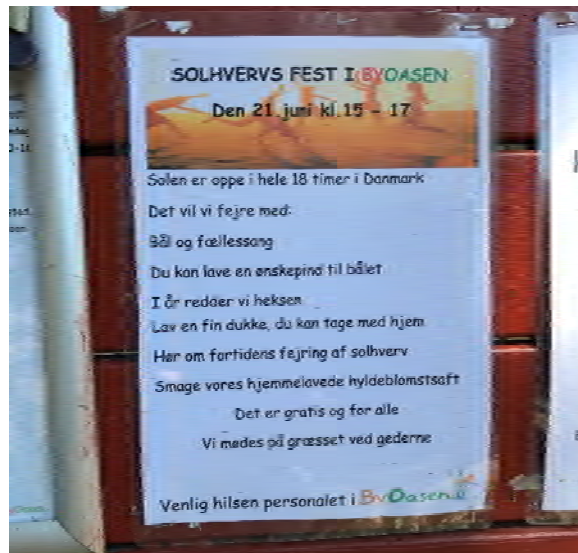
Under befaringen med ansatte ved ByOasen samt observasjoner av områdets bruk, var det tydelig at aldersgruppene som har tilknytning til institusjonene i området i stor grad benytter seg av ByOasen, om enn på ulike måter. For de lokale barnehagene og skolene fungerer ByOasen som et utvidet utendørsområde som legger til rette for både organiserte aktiviteter som dyrking i kolonihagene og interaksjon med dyrene, og mer uorganisert aktivitet som fri lek og oppdagelse. Josephine, en av de ansatte ved ByOasen, forklarte at de har et samarbeid med Guldberg skole, der de yngste elevene en gang i uken flytter deler av undervisningen til ByOasen. Hun opplever at det at barna benytter seg av området i skoletiden, bidrar til å skape eierskap, slik at de fortsetter å komme også i helgene og når de blir eldre. Områdets tenåringer bruker ofte benkene og plenen ut mot Møllegade og Det Frie Gymnasiet i dagtimene, mens de på ettermiddagen trekker mer ut i parken og til kolonihagen skolen drifter. De eldre ble hovedsakelig observert enten sittende på benkene vendt mot dyreinnehegningen eller spaserende på stien som går igjennom parken. Representanten fra Miljøpunkt Nørrebro understreket at ByOasens lokalisering mellom de mange institusjoner har vært optimal for å skape mer liv og aktivitet i tilknytning til pleiehjemmene, og at institusjonene var de første som ble invitert til å ta området i bruk. En av ungdommene som ble intervjuet delte denne oppfatningen: *"Beliggenhet, det ligger jo mega godt til så folk vil komme hit"* (gutt 16 år). To jenter som drakk en gratis kopp kaffe i Orangeriet mente også at ByOasen utgjør en naturlig del av området de beveger seg i: *"Det er jo pleiehjem, barnehager og skoler tilknyttet, så folk har jo sin hverdag her"* (jente 15 år).

### ByOasens fysiske utforming

Avskjermet fra de trafikkerte gatene omkring framstår ByOasen som et stille og rolig pusterom der både gamle og unge kan bevege seg fritt uten å tenke på trafiksikkerhet: *"Det er mange steder å sitte og slappe av. Det er veldig rolig her, ingen biler og det er stille"* (jente 16 år). At brukerne opplever området som trygt reflekteres også i måten barna får bevege seg fritt omkring i parken. ByOasens fysiske utforming kan i seg selv oppleves som relativt oppdelt, med flere ulike aktivitetssoner. I følge informanten fra Miljøpunkt Nørrebro har sonene ikke oppstått som et resultat av strategisk planlegging, men reflekterer ByOasens gradvise utvikling i tråd med når Miljøpunkt Nørrebro ble innvilget midler fra samarbeidspartnere. Noen av disse "sonene" kan anses som

tydelig rettet mot bestemte aldersgrupper. Kolonihagene er for eksempel forbeholdt barne- og ungdomsinstitusjoner, mens dyrkekassene først og fremst benyttes av de eldre. Det er likevel en rekke fysiske elementer som oppleves som inviterende for begge grupper.

Dyrene har stor attraksjonsverdi, ikke bare for barna som gjerne går inn til dem, men også for de eldre som ofte stopper opp og kikker på aktiviteten bak innhegningen: *"Barna vil helst leke og se på dyrene, de eldre vil jo også gjerne se på dyrene"* (ansatt ByOasen). Benkene både med og uten bord som er sentrert omkring dyreinnehegningen, gir folk mulighet til å sette seg ned og slappe av, og trekkes fram som positivt på tvers av generasjoner: *"Det er jo mange sitteplasser samlet så både lokale som bruker parken og skoleklassene kan sitte ved siden av hverandre"* (kvinne 24 år). Orangeriet skaper også fysiske rammer for et mer intimt rom der brukerne møtes på tvers av alder, enten over en uformell kopp kaffe eller til et av de mange arrangementene som avholdes der: *"Hvis det skjer noe i Orangeriet, så møter vi andre"* (kvinne og mann 80 år). *"Vi liker å komme hit til Orangeriet og bare slappe av. Mest når vi er på vei til eller fra skolen"* (jenter 15 år). Gjennom intervjuer med brukerne var det tydelig at mange opplevde at ByOasens aktiviteter ga dem en grunn til å oppsøke og oppholde seg i området, og at variasjonen i aktiviteter var viktig for å tiltrekke folk i alle aldre.



Figur 43

Til venstre: Kolonihagene blir passet av barne- og ungdomsinstitusjoner i bydelen. Til høyre: Det avholdes opp mot 140 arrangementer i ByOasen i løpet av et år. Foto: COurban

### De sosiale tiltakene er vel så viktige som det fysiske

En viktig del av ByOasens suksess ser ut til å være vel så mye koblet til de sosiale aktivitetene og det faktum at det er et bemannet tilbud, som til de fysiske rammene og strukturene. *"Det er veldig lett å komme hit når det er bemannet. Man føler seg velkommen og det er veldig lettvin"* (kvinne 24 år). Representanten fra Miljøpunkt Nørrebro la også vekt på verdien av de sosiale arrangementene:

Også var vi så heldige at de hadde et Orangeri som stod forsumpet, der skjedde det ingenting. Så fikk vi lov til å få det, og så la vi nye gulv der inne og fikk til noen ting. Også laget vi faste arrangementer for de eldre. Da hadde vi litt flere ressurser så vi kunne få folk ned en gang i uken for å synge. De eldre kom ned og noen ganger var det 40–50 mennesker til sang og musikk. Det var en historie, det var en av våre medarbeidere som tok en dame med ned, hun hadde ikke sagt noe på 13 år, og da hun kom hjem så sa hun "takk".



Den ansatte fra ByOasen forklarte at møtene mellom ulike aldersgrupper ofte oppstår spontant i byrommet eller finner sted under spesifikke arrangementer, heller enn at det er noe det er spesifikt planlagt for. Hun understreker videre at det, til tross for nærhet til pleiehjemmene, er mange gamle som har behov for assistanse for å kunne komme ned til parken eller Orangeriet. Da er det viktig at de ansatte ved ByOasen og pleiehjemmet tar initiativ til å invitere de gamle ut eller tar ansvar for å bringe ByOasen inn. I løpet av et år blir det for eksempel flere ganger lagt til rette for at både barn og dyr fra ByOasen kan komme inn på pleiehjemmet og besøke de gamle.



Figur 44

En ansatt og en eldre dame drikker en kopp kaffe i Orangeriet. Foto: COurban

De ulike aldersgruppene har mulighet til å delta både i felles aktiviteter og i enkelte tilbud i parken som de opplever at er målrettet for dem. Disse mulighetene ser ut til å fostre tilhørighet og eierskap, som igjen fører til at brukerne opplever det som enkelt og trygt å tilbringe tid i ByOasen. Tilhørighetsfølelsen mange opplever, reflekteres i brukernes beskrivelse av at de gjenkjenner og er på hils med både personalet og andre brukere av ByOasen:

Vi pleier å snakke med andre når vi sitter i vår kolonihage. Det er også mange man kan gjenkjenne når man er her, mange lokale folk og personalet selvfølgelig. (Jenter 15 år)

Åja, jeg kjenner personalet her og snakker med folk både i ByOasen eller ved Pleiehjemmet. Jeg snakker med de unge som går på skolen og barna. De er søte, ungdommene, men er de fulle eller oppfører seg dårlig, så sier jeg "nå må dere stoppe!" Også diskuterer vi noen ganger, det er morsomt. (Kvinne 70 år)

Måten lokalt eierskap har blitt fostret i ByOasen, ser også ut til å være svært viktig for tryggheten brukerne opplever: *"Det er også trygt her, folk stoler på hverandre og det er tillit"* (gutt 16 år). Mens det omkringliggende området på Nørrebro de siste årene har vært preget av en del kriminalitet, finnes det flere gode eksempler på hvordan sosialt utsatte gjennom inkludering og involvering er blitt viktige voktere av ByOasen, spesielt på kveldstid når de ansatte har gått hjem. Den ansatte ved ByOasen fortalte at de den siste tiden hadde hatt besøk av en ung hjemløs gutt som gjerne tok seg en gratis kopp kaffe i Orangeriet, og som gjennom sin tilknytning til ByOasen bidro til å passe på og holde et øye med stedet på kveldstid:

Vi hadde på et tidspunkt noen utfordringer med noen mennesker som saboterte, og det kostet jo ekstra penger ... Så tok vi noen av de gutter med i gruppen som lommepengeprosjekt sammen med noen av de sosiale organisasjoner vi samarbeidet med ... så stoppet saboteringen fullstendig, ved hjelp av inkludering. (Representant Miljøpunkt Nørrebro)

Brukernes eierskap til ByOasen blir også tydelig gjennom deres beskrivelser av hvordan de holder et øye med fasilitetene og passer på området og brukerne av det:

Jeg passer også litt på de eldre som er her, noen ganger snakker vi bare, men hvis jeg ser at de ligger på benken i uvær, eller er fulle eller hva det nå er, så ringer jeg pleiehjemmet eller ambulansen. Vi må jo passe på hverandre, de stakkarene skal jo ikke ligge ute i regn! (Kvinne 70 år)

### **Slik oppleves ByOasen av brukerne**

Fra intervjuer med brukerne av ByOasen er det tydelig at det er et sted folk opplever som inviterende og inkluderende. Flere av brukerne framhever at det beste med ByOasen er at det er åpent for alle og at alle respekterer og tolererer hverandre, noe som gjør at man føler seg velkommen: *"Alle aksepterer hverandre og det er derfor det er god stemning"* (kvinne 70 år). *"Det er en riktig god og åpen stemning her, mange kjenner hverandre og hilser. Det skal være plass til alle"* (jente 15 år). Under befaring og observasjoner ved ByOasen ser denne oppfattelsen ut til å stemme, og det ble observert brukere med ulik alder og etnisitet. Den ansatte la også vekt på at de ønsker å være et sted og tilbud hvor alle skal være velkommen: *"Her rommer vi alle, også hjemløse, så lenge de ikke sjenerer noen"* (ansatt ByOasen).

I hvor stor grad ulike aldersgrupper interagerer med hverandre, ser ut til å variere. Mens noen forteller at de kjenner igjen flere av dem som benytter seg av ByOasen og at de ofte slår av en prat med andre, er det andre som påpeker at den sosiale kontakten mellom aldersgrupper ofte avgrenser seg til et høflig hei. *"Vi holder oss mest her ved pleiehjemmet, men en gang i blant spaserer vi rundt og møter forskjellige folk. Når det er arrangementer på Orangeriet møter vi også noen søte små trollunger"* (mann 80 år). Selv om den sosiale kontakten mellom aldersgruppene kan variere, ser det imidlertid ut til å være enighet mellom informantene om at ByOasen oppleves som et inkluderende og trygt sted å være, og at det nettopp skyldes at ulike mennesker kan oppholde seg og benytte samme byrom.

Viktige grep for at ByOasen oppleves som et unikt sted i dag, skyldes en lang og grundig prosess der det har vært fokus på frivillighet og samarbeid mellom lokale beboere, institusjoner, interesseaktører og kommunen. Den naturlige plasseringen av ulike aldersbestemte institusjoner i nærheten av ByOasen, har videre vært viktig for at både lokale beboere, barn og eldre opplever eierskap til stedet. Mange nevner dessuten betydningen av at ByOasen er bemannet som avgjørende for at tilbudet opprettholdes og vedlikeholdes fysisk, men også for at man føler seg velkommen. Personalets kjente fjes bidrar for mange til at området oppleves som trygt. At området tilbyr mange ulike aktiviteter, framstår som avgjørende for at folk benytter seg av ByOasen, og det bidrar til å øke områdets attraksjonsverdi på tvers av aldersgrupper. Stedets fysiske utforming med ulike sittegrupper, aktivitetssoner, intime rom og mer åpne lekeområder skaper dessuten ulike former for møteplasser som tilrettelegger for møter mellom ulike mennesker og på tvers av generasjoner.



Figur 45  
Fra åpen dyregård. Foto: Karin Høyland



## 8.2 Flergenerasjonshus og et lite bofelleskap for beboere med demens, Eching, Tyskland

### Bakgrunn

Prosjektet viser på en interessant måte hvordan man ved hjelp av et flergenerasjonshus og noen boligprosjekter har lyktes med å integrere ulike bo og aktivitetstilbud i den ordinære bystrukturen. Dette er en integrert modell som de selv mener bidrar til få plasser i institusjon. Et bokollektiv for personer med demens er lokalisert i nærheten av "flergenerasjonshuset."

### Kilder

Presentasjon som ble holdt i Finland av daglig leder Siglinde Lebich i 2014, intervju med Siglinde Lebich (2016), presentasjon av prosjektet på nettstedet [www.asz-eching.de](http://www.asz-eching.de).

### Om Eching Sentrum

Eching er en kommune i distriktet Freising i Tyskland. Det ligger i det relativt velstående "pendlerbeltet" nord i München. En større befolkningstilstrømning fant sted på 70-tallet i forbindelse med de olympiske leker i München. Området består i hovedsak av små hus som familier flyttet inn i på 70-tallet. Mange av dem som bor der nå, er i alderen 60 til 70 år, altså eldre som foreløpig er relativt friske. Kommunen består av 14 407 innbyggere hvorav 2189 er over 65 år. Kommunen hevder at de klarer å møte behovene til den eldre delen av befolkningen på flere måter: gjennom hjemmetjeneste, aktivitetstilbud i "flergenerasjonshus", trygghetsboliger og det spesielt tilrettelagte bokollektivet på åtte personer med demens.



Figur 46

Situasjonsplan som viser utvikling av Eching sentrum. Generasjonshuset ligger sentralt i sentrum. Foto: Siglinde Lebich





Figur 47  
Inntrykk fra flergenerasjonshuset i Ecking. Foto: Karin Høyland

I 2007 startet prosjektet "flergenerasjonshus" i Eching. Det skulle bygges en form for allaktivitetshus/kommunesenter for å gi et tilbud til flere generasjoner av befolkningen. Bygget ble ferdigstilt i 2007 etter en arkitektkonkurranse og ligger midt i sentrum av byen. Senteret består av et aktivitetssenter samt trygghetsboliger bestående av 21 leiligheter. Like i nærheten ble det senere også bygget 30 leiligheter for samme målgruppe, samt et lite bokollektiv på 8 enheter for personer med demens. Man opplever at "Flergenerasjonssenteret lever opp til ambisjonene selv etter sju års bruk. Senteret består av to etasjer, 1. etasje og sokkeletasje. På bakkeplan ligger pub, fellesrom, kafé og kjøkken. En rekke rom blir utleid til privatpersoner og virksomheter.

Ved befaring så det ut til at flergenerasjonstilbudet fungerte godt som forebyggende tiltak, med mange ulike aktivitetstilbud for både hjemmeboende og beboere som bodde i anleggene tilknyttet senteret. Det at huset gir tilbud til ulike grupper av befolkningen bidrar trolig til at terskelen er relativt lav for å oppsøke tilbudet. Ut ifra befaringen er det imidlertid vanskelig å få et bilde av hvor mye beboerne i bokollektivet greide å benytte seg av tilbudene i flergenerasjonshuset, til tross for at det lå fysisk relativt nært. I hvilken grad det øvrige botilbudet virker "sykehjemsutsettende" er vanskelig å få et klart bilde av.



Figur 48  
Glassatrium i flergenerasjonshuset. Svalganger rundt med selvstendige leiligheter. Foto: Karin Høyland



### 8.3 "Generasjonskonseptet Bråta", Nedre Eiker kommune

#### Bakgrunn

Bråta bo- og aktivitetssenter i Nedre Eiker kommune presenteres her fordi det har lyktes i å fungere som et slags generasjonssenter. Senteret er nærmeste nabo til Veiavangen ungdomsskole og hvert storefri fylles kaféen på Bråta med liv og røre av sultne skoleungdommer. Å delta i oppgaver på Bråta er en del av undervisningen på skolen (blant annet dataopplæring til beboerne). De har også tett samarbeid om utplassering av elever, noe som har resultert i at flere elever har valgt helsearbeideryrket. Senteret består av flere deler som hver har ulike boligtilbud for ulike målgrupper.

#### Kilder

Teksten baserer seg på en befaring gjennomført av SINTEF Byggforsk den 23. september 2015. Mer fakta om tilbudet på Bråte bo- og aktivitetssenter finnes i disse publikasjonene:

- Høyland, K. (2014). *Fremtidens omsorgsplasser*. Rapport. SINTEF Byggforsk.
- Høyland, K., Woods, R. og Solberg, S. (2014). *Erfaringer fra to nye omsorgssentre*. Rapport. Norsk Form.



Figur 49  
Takterrassen anses som en suksess. Foto: Silje Strøm Solberg

#### Om generasjonskonseptet Bråta

Bråta samarbeider med flere frivillige organisasjoner og foreninger som for eksempel Lions og Rotary, men det er vanskelig å skaffe folk til frivillig arbeid utenom lag og foreninger. Kiosken på Bråta er bemannet av frivillige. Overskuddet fra Jaktbua og kiosken går inn i neste års budsjett. Bråta opererer uten kulturelt driftsbudsjett, da de flere år på rad har gått med overskudd.

En spørreundersøkelse gjennomført av SINTEF Byggforsk i 2015 bekrefter at beboerne opplever tilfredshet med tilbudet. De aller fleste beboerne har krysset av på påstanden om at "dette er et godt sted å bo slik situasjonen min er nå". De svarer også at de opplever at de får den hjelpen de trenger. De fleste oppgir at de får noe hjelp av slekt og venner. Det er viktig å merke seg at nesten halvparten oppgir "mye tid alene" som en viktig årsak til at de flyttet dit. Botilbudet på Bråta oppleves som et trygt sted å bo. Dette begrunnes først og fremst med at ansatte passer på og er tilstede hele døgnet. 75% av de som har svart, svarer at de nesten daglig treffer de andre beboerne, noe som indikerer at de anser at det sosiale miljøet har stor betydning for innholdet

i deres hverdagsliv. Over halvparten av de som har svart, krysser av på at de deltar på felles aktiviteter en gang i uka eller oftere. Hva de liker best, fordeler seg likt mellom ulike arrangementer som konserter og mer uformelle aktiviteter som å besøke kaféen. De forklarer at det er tungvint og slitsomt å dra andre steder slik helsa er nå. De oppgir at de lett blir slitne og ikke lengre orker å oppsøke aktiviteter langt unna. Beboeren Anne (91) går på dagsenteret på Bråta 2–3 ganger i uken, og hun uttaler: "Det er sosialt å bo så nære Bråta, jeg kan bare ta meg en tur inn når det passer meg!" Anne skryter spesielt av de deilige frokostene.

Når vi ber pårørende prioritere utsagn de er enige i, er det disse tre som topper listen:

- Jeg opplever omsorgsboligen og det omsorgstilbudet som gis, som et godt tilbud.
- Jeg opplever at beboerne betrakter boligen som sitt hjem, og at dette er viktig.
- Det er viktig at boligen er lokalisert i nærheten av tilbud som kafeteria, frisør, bibliotek og så videre.

Det kom også fram svar på hva de mente kunne vært bedre:

- "Min mor er avhengig av rullestol og jeg skulle ønske omsorgsboligen var tettere knytta til aktivitetssenter ved å slippe å gå ut for å komme dit."
- "Personalet kunne i større grad samle/aktivere beboere til felles hygge som å trille/gå tur med dem."

Tjenesteleder gir uttrykk for at det oppleves som et attraktivt sted å jobbe på Bråta. Det er ikke noe problem å få søkere til helsefagstillingene ved senteret. De ansatte framhever nærhet til kulturtilbudene i aktivitetssenteret som en viktig kvalitet ved tilbudet.



Figur 50  
Bokollektiv for personer med demens. Foto: Karin Høyland

## 8.4 Ladesletta omsorgssenter, Trondheim kommune

### Bakgrunn

Vi har trukket fram Ladesletta omsorgssenter fordi de har gode erfaringene med samlokalisering av barnehage og sykehjem. Dette bidrar til ulike aktiviteter og rørende møter mellom generasjonene. De har også et dagtilbud/arbeidstilbud (BOA) hvor psykisk utviklingshemmede bidrar inn i sykehjemsdriften. Dette anses også som svært vellykket.

### Kilder

Befaring og intervju med enhetsleder Torill Rugelsjøen, 15.04.2015

### Om Ladesletta omsorgssenter

- cirka 100 brukere av dagtilbud for eldre per uke
- 78 beboere i sykehjemmet
- 37 omsorgsboliger
- cirka 50 brukere av dagtilbud/arbeidstilbud for psykisk utviklingshemmede (BOA) per uke
- 90 barn i barnehagen



Figur 51  
Ladesletta omsorgssenter. Illustrasjoner Trondheim kommune Foto: Karin Høyland



## Generasjonsmøter

Anlegget har felles kafe, gymsal, uteområder, møterom og aktivitetskoordinator.

Akkurat dette konseptet med flere tilbud under samme tak opplever vi som en klar suksess. Det skjer veldig mye og det er rørende møter som oppstår på grunn av denne samlokaliseringen mellom barnehagen og sykehjemmet. Samlokalisering er en viktig forutsetning for dette, men like viktig er aktivitetskoordinatoren Marit. Hun er primus motor for alt som skjer. Det foregår masse fellesaktiviteter i gymmen, vi har dans og sang og kor. Da kommer de fra alle krokar av anlegget her. Jeg har ikke hørt EN negativ tilbakemelding fra de eldre om at det er unger eller utviklingshemmede her. I sommer syklet ungene her nede i sansehagen på de asfalterte stiene. Det er flott at arealene kan brukes til flere ting, og det bidrar til aktivitet og spennende møter. (Enhetsleder)

Aktiviteter har tatt seg opp. Det kunne være enda mer aktiviteter. I går var de på film i gymsalen. Det er greit at det skjer noe. Hvis de sitter 4-5 i stuen, sitter de ofte helt stille og ikke snakker. Det skal være en aktivitet hver dag. Men det er ikke hver dag, men ganske ofte. Mest inne. Hvis det er dårlig vær går hun en runde i trappene - sammen med besøkende. Det er greit at kafeen er der. Den er åpen bare på dagtid og jeg er sjelden der på dagtid. Det kunne vært åpen i helga. De som er der på dagtid tar henne med på kafeen. (Pårørende til sykehjemsbeboer)

Barnehagen er innom en gang i måneden. Hun setter pris på alt som skjer. Dattera mi har en hund som hun tar med seg. Det er også populært. (Pårørende til sykehjemsbeboer)



Figur 52  
Filmkveld arrangeres for alle. Foto: Marit Brodal

## Dagtilbud for Psykisk utviklingshemmede som bidrar i driften

I anlegget har vi et arbeidstilbud til yngre psykisk utviklingshemmede (BOA). Brukerne på BOA gjør en strålende jobb for hele tilbudet her. Vi har en kontainer som fylles med 200 kg pressa papp i uka. Dette er det jo egentlig helsepersonell som skal gjøre. Folk sto på timevis ute og stappet papp i kontainerne. Etter at BOA tok den jobben slipper vi det. Vi har også leaset en papp pressemaskin som de bruker. Brukerne fra BOA kjører også kiosk tralle rundt i hele anlegget, en gang i uka. Dette tilbudet er svært populært både i sykehjemmet og i omsorgsboligene. De viser stor arbeidsglede, er pliktoppfyllende og aldri borte fra jobb! Det er virkelig en av suksessene her. Vi opplever at vi jobber her sammen og bidrar alle med vårt til driften her. (Enhetsleder)





Figur 53  
Dagtilbud for Psykisk utviklingshemmede som bidrar i driften. Foto: Marit Brodal



Figur 54  
Impresjoner fra Ladesletta. Fotograf: Marit Brodal





Figur 55  
Impresjoner fra Ladesletta. Fotograf: Marit Brodal

## 8.5 Fra botilbud til områdeplanlegging, Tromsø kommune

### Bakgrunn

Mennesker med funksjonsnedsettelse har i løpet av de siste tiårene krevd sin rett til å del Norge har vært et foregangsland i Norden når det kommer til arbeidet med å skape et inkluderende samfunn der det er rom og plass for alle. Arbeidet med tilbud til personer med demens har ikke i samme grad vært del av dette arbeidet. Nå viser flere kommuner vei, gjennom både sosiale tiltak og fysisk planlegging for å skape et nærmiljø med botilbud, også for dem som trenger spesiell tilrettelegging.

### Kilder

Teksten baserer seg på sammendraget av strategidokumentet/høringsutkastet "Strategi for utvikling av eiendommer til helse og omsorg i Tromsø mot 2030", den 06.05.2013 (Eiendom, Tromsø kommune).

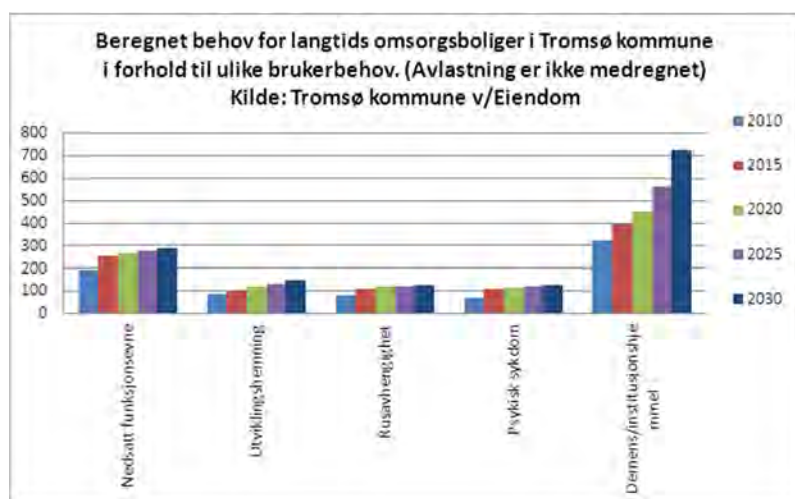
### Om strategisk eiendomsutvikling i Tromsø kommune

Tromsø er én av kommunene vi kjenner til som har kommet lengst i å tenke planmessig om helse og omsorg. Med støtte fra Husbanken laget kommunen dette strategidokumentet. Kommunen så på hvordan både boliger og velferdssenter kunne fungere som motorer i områdeutviklingen. Samtidig var man opptatt av hva nærmiljøet kunne bidra med av service og rekreasjonsområder for å gjøre hverdagen i sykehjem og velferdssenter mer attraktive.

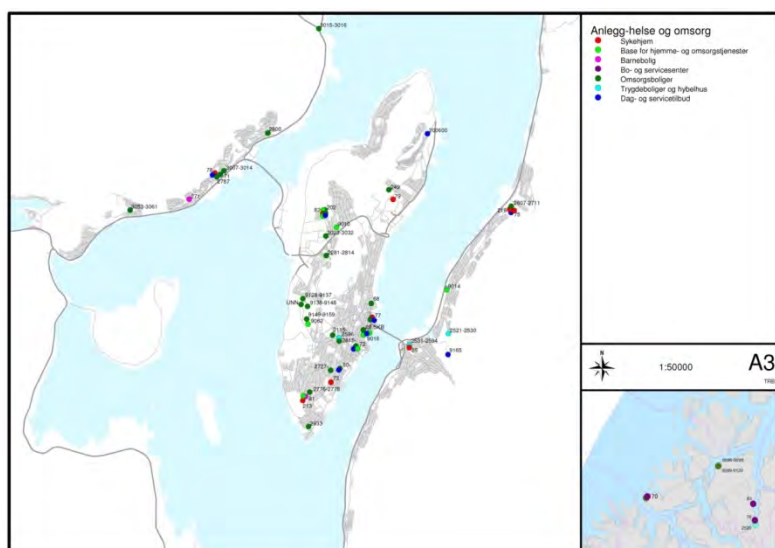


Figur 56  
Strategi for utvikling av eiendommer til helse og omsorg i Tromsø 2012–2032

Målet var altså å legge en strategi for en robust eiendomsutvikling for å møte framtidens bolig-, omsorgs- og pleiebehov på en kostnadseffektiv måte, både med tanke på bygningsmessige tiltak og med tanke på tjenestetilbudet/-utøvelsen. En viktig del av dette planarbeidet var kartlegging og vurdering av egnethet for alle eksisterende eiendommer som brukes til helse og omsorg. Hva skulle beholdes, omdisponeres til annen brukergruppe, om-/tilbygges eller saneres? Kartleggingen dannet grunnlaget for anbefaling om videre bruk.



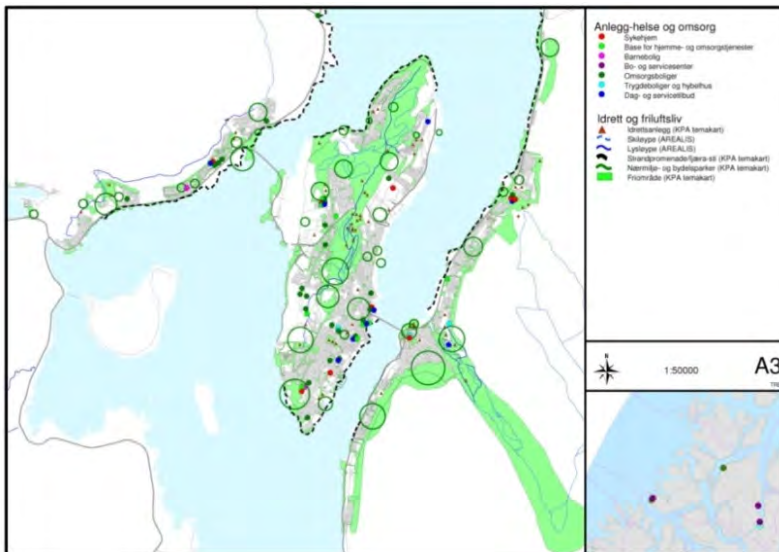
Figur 57  
Behov for langtidsomsorgsboliger i Tromsø kommune. Tabell fra "Strategi for utvikling av eiendommer til helse og omsorg i Tromsø 2012–2032"



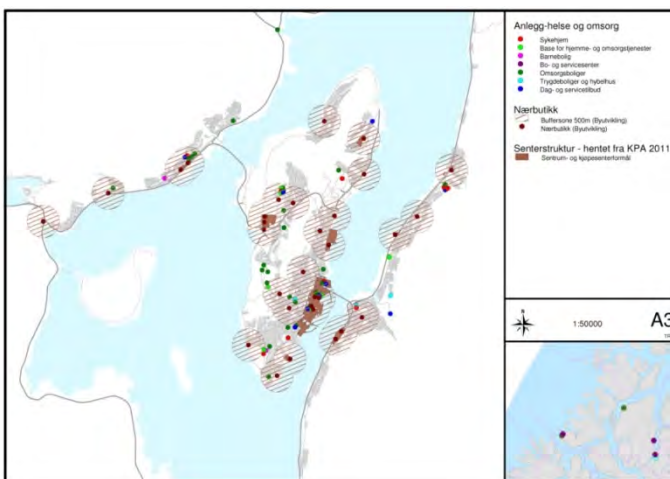
Figur 58  
Kart over eksisterende eiendommer brukt til helse og omsorg som grunnlag for utvikling i Tromsø kommune. "Strategi for utvikling av eiendommer til helse og omsorg i Tromsø 2012–2032"



Figur 59 er et tradisjonelt folkehelsekart som viser tilgangen til grøntområder, tilrettelagte parker og nærmiljøanlegg, turveier og så videre. Det er til bruk for drøfting av lokalisering av ulike tiltak. Kartet over senterdannelser (figur 60) er trolig et like viktig "folkehelsekart" som det tradisjonelle "folkehelsekartet". Det viser senterdannelsene i Tromsø og alle nærbutikkene – som fungerer som viktige møteplasser for mange! Turen til sentrum, til kjøpesenteret eller på nærbutikken er for mange dagens høydepunkt sosialt og gir en opplevelse av mestring. Dette er derfor en viktig premiss for lokalisering av tilbud.

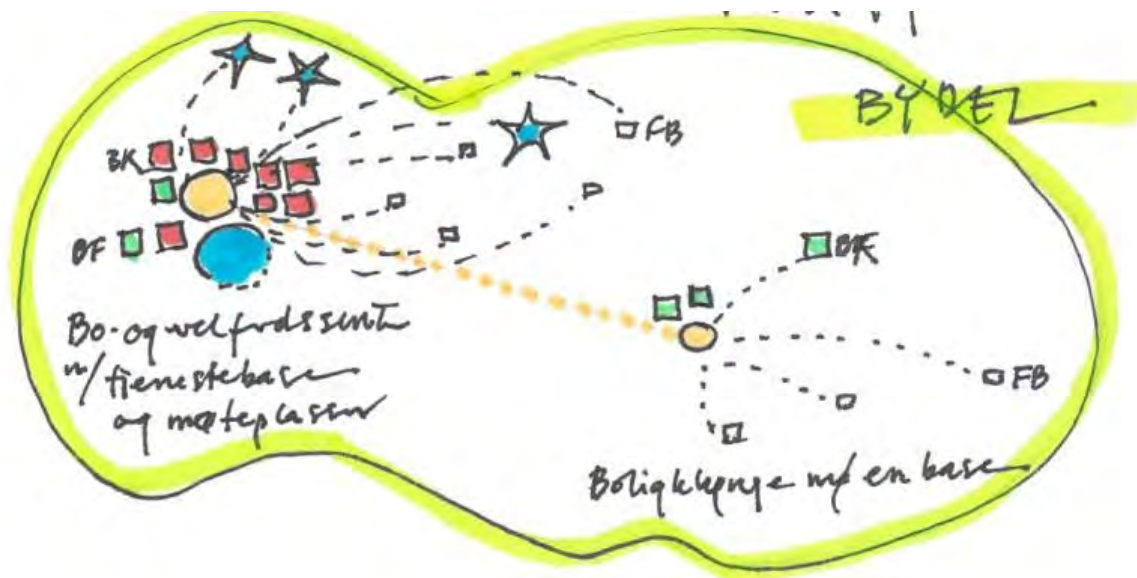


Figur 59  
Kart over grøntområder i Tromsø kommune. "Strategi for utvikling av eiendommer til helse og omsorg i Tromsø 2012–2032"



Figur 60  
Kart over senterdannelser i Tromsø kommune. "Strategi for utvikling av eiendommer til helse og omsorg i Tromsø 2012–2032"





Figur 61  
Planlegging og lokalisering av bo- og velferdssenter. Tromsø kommune

Videre i dette planarbeidet var det viktig å foreslå aktuell lokalisering av nye helse- velferdssentre (BOV) – med boligdel, tjenestebaser og møtesteder for "alle". Dette ut ifra det kartgrunnlaget som vist over. I nærheten av disse helse- og velferdssentrene etableres boligklynger for yngre og privatfinansierte kollektive seniorboliger.

Bo- og velferdssenter blir med dette en viktig del av bydelene:

- Beboere i boligene: personer med behov for tjenester hele døgnet, stor andel med kognitiv svikt, men bogrupperorganisert
- Brukere av senteret: alle på tvers av generasjoner, brukergrupper og frivillige
- Boliggjøring: de tre delene er fysisk adskilt, men anlegget som sådan skal integreres i nærmiljø, nærmest mulig etablerte bydelssenter og styrke det om mulig
- Offentlig tilgjengelig del må inneholde funksjoner som alle i bydelen kan og vil oppsøke, slik at det fungerer som et møtested

Kommunen avsetter tomt, og anskaffer bygningsmassen. Som hovedregel er kommunen også byggherre og eier selv, men OPS vurderes også for deler av anleggene.

Otium er et nytt sykehjem med omsorgsboliger og er under planlegging. Det skal fungere som en pilot for det nye konseptet i kommunen. Grunnlaget for denne planen ligger i en hjemmebasert omsorgsprofil etter BEON-prinsippet. Prinsippet krever en velutviklet omsorgstrapp med godt koordinerte tjenester som dagsenter, avlastningstilbud og så videre. Samlokaliserte og tilrettelagte privatfinansierte seniorboliger og kommunale omsorgsboliger kan gi bedre livskvalitet for brukerne og mer effektiv drift for kommunen enn en spredt (ene)boligstruktur.

Programmering av framtidens tjenestestruktur og byggeprosjekter skal ta utgangspunkt i relevante og framtidens- rettede forbilder for bo- og arbeidsformer. Her er det viktig med:

- faglig god og kostnadseffektiv struktur og logistikk (tjenesten)
- god livskvalitet og "hjemmefølelse" for brukerne (boligen)
- der det er aktuelt: stor grad av integrering i lokalsamfunnet

Ulike brukergrupper har ulike behov, tilbudet skal tilpasses bruker – bruker skal ikke tilpasses tilbud.

Målsettingen var videre å identifisere en operativ tomteportefølje etter følgende prinsipper:

- lokalisering som skaper god byutvikling og legger til rette for rasjonell drift
- samlokalisering som skaper trivsel, miljø og integrering
- sambruk som gir rasjonell bruk av kommunal eiendom

Porteføljen gir mulighet til å være i forkant av tiltakene (regulering og bygging samt mellomløsninger for beboere som må flytte ut) og å ha et videre omfang enn lovpålagte kommunale oppgaver. Kommunen skal styre helheten, men samhandle med private for å tilrettelegge gode tilbud.

Det intermediære tilbudet med behandlings, observasjons- og rehabiliteringsplasser skal styrke en koordinert og helhetlig tjeneste- og tiltakskjede for brukerne. Dette utvikles i samarbeid med UNN og nabokommunene. Til slutt ønsker kommunen å ha fokus på omsorgsteknologi som trygghetsskapende mulighet. Teknologi skal ikke erstatte (men kan frigjøre) hender.

## 8.6 Fra botilbud til demensvennlig samfunn, Moss kommune

### Kilder

- Høyland, K; Kirkevold, Ø; Woods, R; Haugan, G. (2015) *Er smått alltid godt i demensomsorgen? Om bo- og tjenestetilbud for personer med demens*. SINTEF akademisk forlag
- Intervju med ordfører i Moss kommune, Tage Pettersen: <https://www.nrk.no/ostfold/ordforer-demensgodkjenner-butikker-1.11387592>

### Nasjonalforeningens arbeid med demensvennlig samfunn

Nasjonalforeningen for folkehelse jobber for tiden med en kampanje for et mer demensvennlig samfunn. De ønsker å legge til rette for at mennesker med demens skal kunne opprettholde et aktivt liv så lenge som mulig. Ordfører i Moss kommune Tage Pettersen sier følgende i intervjuet med foreningen:

Man tror at dette kan bli mulig hvis vi alle er litt mer oppmerksomme, har litt mer kunnskap og kan bidra litt oftere med en hjelpende hånd. Det er viktig for både livskvalitet og helse. Felles for mange med demens er at de er fysisk friske når de får en hjernesykdom, slik som for eksempel Alzheimers sykdom. De går fra en tilværelse med selvstendighet og aktivitet til å få økende problemer med å klare seg alene. Mennesker med demens trenger ikke bare gode omsorgstjenester og pleie. De trenger også å få hjelp til å leve selvstendig, være trygge når de er ute og gjør ærender eller går tur, og få en hjelpende hånd når det er vanskelig å orientere seg.

Derfor mener nasjonalforeningen at alle deler av samfunnet kan bidra, ikke bare helsesektoren. Dette arbeidet har så langt først og fremst resultert i et opplæringsprogram som organiseres av nasjonalforeningen.

Allerede har flere kommuner signert avtale med og er med i opplæringskampanjen: Moss, Ulstein, Bærum, Askøy, Arendal, Løten, Hamar, Gjøvik, Grimstad, Åfjord, Surnadal, Kristiansund, Oppdal, Sarpsborg, Tromsø, Lillehammer, Kongsvinger og Stange. Kommunene har satt i gang opplæring av taxisjåfører, apotekansatte, bankansatte og butikkpersonell.

Moss ordfører Tage Pettersen var i Skottland i 2013 for å lære hvordan byen hans kan bli Norges mest demensvennlige by. Med inspirasjon fra byen Motherwell jobber kommunen målrettet for å bli et mer "demensvennlig samfunn". Både foreninger, klubber, lag og handelsstanden har stilt opp på hver sin måte for bedre å ta vare på mennesker med demens. "Vi ble inspirert av hvordan de har jobbet for å tilrettelegge samfunnet for personer med demens, dette skal vi også gjøre ved å engasjere frivillige og næringslivet på samme måte som de har gjort i Motherwell", sier Pettersen. Han forteller videre:

I Motherwell får for eksempel dama med Alzheimer hjelp på handleturen av butikkens ansatte. Når alarmen går hos brannvesenet, får de beskjed om det er hjemme hos noen med demens. Fotballklubben har egne samlinger der folk med demens kan komme sammen og snakke om fotball. Det er imidlertid lite fokus på fysisk planlegging når vi ser nærmere på kampanjer om et mer demensvennlig samfunn. Samtidig er det relativt åpenbart at dess mindre, mer kjent et nærmiljø er, vil mulighetene for å mestre hverdagen også utenfor boligen trolig øke. I hvilken grad er man avhengig av å måtte kunne kjøre bil for å oppsøke parken eller butikken? I hvilken grad finnes det turstier som er merket og som hjelper deg å finne både fram og tilbake om du har demens i et tydelig stadium av sykdommen? Hvis du må flytte til en mer tilrettelagt bolig, i hvilken grad er det mulig å kunne bli boende i det samme og kjente nærmiljø? I hvilken grad er spesielt tilrettelagte botilbud for personer med demens (inkl. sykehjem) lokalisert slik at du fortsatt kan oppsøke steder du har vært før og er vant til å gå? Dette handler om fysisk planlegging! Det er svært mye fokus på hva teknologien kan støtte, men dette handler også om

hvordan vi organiserer våre nærmiljø og hvor vi lokaliserer ulike dagtilbud, og ulike botilbud (inkludert sykehjem). (Tage Pettersen)



## 8.7 Landsbyutvikling på Åkle, Iveland kommune

### Bakgrunn

Eksempelet fra Åkle i Iveland kommune er valgt fordi det illustrerer hvordan en kommune har gått fra spredt til tett stedsutvikling. Ved å legge vekt på lokal forankring, aktivitet, trygghet, fortetting, samlokalisering og klimavennlig arkitektur har de satset på å styrke stedsidentitet og sentrumsutviklingen i kommunen. Eksempelet viser hvordan en liten landbrukskommune har arbeidet med menneske- og klimavennlig stedsutvikling til inspirasjon for andre. Iveland forklarer selv de var blant "norgestoppen" i antall år de eldre bodde på institusjon. De hadde ikke velegnede leiligheter og boliger for eldre. Gjennom å investere i en landsbyutvikling har man redusert kommunens helsebudsjett. Dette er et godt eksempel på en kommune som klarer å planlegge på tvers av siloene.

### Kilder

Ordfører Gro-Anita Mykjålands presentasjon av Åkle på BYLIV-seminaret 2018 (Norske arkitekters landsforbund, 28. august 2018), kommunalsjef Egil Møllands presentasjon, Arkitektur.no, Iveland kommunes hjemmesider, Ola Roald AS Arkitektur, Merkus – for butikken og bygda.

### Om Iveland

Iveland er en liten kommune i Aust-Agder. Med cirka 1300 innbyggere har kommunen historisk bestått av de tre bygdesentraene Birketveit, Vatnestrøm og Skaia. Iveland kommune hadde i lang tid et ønske om å utvikle et kommunesentrum på Birketveit, men det skulle ta mange år før planene ble realisert. Fra den første stedsanalysen ble gjennomført i 1998, var det først i forbindelse med utlysning av parallelloppdrag for området i 2008, at planene virkelig fikk ben å gå på. En utløsende faktor var at Iveland var del av Husbankens "BLEST"-program. Husbankens utenfra blick var ifølge kommunen en utløsende faktor, for at nytenking en ble satt i gang. Vinnerforslaget var utarbeidet av arkitektkontoret Ola Roald AS Arkitektur som hadde utviklet det urbane landsbykonseptet "Åkle". Med Åkle hadde arkitektene løst kommunens utfordring med spredt bebyggelse og få samlede funksjoner, ved å legge vekt på fortetting, samlokalisering av funksjoner, møteplasser og miljøvennlig arkitektur, samtidig som stedets identitet var blitt ivaretatt. I dag framstår Birketveit som et moderne lokalsentrum med blant annet dagligvareforretning, kafé, interiørbutikk, skole, kommunehus, bibliotek, mineralutstilling, sentrumspark og boliger i gangavstand til busstopp og flotte naturområder.

| Strategi før 2005                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Strategi etter 2005                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"><li>○ "På landet vil alle bo på småbruk eller i store hus med stor tomt"</li><li>○ Tre bygdesentra med spredt bebyggelse</li><li>○ Næring/handel spredt rundt om i kommunen</li><li>○ Kommunale publikumsfunksjoner utilgjengelige utenfor åpningstid</li><li>○ Hull i boligmarkedet – mangel på leiligheter</li><li>○ Tilrettelegging for kjøring til døra</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>○ Prioritere ett sentrum</li><li>○ Sentrum må være attraktivt</li><li>○ Planlegging av små boenheter nær sentrum, utvikling av ny sentrumsplan</li><li>○ Samling av servicetjenester</li><li>○ Boliger nær hovedbusstopp, innfartsparkering langs bussruter med hyppig frekvens</li><li>○ Bevisst forhold til områder</li></ul> |

Figur 62

Endringer i strategi, fra Gro-Anita Mykjålands presentasjon av Åkle på BYLIV-seminaret 2018 (Norske arkitekters landsforbund, 28. august 2018)





Figur 63  
Impresjoner fra medvirkningsarbeid på Åkle. Foto: Gro-Anita Mykjåland

### Sentrumsfunksjoner og møteplasser

Birketveit sentrum rommer i dag flere ulike funksjoner. Det første som ble etablert i forbindelse med Åkle prosjektet var et næringsbygg med dagligvareforretning, kafé, interiørbutikk, mineralmuseum, bibliotek og bygdekino. I næringsbyggets andre etasje ble det etablert 8 private leiligheter. Etterfølgende ble det oppført to bygg med ytterligere 18 leiligheter vendt ut mot et felles torg. Med tiden er det også planlagt at sentrumsområdet kan utvides med flere boliger og bygg. Åkles sentrale plassering tett på eksisterende tilbud som bussholdeplass, skole, kirke, sykehjem og kommunehus er av kommunen trukket fram som viktig for å skape et levende sentrumsområde.

At området skal oppleves som attraktivt for ulike befolkningsgrupper, har vært ansett som viktig for å oppnå målet om å skape gode møteplasser både utendørs og innendørs. Planleggingen av leiligheter i ulike størrelser har bidratt til å tiltrekke både unge i etableringsfasen og eldre som ikke lengre kan eller ønsker å bo i enebolig. I tillegg er det etablert mer private møteplasser i tilknytning til leilighetene, slik at naboer enkelt kan treffes over en kopp kaffe og en prat. Offentlige møteplasser har på den andre siden blitt tilrettelagt gjennom lokaliseringen av det selvbetjente biblioteket i tilknytning til dagligvareforretningen, kafeen og mineralutstillingen. Samlokaliseringen av disse tilbudene har skapt en populær uformell møteplass for lokalsamfunnet, hvor det i tillegg til tilfeldige møter mellom sambygdingene også har blitt arrangert "bli-kjent"-samlinger inne i kafeen. I 2015 vant dagligvareforretningen prisen "årets nærbutikk på Sørlandet", og daværende kommunalminister Jan Tore Sanner hylltet butikken for sitt bidrag til å skape et levende sentrum:

Birketveit Mat er et eksempel på morgendagens nærbutikk. De har satset på samlokalisering i samarbeid med kommunen som framleier og pådriver for styrket sentrumsfunksjon. Nærbutikken er avgjørende for å gjøre det nye sentrumet i bygda levende. Den bidrar til å gjøre prosjektet "Åkle" vellykket og til inspirasjon for andre lokalsamfunn

Også i utformingen av utendørsområdene har man jobbet strategisk for å fremme møter mellom mennesker. Området foran kommunehuset har gått fra å være et kjedelig asfaltert område, til å bli en attraktiv og grønn sentrumspark med sitteplasser, fontene og lysthus. I tillegg har man økt tilgjengeligheten til vannet ved å etablere en universelt utformet fiske- og badeplass på Dolteneidet. Nær nybyggene er det også dannet et felles tun som med tiden vil utgjøre del av et større torg. TUNET er utviklet med mål om å skape trivsel og aktiviteter for alle aldre, og har blitt universelt utformet. Videre har man ved å plassere bilene i en parkeringskjeller med

inngang fra den delen av sentrum hvor folk ferdes lite, skapt et bilfritt sentrumsområde som fremmer trygghet og myketrafikanter.

Mens Åkle-prosjektet utvilsomt har bidratt til introduksjonen av en rekke mer urbane kvaliteter, har man samtidig klart å synliggjøre og bevare Ivelands unike historie og stedsidentitet. Fra å være en anonym fjellskrent ved innkjørselen til Iveland kommune, har for eksempel utskjæringen av "Ivelandsveggen" blitt både et landemerke og en identitetsmarkør for Iveland som mineralkommune. I tillegg har mineralutstillingen som i dag finnes i næringsbygget fra starten av vært planlagt som en viktig del av stedsidentiteten til framtidslandsbyen Åkle. Mange av tiltakene som er blitt gjennomført på Åkle, er direkte resultater av medvirkningsprosessene, noe som tydelig viser at innspillene fra innbyggerne har blitt tatt på alvor.

| Innspill                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Status per 18. oktober 2017                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Forbedring av strandområde</li> <li>• Tilrettelegging av ny badeplass</li> <li>• Lysthus på utsiktstomt</li> <li>• Rydding av skog og beplantning av allé</li> <li>• Bauta/mineralvegg i "porten" til Iveland</li> <li>• Steinsetting av bekk</li> <li>• Rastebenker i stein/lokale mineraler</li> <li>• Større synliggjøring av kommunens samling av lokale mineraler</li> <li>• Kafé og bibliotek i bygg i nytt sentrum</li> <li>• Moderne dagligvareforretning</li> <li>• Nye tilrettelagte fiskeplasser</li> <li>• Erstatte dagens parkeringsplass foran kommunehuset med parkanlegg</li> <li>• Nye bygg med strandsone m.v. for å bygge sammen området kommunehuset – bygdeheimen</li> </ul> | <p>Gjennomført</p> <p>Gjennomført</p> <p>Ikke planlagt/gjennomført</p> <p>Gjennomført</p> <p>Gjennomført</p> <p>Planlagt/ikke gjennomført</p> <p>Gjennomført</p> <p>Gjennomført</p> <p>Gjennomført</p> <p>Gjennomført</p> <p>Gjennomført</p> <p>Gjennomført</p> <p>Reguleringsarbeid pågår</p> |

Figur 64  
Gro-Anita Mykjålands presentasjon av Åkle på BYLIV-seminaret 2018 (Norske arkitekters landsforbund, 28. august 2018)

### **Innbyggermedvirkning som suksesskriterium**

Utbyggingen av framtidslandsbyen Åkle har blitt svært godt mottatt av lokalsamfunnet. Ordfører Gro-Anita Mykjåland trekker fram at bruken av området er et godt bevis på at man har lyktes med målene om å skape et levende kommunesentrum. Prosjektleder og kommunalsjef Egil Mølland forteller at de fleste leilighetene som er blitt bygget er blitt solgt. I følge kommunen har medvirkning og lokal forankring blant innbyggerne vært helt avgjørende for prosjektets suksess. Mellom 2007–2009 gjennomførte Iveland kommune grundige medvirkningsprosesser med ulike befolkningsgrupper og aktører. I løpet av åtte dager ble en gruppe ungdommer engasjert til å være byplanleggere og arkitekter og gi sine forslag til hvordan Birketveit sentrum kunne se ut i framtiden. Ifølge Mykjåland bidro engasjementet til ungdommene til å skape lokal forankring, blant annet ved at ungdommene delte sine opplevelser og tanker med familie og venner. I tillegg til ungdommer bidro også en gruppe eldre og funksjonshemmede med sine tanker og framtidsvisjoner for Birketveit. Fordi det også var viktig for Iveland kommune å kunne se prosjektet med "nye øyne", ble en gruppe eksterne arkitekter invitert inn i prosessen. Med sin fagkompetanse bidro de med flere nyttige innspill. Ifølge Mykjåland bidro involveringen av disse gruppene til å skape entusiasme for prosjektet og generere en rekke nye ideer som senere ble presentert på et åpent folkemøte. På folkemøtet ble også resten av innbyggerne oppmuntret til å gi tilbakemeldinger på prosjektet. Innspillene fra medvirkningsprosessene ble i etterkant vurdert av en styringsgruppe bestående av representanter fra utvalgte innbyggergrupper (næringsliv, unge kvinner, innflyttere, eldre og ungdom), Iveland kommune, Aust-Agder fylkeskommune og Husbanken, som også bestemte hvilke tiltak som skulle prioriteres. Kommunalsjef Egil Mølland har også understreket at politisk medvirkning og støtte i løpet av prosessen, samt god administrering internt, har vært avgjørende for et vellykket prosjekt.

### **Bærekraftig stedsutvikling**

Å tenke miljø og bærekraft inn i prosjektet har vært viktig fra starten av. Fortetting og samlokalisering av funksjoner har sammen med investeringer i infrastruktur hatt som mål å tilrettelegge for at de fleste turer i området skal kunne forekomme til fots eller sykkel. Selv om det også er tilrettelagt for bilparkering og bilbruk i området, har det vært en klar satsing på å forbedre forholdene for myke trafikanter. Satsingen på miljøvennlige framkomstmidler er ifølge ordfører Mykjåland et viktig første steg mot en mer bærekraftig utvikling i kommunen. I tillegg har man satset på grønn mobilitet ved å etablere mulighet for å oppladning av seks el-biler og el-sykler utenfor kommunehuset.

Bærekraftig utvikling på Åkle skal også sikres gjennom bruk av miljøvennlige materialer. Alle bygg er planlagt bygget i massivt tre og som lavenergibygg med oppvarming fra vannbåren varme. Der det ikke har vært mulig å anvende massivt tre, har man bevisst benyttet lavkarbon-betong, og byggene er dermed i overensstemmelse med Husbankens krav for miljøvennlige bygg. Lokalisert nær et vassdrag, har man på Åkle også planlagt klimatilpasningstiltak. Ved ekstremflom skal det for eksempel være mulig å oversvømme parkeringsanlegget gjennom en luke i taket. Videre er terrenget blitt hevet slik at det skal kunne tåle en vannstandsøkning på tre meter, som er over kravet ved tohundreårsflom.

### **Prosjektets finansiering**

Finansiell støtte fra ulike aktører har vært viktig for gjennomføringen av prosjektet. I tillegg til kommunens egne midler, har prosjektet mottatt støtte fra Kommunal- og moderniseringsdepartementet gjennom Bolystprogrammet (1.55 MNOK), Aust-Agder fylkeskommune (800 000 NOK), Helsedirektoratet (180 000 NOK), Husbanken (200 000 NOK) og Friluftsrådernes landsforbund (100 000 NOK). Iveland kommune har selv bidratt med 1 million kroner til drift og 11.5 millioner til utvikling av infrastruktur, som med tiden vil bli tilbakebetalt av utbygger. Videre har kommunen også stilt 15 millioner kroner til rådighet over en 15-årsperiode (1 million per år) til leie av næringslokaler. Denne finansieringen har vært viktig for å realisere næringsarealet og er ansett som en viktig forutsetning for å realisere den framtidige leilighetsutbyggingen i området.

### Et bærekraftig forbilde for andre norske småkommuner

Åkle-prosjektet på Birketveit er et godt eksempel på hvordan mindre norske kommuner kan oppnå en mer miljøvennlig og menneskesentrert stedsutvikling. Både ordfører Gro-Anita Mykjåland og kommunalsjef Egil Mølland har understreket at den grundige medvirkningen fra lokalsamfunnet har vært avgjørende for prosjektets suksess. Ved å ta innbyggernes innspill på alvor og å tidlig iverksette enklere tiltak basert på disse, har kommunen klart å fostre lokalt engasjement og begeistring for prosjektet. Deltakelse fra lokalbefolkningen, samt utenforstående fagfolk, har også bidratt til at man har kunnet skape en god balanse mellom stedets historiske identitet og nye urbane kvaliteter. Videre har ekstern finansiering, sterk politisk støtte og god kommunal styring også spilt en viktig rolle for at prosjektet har kunne bli realisert. Gjennom fortetting, samlokaliseringen av boliger og offentlige funksjoner samt bruk av miljøvennlig materiale, har man på Iveland ikke bare klart å skape et levende sentrumsområde der folk kan møtes på tvers av generasjoner, men også løftet kommunens miljøprofil. Iveland kommune og Åkle-prosjektet har tydelig vist hvordan man har klart å forene god arkitektur, sosial og miljømessig bærekraft og lokalt engasjement. Prosjektets suksess reflekteres i dagens bruk og opplevelse av Åkle som et attraktivt område. I tillegg har prosjektet mottatt en rekke priser for sin framtidsrettede visjon om å skape en urban landsby.



Figur 65  
Impresjoner av biblioteket. Foto: Finn Terje Uberg

## **8.8 Aldersvennlig planlegging – erfaringer fra Oslo og Trondheim kommune**

### **Bakgrunn**

Kapitlet tar utgangspunkt i en presentasjon av Anne Berit Rafoss, Oslo kommune, og Kirsti Buseth, Trondheim kommune, under Arendalskonferansen 15. juni 2017, samt intervju med Rafoss i juni 2018.

Aldersvennlige byer og samfunn er et tema på FN-nivå. Både EU-land og G7-land har hatt dette høyt på sin agenda, noe som illustrerer hvor stor samfunnsutfordringen med stadig flere eldre er. I Norge har temaet blitt drøftet både i KS, Helsedirektoratet og Helsedepartementet, for å se nærmere på om man kan få til et norsk nettverk for aldersvennlige samfunn. Dette er også temaet i kvalitetsreformen "Leve hele livet". Et nordisk nettverk i regi av Nordisk Ministerråd er under etablering og skal dras i gang i oktober 2018.

På kommunenivå handler aldersvennlig planlegging om å ha en helhetlig og tverrsektoriell tilnærming til samfunnsutfordringen med at vi blir stadig flere eldre. Fokuset er på hva som har betydning for voksne og eldres helse og trivsel, men viktigheten av medvirkning har også blitt sterkt vektlagt. En grunnholdning er at innspill om mulige utfordringer og løsninger først og fremst skal komme fra dem det gjelder, altså de eldre selv.

### **Vedtak om planer i Oslo kommune**

Planene "Handlingsplan for en aldersvennlig by" (byrådssak 174/17) og "Plan for trygg og mangfoldig eldreomsorg" (byrådssak 175/17) ble vedtatt av Oslo bystyre 13. desember 2017. Videre ble det publisert en tiltaksplan.

Begge handlingsplanene har som mål at innbyggerne, uavhengig av alder, skal ha mulighet til å leve frie og meningsfulle liv, hvor de opplever tilhørighet, mestring og trygghet. Et viktig ledd for å nå disse målene er at Oslo, gjennom tverrsektorielt samarbeid, jobber for å bli en aldersvennlig by med et inkluderende og tilgjengelig urbant miljø som fremmer aktiv aldring. Flere skal kunne bo hjemme lenger, eldre skal få leve aktive byliv og være trygge på at kommunen stiller opp når helsa skranter. For å gjøre det mulig for flere å bo hjemme lenger satses det på hjemmetjenesten, men like viktig er satsningen på andre type tiltak som kulturtiltak og etableringen av flere møteplasser. Tiltakene innenfor rammen av aldersvennlig by ønsker å tilrettelegge for mer samfunnsdeltakelse. Det innebærer god framkommelighet i byen hele året, inkluderende byrom og nærområder, transport samt tilrettelagte boliger, tjenester og informasjon.

Oslo kommune mener at arbeidet med universell utforming er overordnede prinsipper i utviklingen av en aldersvennlig by. Kommunen forsøker å ta nye grep for å gjøre Oslo lettere å ferdes i, blant annet gjennom nye aldersvennlige transportløsninger. Selv om flere får bo hjemme lenger, er det like viktig at også de som trenger det får nytt botilbud. Derfor bygges det nå flere omsorgsboliger (Omsorg+) i Oslo, spesielt tilrettelagt for de som ønsker mer trygghet og aktivitet. I omsorgsboligene er det døgnbemanning, kafé, ulike helsetilbud og varierte aktiviteter. Sykehjemmene rustes også opp til en ny standard. Det er planer om to nye sykehjem som bygges etter en nederlandsk modell, der nettopp utearealer og aktiviteter i større grad blir vektlagt.

I sitt arbeid med Aldersvennlig by har Oslo kommune valgt å fokusere på disse seks områdene: utendørsområder og fysisk aktivitet, transport, bolig, samfunnsdeltakelse og helse- og omsorgstjenester.

### **Medvirkning – et viktig virkemiddel**

Ved hjelp av medvirkningsaktiviteter er det kartlagt en rekke behov for aldersvennlige tiltak. Medvirkningsaktivitetene har for eksempel vært folkemøter, konferanser, innsiktsmøter og dialogmøter. Videre har det vært brukt andre nye metoder. For eksempel har ti eldre i Oslo, i alderen 65–85 år, fått opplæring i å filme med iPader. De har filmet og kartlagt ulike barrierer, og filmsnuttene synliggjør utfordringer og muligheter for å etablere en mer aldersvennlig by. Kommunen har arrangert en rekke debatter mellom forskere,



politikere og eldre som har belyst temaer som for eksempel aldersvennlig transport. Gjennom arbeidsgruppemøter og befaringer i byen sammen med Plan- og bygningsetaten og Bymiljøetaten har man undersøkt tilgjengelighet, behov for benker, belysning med mer. I september ble "Generation games" gjennomført med både mentale og fysiske utfordringer for alle generasjoner, og hvor generasjonene skal konkurrere mot hverandre. Medvirkningsaktivitetene og tverrsektoriell dialog har resultert i en handlingsplan med en rekke konkrete tiltak.

### Pilotbydeler

Oslo kommunes tilnærming har vært å først utvikle en pilot-bydel. Nordre Aker bydel ble valgt ut som testarena. Tanken var at bydelen skulle prøve ut løsninger i mindre skala, slik at kommunen senere og på sikt kunne skalere opp, når man så hva som ble vellykket. Det ble videre valgt ut to følgebydeler, Sagene og Frogner, for å sørge for variasjon i bydelene med tanke på befolkningssammensetning og størrelse. Fokuset lå på både transport, nabolag, nettverk, frivillighet, næringsliv, områdeutvikling og uformelle møteplasser i nærmiljø og parker. Kontakt mellom ulike generasjoner ble vektlagt.

Gjennom etableringen av fire fadderbydeler ble prosjektet deretter utvidet. De øvrige bydelene fikk støtte til enkeltvedtak. Handlingsplanen skal nå implementeres i alle bydeler og etater i Oslo kommune.

### Implementering i andre sektorer

Kommunen trekker fram at en av de største utfordringene har vært å lykkes med å arbeide på tvers av sektorer. De ulike sektorene mener at de fortsatt er veldig "silotenkende", men hevder også at det skjer mye positiv. De har god erfaring med at det er effektivt å invitere seg inn til de ulike avdelingene i kommunen. Da kan de selv legge fram de viktigste målene sine og deretter ta på seg "aldersvennlige briller" for å se hvordan ulike mål kan nås med samme løsning. På denne måten kan sektorene trekke inn aldersvennlige perspektiver i sine egne planer og det arbeidet de allerede jobber med, enten det er innenfor transport, kultur eller plan- og bygg.

Som et ledd i dette arbeidet har de som jobber med "aldersvennlig by" holdt en forelesningsrekke for alle i "Plan og bygg". Forelesningsrekkene har bidratt til at alle har fått et felles kunnskapsgrunnlag, ifølge dem selv. Nå skal det lages en egen strategi for hvordan aldersvennlighet skal implementeres i plan og bygg. De skal lage et slags kriteriesett (UU er grunnleggende), men de skal nå også ha fokus på områdeplaner. For eksempel samarbeider de nå om å gjøre "marka" mer eldrevennlig ved hjelp av skilting, bedre framkommelighet og hvilemuligheter. De har et samarbeidsprosjekt med NIBR om seniortrakk, etter modell fra barnetrakk-arbeidet. Fire bydeler tester nå dette kartleggingsverktøyet.

De trekker fram at politisk forankring er svært avgjørende for å oppnå resultater, og det er jo en utfordring at arbeidet stadig må gjentas når politikerne skiftes ut. Arbeidet har foregått under tre forskjellige byråder. Det føles litt som å gå tilbake til start hver gang. De opplever imidlertid nå at planene er godt forankret, og ser at de ulike etatene dermed må svare ut ifra til det. At planen ble trykt og utgitt, var en viktig milepæl.

### Transport er det viktigste temaet

Tema nummer én i alle medvirkningsprosessene med eldre har vært behovet for transport. Da man begynte arbeidet med aldersvennlig planlegging, trodde mange at behovene skulle handle om omsorgstjenester, men behovene dreier seg faktisk mest om transport. Det handler altså om et ønske om delta i samfunnet, og det å komme seg ut blant folk. Ett av de største tiltakene som har sprunget ut av arbeidet med å bli en aldersvennlig by, er dermed et samarbeid med RUTER, som er ansvarlig for transportløsninger i Oslo. Det var ønske om å



utvikle en fleksibel transportmodell med mindre busser som kunne tilby en dør-til-dør løsning. Løsningen ble lansert 4. september 2017 og er en slags mellomting mellom tilrettelagt transport og offentlig transport. Erfaringene fra å ha blitt testet ut i en bydel er så gode at løsningen nå spres til flere bydeler. Erfaringene er både at man får folk fra A til B, men like viktig er det at folk som ikke har vært ute på årevis, kommer ut. Spesielt er det eldre over 76 år som man når med denne ordningen. Dør-til-dør-transporten har blitt en sosial møteplass, og suksessen viser også at det er behov for flere møtesteder i lokalmiljøet. Satsningen på Aldersvennlig by har tett samarbeid med Bilfritt byliv for å skape et mer inkluderende og tilgjengelig sentrum.

### **Erfaringene fra piloten**

Nordre Aker som pilot har utviklet hele 21 tiltak. Eksempelene på tiltak synliggjør hva som er mulig å gjøre både i store og små kommuner. Det var for eksempel et behov for å ansette folk med kunnskap og erfaring innen frivillighet, samt å tilby en utdanning innenfor frivillighetskoordinering av helse- og omsorgstjenester. Utdannelsen handlet om å rekruttere, lære opp, veilede og sette frivillighet i system, og kursene bidro til økt frivillighet.

I medvirkningsprosessene kom det tilbakemeldinger fra de eldre om at det var et stort behov for noen å spørre, både om stort og smått. Dermed ble det etablert et uformelt nettverk med navnet AHANS (Alltid Ha Noen å Spørre), med mål om å kunne hjelpe hverandre med små og store ting. Det ble også etablert trygghetsvandring i enkelte nabolag, for å gjøre eldre mer trygge. Videre ble det igangsatt mange tiltak på Myrejordet, et stort jorde i Nordre Aker som nesten ikke ble brukt og der lite skjedde. Det ble etablert benker, treningsapparater, sittegrupper, bocciabane og turstier. Myrejordet er nå svært mye i bruk på tvers av generasjoner og til mange ulike aktiviteter. Det er et godt eksempel på hvordan et områdeutviklingsprosjekt har bidratt til både generasjonsutvikling og fysisk aktivitet.

Man har erfart at vinteren kan være en stor utfordring for mange eldre, fordi framkommeligheten blir dårligere. Ett av prosjektene i Nordre Aker var et fallforebyggende tiltak og handlet om å dele ut sandsekker og brodder for å hjelpe folk til å komme seg ut i vinterhalvåret. Å få eldre til å komme seg mer ut er et tiltak som kan hindre isolasjon og ensomhet og fremme mestring.

Erfaringene er at det ikke alltid kreves store tiltak, men at også små tiltak kan få stor betydning. Det ble også satt fokus på hobby- og interessebaserte aktiviteter. Bydelen ble for eksempel kontaktet av en tidligere ballettdanser i Nordre Aker, som hadde veldig lyst til å bidra. Hun satte i gang kurs på tre dagsenter. Utgangspunktet for kursene var balletten Nøtteknekkeren, og fokuset lå på bevegelse, balanse, kultur og musikk. Kursene ble kjempepopulære. De fikk besøk av andre ballettdansere, de fikk låne kostymer av Operaen, og de fikk reise på en forestilling sammen med pårørende. Eksempel viser hvordan kommunen forsøker å tenke nytt og bruker lokale krefter. Arbeidet med disse kursene fortsetter, og det er nå etablert et samarbeid med Operaen om å bli en aldersvennlig kulturinstitusjon.

### **Samarbeid med næringslivet**

Også samarbeid med næringslivet har vært i fokus. For noen eldre er apoteket en viktig møteplass, og ett av prosjektene tok derfor utgangspunkt i et lokalt apotek. Det ble både satt i gang opplæring av ansatte og gjort fysiske endringer i apoteket. Prosjektet ble veldig vellykket og det er senere blitt gjennomført i flere apotek og i andre butikkjeder som for eksempel Dressmann og Spar.

### **Nettverksarbeid av betydning**

Nettverket for aldersvennlige byer er en viktig arena å delta i for Oslo kommune, ifølge kommunens representanter. De opplever det som nyttig å lære av andre byer og kommuner. For eksempel er transportmodellen som nå testes ut i Oslo, hentet fra Göteborg. Inspirert av et prosjekt i Amsterdam kommune har man satt opp ulike apparater til ulike aktiviteter rundt om i byen. Oslo tester også ut en ordning hvor studenter bor sammen med eldre og bidrar inn i det sosiale og er gode naboer. Her har man også hentet inspirasjon fra utlandet, blant annet Nederland.

Kommunen hevder at å delta i et internasjonalt nettverk er viktig for å dele og lære, og for å bli inspirert av andre. De får vite om relevant forskning og relevante sjekklister, manualer og retningslinjer. Foreløpig er det i Norge bare Trondheim som har blitt med i nettverket utenom Oslo.

Gjennom den nye stortingsmeldingen *Leve hele livet* er aldersvennlig byplanlegging blitt løftet fram politisk og det etterlyses nettverk. Oslo kommune håper at det kommer midler slik at man kan iverksette enda flere tiltak. Et Nordisk nettverk er etablert og skal offisielt igangsettes i Stockholm i oktober 2018. Kommunen etterlyser mer forskning også i Norge, både når det gjelder hvilke løsninger som fungerer, men også hvordan man kan prøve ut og implementere de gode løsningene.

### **Erfaringer fra Trondheim kommunes arbeid med aldersvennlig by**

Trondheim kommune ble med i nettverket i 2015 etter et initiativ fra bystyret i Trondheim. Det har vært viktig for Trondheim at Oslo har gått foran i søknadsprosessen til WHO for å bli tatt opp som aldersvennlig by. Også Trondheim har latt seg inspirere av andre byer, og også der har det blitt lagt opp til en omfattende medvirkningsprosess. Mange av innspillene fra innbyggerne har dreid seg om universell utforming – det skal være enkelt å ta seg frem i byen.



Figur 66  
Seniorkoret åpnet konferansen med sang. Foto: Carl-Erik Eriksson

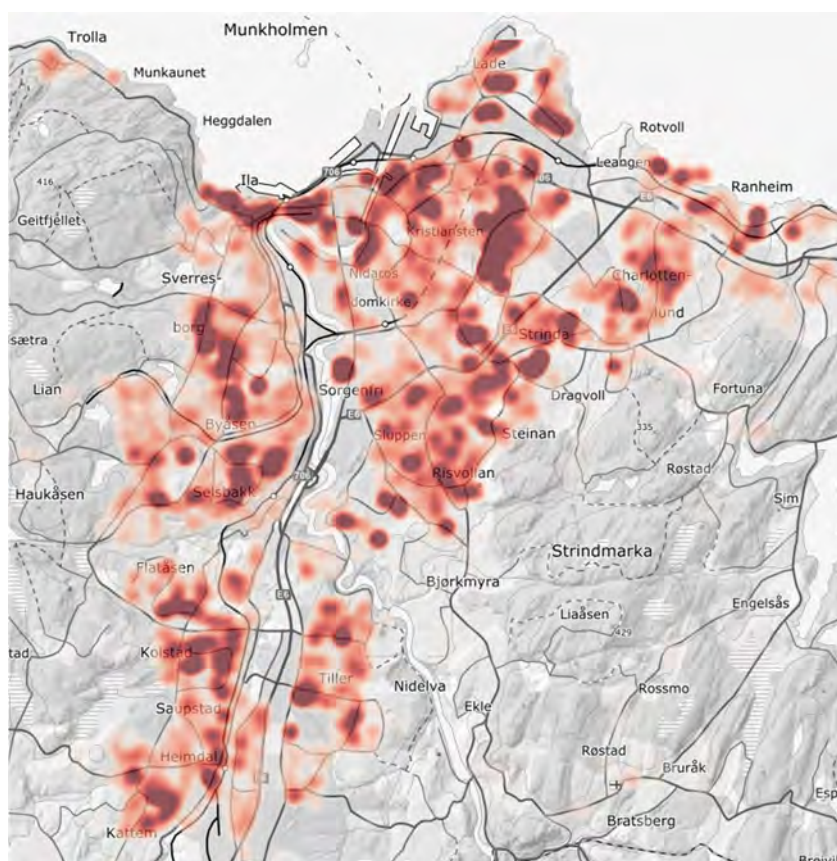
Det vi har gjort i Trondheim, er at vi har spurt innbyggerne om hva som er viktig for dem. Vi har invitert til tre frokostmøter på rådhuset med servering av gratis frokost. Der stilte vi spørsmålet: hva mener dere skal til for at Trondheim skal bli en enda bedre by å bli gammel i? Det ble også laget en innstillingsside på nettsiden vår, der det har kommet inn alle mulige slags forslag. Det kom inn veldig mange konstruktive innspill til både små og store tiltak. Noen foreslo store byutviklingsprosjekter, for eksempel at når vi lager nye byområder i Trondheim må vi sørge for at det finnes lokaler som er egnet som sosiale møteplasser for eldre. Veldig mange innspill dreide seg også om små tiltak som bedre tilgjengelighet og universell utforming, altså fremkommelighet.



Kommunen prøver nå for eksempel ut skrå brostein, som skal gi et bedre dekke å gå på, flere benker ute i bydelene og flere benker med ryggstø. I sykkelbyen Trondheim engasjerer stadig flere seg i at man bør skille gående og syklende. Eldre er redde for å bevege seg ute når "gultrøyesyklistene" suser forbi. Det er etablert flere gåruter i byen, og det er åpnet en såkalt midtbyrunde. Det jobbes også med tilpasning av boliger, et prosjekt som kommunen gjør sammen med Husbanken. Det er utviklet en funksjonsattest for boliger, som man kan finne på nett, der man kan sjekke om boligen man bor i er egnet for alderdommen.

Det har videre kommet innspill til tiltak for å bedre kommunikasjonen mellom pårørende, hjemmetjenesten og beboere. Kommunen jobber med å utvikle en slags meldebok og med å utvikle fremtidens hjemmetjeneste. Kan man få til en mer fleksibel tjeneste? Hvordan kan du få hjelp når du vil ha den? Hvorfor må alt planlegges på forhånd? En hjemmetjeneste om natten som heter Trygghetspatruljen er utviklet. Her er områdene Saupstad/Kolstad, Midtbyen og Valentinlyst/Persaunet i Trondheim vedtatt som pilotbyområder.

Kommunen har fått flest innspill om tilgjengelighet. Forslagene dreier seg blant annet om brøyting, flere benker, flere offentlige toaletter og flere sosiale møteplasser ute i byen og bydelene. Ideelt sett bør alle politiske saker som skal opp i bystyret, omfatte en vurdering om hvorvidt tiltakene er aldersvennlige. Man kan tenke seg at politiske saker kan få et aldersvennlig stempel, tilsvarende det man har innenfor miljø, ansattes arbeidsvilkår og økonomi.



Figur 67

Dette kartet ble brukt for å velge ut byområdene i Trondheim. Det viser hvor det bor folk over 70 år. (Lenke til kartet: <http://kart2.trondheim.kommune.no/analyse/aldersvennlig/#12/63.3945/10.4350>). Kilde: Trondheim kommune

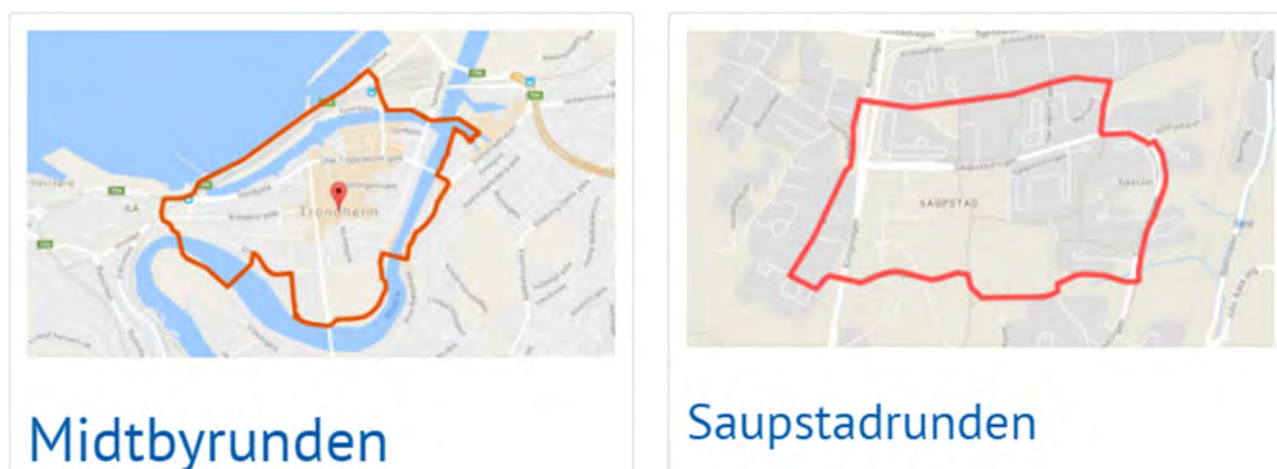
### Kartlegging av universell utforming i byområder

Trondheim kommune fikk midler fra Statens kartverk til å kartlegge universell utforming i de aldersvennlige byområdene. Kartverket har utviklet en egen app for å kartlegge universell utforming av tettsteder og av friluftsområder. Disse appene brukes som et kartleggingsredskap i arbeidet. Kartverket har gjennomført opplæring i bruk av kartleggingsappene. Vi kartlegger avgrensede områder innenfor grønn grense på kartene. Kartleggingen omfatter inngangspartier til offentlige bygg, benker, offentlige toaletter, gangveier, fortau, fotgjengeroverganger og handikapparkering. Bilder av objektene som blir kartlagte, vil ligge i kartdatabasen sammen med egenskaper knyttet til hvert av objektene. Kartdatamaterialet blir eksportert til Statens kartverk som igjen sender samlet kartdatamateriale til vårt kart- og oppmålingskontor. Kart- og oppmålingskontoret utvikler temakart for universell utforming. Kartleggingen blir gjennomført av to ergoterapeutstudenter ved NTNU og en ansatt fra Kart- og oppmålingskontoret. Kommunens rådgiver i universell utforming er faglig veileder i arbeidet.

Temakartet for universell utforming danner grunnlaget for hvilke tiltak vi bør gjøre for å oppnå gangveirunde med tilfredsstillende stigning og med benker jevnt fordelt langs gangveien. Kartdatamaterialet kan også brukes som underlag for andre prosjekter og tiltak for å oppnå universell utforming.

### Nærturer

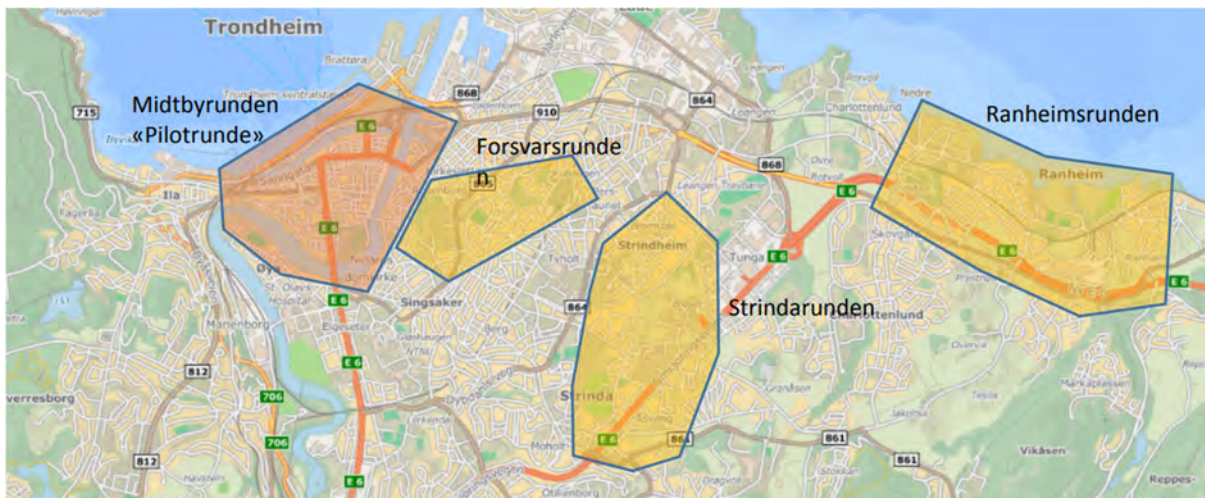
Formannskapet har bedt om at man ser på muligheten for nærturer. Det er allerede laget en nærtur både i Midtbyen og på Saupstad. På Saupstad er det også laget en vandresti i nærheten av helsehuset. Det er planlagt nærturer i hele byen, også i området Valentinlyst/Persaunet.



Figur 68

Oversikt over eksisterende nærturer i Midtbyen og på Saupstad i Trondheim. (Lenke til oversikten: <https://www.trondheim.no/narturer-i-trondheim>). Kilde: Trondheim kommune

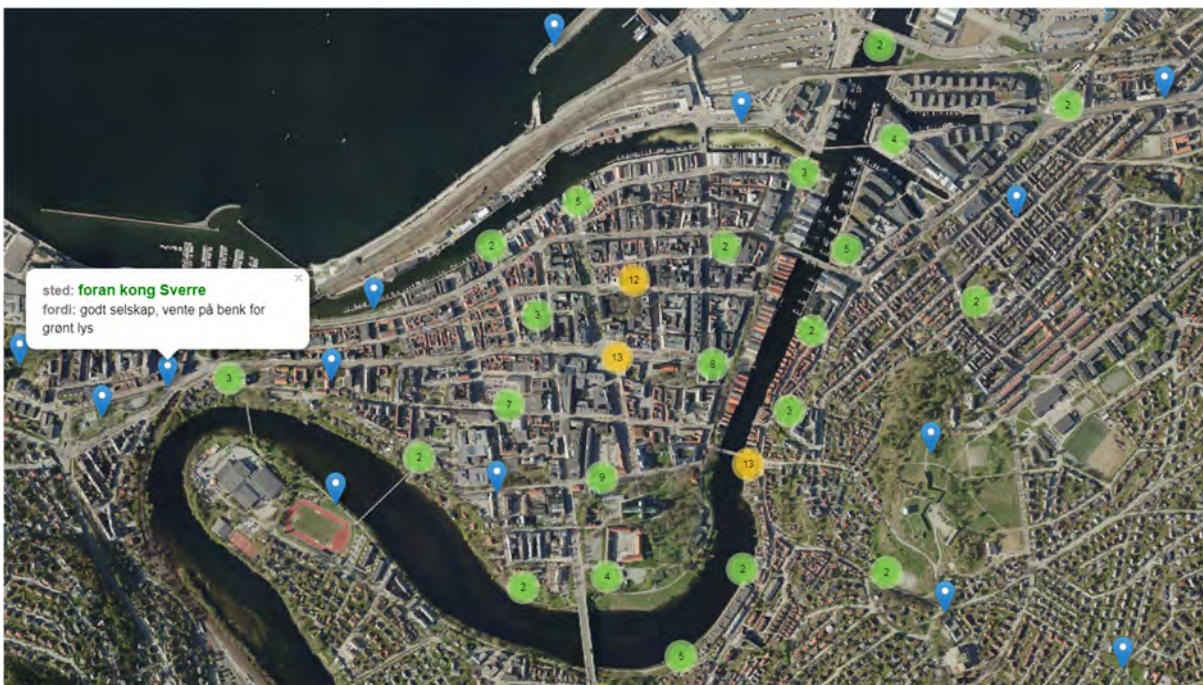




Figur 69  
Oversikt over områder i Trondheim hvor det er planlagt nærturer. Kilde: Trondheim kommune

## Benker

Formannskapet har videre sagt at det er viktig med et planmessig arbeid i form av utplassering av benker med passende avstand. Det er videre laget en innspillingsløsning der folk kan komme med forslag til plassering av benker. I kartleggingen av universell utforming i de tre byområdene vil eksisterende benker bli registrert. Det vil gi grunnlag for en plan for hvor kommunen bør sette ut flere benker.



Figur 70  
Kart der folk kan komme med forslag til plassering av benker i Trondheim. (Lenke til kartet: <https://kart.trondheim.kommune.no/benker/>). Kilde: Trondheim kommune

## 9 Drøfting og konklusjon

### 9.1 Drøfting

#### Ulike brukergruppers perspektiver

Hvert kapittel i denne rapporten kan leses uavhengig og gi verdifull innsikt i hva ulike brukergrupper mener er viktige kvaliteter ved et bomiljø eller et sted. Når man ser nærmere på hva disse brukergruppene faktisk etterspør, er det en god del forskjeller, men også svært mange likhetstrekk. Det er påfallende at alle etterspør steder å møte andre, tilgang til service-tilbud og rekreasjonsmuligheter. Eksempelet fra Iveland kommune i kapittel 8 illustrerer for eksempel hvordan både unge og eldre opplevde det å få et sentrum i nærmiljøet som en kvalitet.

Anbefalingene fra Husbanken har vært at boliger for spesielle målgrupper bør etableres i ordinære boligområder og se "normale" ut. Erfaringer tilsier imidlertid at mange "vanlige" boligområder nettopp mangler flere av de kvalitetene som noen av disse gruppene etterspør, nemlig muligheten til å nå viktige service-tilbud og møtesteder innen gangavstand. Legger vi også til det vi vet er viktig for barn og ungdom, er det heller ikke bare tilgang til plener og lekestativer som gjelder. Også for barn og ungdom gjelder behovet for å oppleve og oppsøke steder med aktiviteter sammen med andre mennesker. Da mye av hverdagen til de yngste og de aller eldste er organisert i institusjoner, er det grunnlag for å nytenke hvor og hvordan vi lokaliserer og organiserer disse "fellesrommene", som barnehager, sykehjem eller skoler. Tar vi målsettingene på alvor, må vi derfor lete etter nye og kanskje mer integrerte løsninger for disse institusjonene. Fra å snakke om samlokalisering som noe negativt, kan vi snakke om en "positiv samlokalisering". Fellesfunksjoner og -arealer kan brukes til å styrke og definere lokalmiljøer og knutepunkter. Å samle ulike typer tilbud og aktiviteter som dagtilbud, kafé, treningsrom, parker og annen service i et lokalmiljø, kan utvilsomt gi en positiv effekt. Da kan tilbud som skoler og velferdssenter "invitere andre inn" og dette kan også bidra til å gjøre tilbudene mer attraktive for dem som allerede bruker institusjonene. Slik kan vi se både private og offentlige tilbud i sammenheng. Det finnes allerede gode og forbilledlige eksempler på velferdssenter som er samlokaliserte med barnehager, kino eller treningstilbud. Men vi trenger langt flere og nye eksempler, og vi trenger flere forbilder.

Inkludering og deltakelse er viktige demokratiske prinsipper i vårt velferdssamfunn. Vi argumenterer med dette for at vi i større grad må flytte fokuset fra boligene vi skal bygge for å inkludere mennesker, til kvaliteter ved nærmiljøet rundt disse boligene! Først da kan vi snakke om en inkluderende områdeutvikling. Våre "fellesrom" og felles lokaler spiller her en nøkkelrolle i å styrke og bidra til at arealer i lokalmiljøet kan brukes av "alle".

#### Med inspirasjon fra arbeidet med områdeløft

##### *Sosial bærekraft og langsiktighet*

Det rettes mye oppmerksomhet mot områdeløft og reparerende tiltak i boligområder fra 70-tallet. Derimot har vi ikke like mye oppmerksomhet rettet mot generell områdeutvikling eller etablering av nye områder, til tross for at det ikke mangler på ambisjoner i overordnede planer og føringer, verken fra statlig eller fra kommunalt nivå. Folkehelsemeldingen (Helse- og omsorgsdepartementet, 2015b) har for eksempel svært mange formuleringer som er i tråd med disse målsettingene. I kommuneplanenes areal- og samfunnsdel står det at kommunene skal legge til rette for gode og helsefremmende lokalsamfunn. Det vil i praksis si lokalmiljøer som innbyr til fysisk aktivitet, og tiltak som både støtter etableringen av sosiale nettverk og opplevelsen av tilhørighet til et område.

Vi kan hente inspirasjon fra kommunenes målsettinger om områdeløft:

"Områdeløft Tøyen skal bidra til at Tøyen oppleves som et trygt, inkluderende sted med en aktiv befolkning som vil bli boende (...) herunder styrke og skape møteplasser ved bl.a. oppgradering av parker og plasser" (Oslo kommune, Områdeløft Tøyen, 2014-2018).

"Inkluderende områdeplanlegging skal bidra til at området oppleves som et trygt, inkluderende sted med en aktiv befolkning som vil bli boende (...) herunder styrke og skape møteplasser ute og inne ved bl.a. 'oppgradering av parker og plasser'" (Oslo kommune, Områdeløft Tøyen, 2014-2018).

Det er også til inspirasjon hvordan man i arbeider med "områdeløfter" jobber parallelt med fysisk tilrettelegging, sosiale tiltak og kulturelle tiltak – felt som ofte ikke ses i sammenheng. I arbeidet med områdeløft har man klart å bygge bro mellom disse områdene slik at de virker sammen og gjensidig støtter hverandre.

Sosial bærekraft er sentralt i områdeløftmetodikken. Et områdeløft skal styrke gode nærmiljøkvaliteter, lokale tilbud, tjenester og fysisk miljø. Det innebærer en helhetlig innsats med lokal forankring, beboerinvolvering og tverrfaglig samarbeid mellom ulike sektorer og samfunnsaktører. Både fysiske tiltak og sosiale og kulturelle tiltak er nødvendige. I flere dokumenter i områdeløftsatsingen både i Oslo, Danmark og Sverige (Larsson & Laurell, 2006; Center for Boligsocial Udvikling, u.å.; Econ, 2009) blir det påpekt at langsiktighet er en grunnleggende forutsetning for at en områdesatsing skal lykkes. Langsiktighet forutsetter også en tydelig intensjon om en langsiktig satsing fra initiativtakerne. I arbeidet med områdeløft-satsingene ble det understreket at satsingen må være supplerende og koordinerende til sektorinnsatsene i bydelene som foregår kontinuerlig. Satsingen på områdeløft må derfor ha som mål å streve etter "å styrke og samordne eksisterende ordinærinnsats" (Pran, 2012). Vi mener at en generell områdeutvikling kan ha mye å lære av denne måten å jobbe på.

#### *Hva kan vi forvente av private aktører?*

Bygde omgivelser endres langsomt. Det er derfor nødvendig å tenke langsiktig når vi planlegger neste generasjon byer og boligområder. I Norge, i motsetning til mange land det er naturlig å sammenligne oss med, er boligutviklingen i svært stor grad overlatt til det private markedet. Som tidligere nevnt er organisering av omgivelsene våre et viktig strategisk virkemiddel. Det bygde miljøet legger rammene for folks liv og kan slik påvirke hvilke valg som gjøres i hverdagen. Hvordan vi bor, påvirker for eksempel hvor lett det er å sykle eller å reise kollektivt. Man kan derfor stille seg spørsmålet om kommunene mangler incitament til å ta styringen, eller om det er mangelen på mot eller politisk vilje til å sette tydelige og langsiktige mål. Vi kan også spørre i hvilken grad kan man forvente at kommersielle aktører tar det nødvendige samfunnsansvaret og setter egne kvalitetsmål når dette ikke kreves. Som det framgår av denne rapporten, har vi mye kunnskap om hva som skal til for å styre kommunene i riktig retning. Kunnskapen er imidlertid spredt og fragmentert.

#### *Helse i planleggingen som premiss*

Dick Gleeson (2017), selverklært urbanist og tidligere leder av Dublins byplanleggingskontor, hevder at mental og fysisk helse i befolkningen er den viktigste infrastrukturen i et samfunn. Han mener derfor at hensyn til helsen må havne øverst på listen i alle byplanleggingsprosjekter. Finn Kamper-Jørgensen i Statens Institutt for Folkesundhed hevder i magasinet Byplan Nyt nr.7 (Kamper-Jørgensen, 2009) at "Byplanlægning og kommuneplanlægningen bliver et av de kommende års viktigste innsatsområder i kampen om et sundere Danmark". Videre sier han at "Sundhet er ikke et spørsmål om fravær av sykdom, men også et spørsmål om trivsel og livskvalitet". Kamper-Jørgensen mener at kommunene i langt større grad må fortelle innbyggerne at de selv må ta ansvar for sin egen helse, samtidig som kommunene må ta ansvar for å planlegge og å legge til rette for at dette kan skje. Kommunens ansvar handler både om lokalisering av funksjoner, bygningsstruktur og å gjøre rekreasjon og møteplasser attraktive og inkluderende. Ordet kommune (community) betyr egentlig

fellesskap, og vi må minne om at kommunens rolle er å ivareta fellesskapets interesser. Vi mener derfor at vi trenger modige kommuner og politikere som tør å tenke langsiktig og nytt.

Hvordan skaper vi rammene for morgendagens velferdssamfunn? Velferd måles ikke i mengden offentlige tjenester, men i gode liv. Velferd er derfor noe vi må skape i fellesskap, i relasjonene med hverandre. Hvordan vi bor og lever er én av flere viktige hjørnesteiner i dette arbeidet. For jobber vi egentlig bevisst nok med å blande ulike beboergrupper for å fremme toleranse eller med å utforme lokalmiljø som skal lage rammer for en god barndom eller alderdom?

### *Fokus på ulike brukergrupper*

Gjennom et målrettet arbeid med universell utforming i mange år har vi i Norge et godt grunnlag for å utvikle steder som inkluderer flere. Mange kommuner er godt i gang med å implementere universell utforming i sitt planarbeid. Arbeidet har imidlertid så langt vært mye rettet mot tilrettelegging for personer med funksjonsnedsettelse. Blant andre eldre og barns brukerperspektiv er bare delvis trukket inn i dette arbeidet. Det er også bare i begrenset grad at disse perspektivene er sammenlignet med andre planparadigmer.

I sin mastergradsoppgave har Catherine McLean (2017) undersøkt i hvilken grad aldersvennlig samfunnsplanlegging overlapper eller ligner på andre etablerte planteorier. Datainnsamlingen er basert på en rekke kanadiske plandokumenter. Hun drøfter også om det kan være hensiktsmessig å utvikle en felles politikk som integrerer de ulike målene. Hennes mål er å finne ut hvorvidt det er verdt å utvikle en utvidet ramme for planlegging som kombinerer prinsipper for aldersvennlig samfunnsplanlegging med etablerte planteorier. Planleggere og politiske beslutningstakere har møtt en rekke utfordringer når de har forsøkt å integrere aldersvennlige initiativer i ordinær planlegging. McLean mener at mye henger sammen med at aldersvennlig planlegging ligner for mye på andre kjente planteorier og at aldersvennlig planlegging konkurrerer om de samme økonomiske og menneskelige ressursene som planlegging for andre brukergrupper. Erfaringene fra Oslo kommunes arbeid med aldersvennlig by viser imidlertid at arbeidet bygger videre på det omfattende arbeidet som allerede er gjort med universell utforming, og at det derfor bare handler om å legge til perspektiver.

|           | Planning Paradigm            | Founding Individuals or Organizations                                                                                                       |
|-----------|------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Mid 1970s | Smart Growth                 | State of Oregon, United States                                                                                                              |
| 1980      | Sustainable Communities      | International Union for Conservation of Nature and Natural Resources and the United Nations World Commission on Environment and Development |
| 1980s     | New Urbanism                 | Coalition of professionals including planners, developers, urban designers, architects and engineers                                        |
| 1984      | Healthy Communities          | Beyond Health Care Conference (Toronto) and the World Health Organization                                                                   |
| 1989      | Universal Design             | Ronald Mace                                                                                                                                 |
| 1990      | Accessibility Planning       | Americans with Disabilities Act (ADA)                                                                                                       |
| 1993      | Transit-oriented Development | Peter Calthorpe                                                                                                                             |
| 2007      | Age-friendly Communities     | World Health Organization                                                                                                                   |

Figur 71

Kronologisk oversikt over forskjellige planteorier. Kilde: McLean, 2007

I sin ph.d.-avhandling har Colangeli (2010) undersøkt om planleggere kan finne fram til modeller og konsepter som kan brukes til å gjøre byer og lokalsamfunn mer aldersvennlige. For at de skal bli proaktive og strategiske i sin planlegging av aldersvennlige byer, anbefaler også han at planleggere revurderer sitt ensidige fokus på arealplanlegging. De bør ifølge ham heller fokusere på langsiktige mål, etablere tillit til politikerne, bli mer

visjonære og satse på holdningsskapende arbeid, opptre som "fasilitatorer" og involvere sentrale aktører og samfunnsgrupper.

Datainnsamlingen hans synliggjør også mangelfull forskning på og litteratur om planlegging for et aldrende samfunn (Heumann, 2003; Myers & Ryu, 2008; Hodge, 2008). Colangeli finner at planleggere har lite kunnskap om gerontologi. Imidlertid er det mange likheter mellom de nye planmodellene og metodene og vanlige forskningstemaer innen gerontologi, ifølge Colangeli. Han etterlyser derfor økt samarbeid mellom disse fagene for å skaffe ny kunnskap.

På samme måte som Colangeli har vi i denne rapporten pekt på mangelen på koblinger mellom barneforskningen og de som driver med planlegging. Også her trengs en bredere forståelse av hvordan de fysiske omgivelsene påvirker barndommen.

### **Fra medvirkning til brukerdrevet innovasjon**

"Antagelsen om at det er en sterk sammenheng mellom de fysiske omgivelsene og folks tilhørighet har stor plass i by- og stedsutviklingen. Den er også med på å begrunne betydningen av befolkningens medvirkning i planlegging" (Børrud & Røsnes, 2016). Loven i Norge har et minstekrav til medvirkning i form av varsling og offentlig høring. I enkelte prosesser kan det være hensiktsmessig med aktiv medvirkning for å skape en god planprosess. Medvirkning kan bringe fram nyttig kunnskap om bruk og opplevelseskvaliteter ved steder, skape engasjement og bidra til et større tilfang av ideer. Medvirkning kan også skape forståelse for at det er ulike interesser i en planprosess. Om medvirkning i kommuneplan og reguleringsplan heter det i Plan- og bygningsloven:

Enhver som fremmer planforslag, skal legge til rette for medvirkning. Kommunen skal påse at dette er oppfylt i planprosesser som utføres av andre offentlige organer eller private. Kommunen har et særlig ansvar for å sikre aktiv medvirkning fra grupper som krever spesiell tilrettelegging, herunder barn og unge. Grupper og interesser som ikke er i stand til å delta direkte, skal sikres gode muligheter for medvirkning på annen måte. (pbl § 5.1)

Nettopp det å sikre gode muligheter for medvirkning på annen måte for grupper som ikke er i stand til å delta direkte, er en utfordring. Eldres innspill kan gi kommunen bedre kunnskapsgrunnlag først og fremst for planlegging for den økende gruppen av funksjonsfriske eldre. I sin utprøving av medvirkningsmodell for aldersvennlige samfunn (Vestby et al., 2017) har forskerne møtt på vanskeligheter for å nå andre enn de sprekeste. Å investere i medvirkning vil bidra til at ideer og tanker er forankret i reelle behov og kan føre til større oppslutning om planene.

Oslo kommune ønsker for eksempel å legge til rette for at eldre skal kunne bidra aktivt i utviklingen av Oslo som en aldersvennlig by. I 2016 ble det derfor organisert en medvirkningskonferanse som skulle legge rammene for videre medvirkning. Her ble følgende poengtert: "En viktig forutsetning i utviklingen av en aldersvennlig by er å involvere eldre innbyggerne i alle faser av arbeidet. Det er aktuelt å bruke ulike tilnærminger for å involvere Oslo kommunes innbyggere". Målgruppen for konferansen var byens seniorer, og invitasjoner gikk ut til byens seniorsentre, sykehjem, frivillige organisasjoner, beboere i Omsorg+ og andre aktuelle organisasjoner som arbeider med eldre. Det ble lagt vekt på mangfold i deltakelsen.

Det er hensiktsmessig at hovedtyngden i medvirkningsopplegget skjer tidlig i planprosessen, da mulighetene for konstruktive innspill og dialog er størst i starten. En rekke medvirkningsmodeller som har ulike bruksformål og egenskaper kan brukes: SWOT-analyser, idedugnader, dialogmøter, fokusgruppeintervjuer og scenario- og framtidsprosesser. I Oslo har det vært arrangert debattmøter og folkemøter i den første fasen. Vestby et al. (2017) har benyttet seg av ulike metoder som kombineres: seniorstemmer (spørreundersøkelse



og intervjusamtaler), seniortrakk med egen app, seniorverkstred og ettermøter. Innspill fra de eldre er sentrale for utarbeidelsen av handlingsplanen.

## 9.2 Konklusjon

Vi har kalt dette prosjektet "Fra universelt utformede bygg til inkluderende områdeutvikling". Vi er usikre på om man trenger enda et nytt begrep eller et nytt planparadigme. Kanskje er "sosial bærekraft" et godt nok begrep, som bare må fylles med tydeligere og klarere innhold? Vi har likevel valgt å beholde begrepet "inkluderende områdeutvikling" og mener at det er på tide å sette brukerne av byer og tettsteder mer i fokus i dagens planlegging. Videre må lokalmiljøutvikling være et tydeligere mål i den konkrete planleggingen. Gode fysiske omgivelser må få tydeligere status som strategisk virkemiddel for å nå samfunns mål som aldersvennlig eller helsefremmende planlegging. Medvirkning og brukerinvolvering er viktige tiltak for å sikre dette. Men det er også viktig å ta i bruk kunnskapen om brukergrupper og brukerperspektiver som allerede finnes rundt om i fagmiljøene. Denne kunnskapen må samles, tas i bruk og omsettes til konkrete mål og styrende føringer som så kan brukes til utvikling av lokalplaner. Det finnes kunnskap om hva som er viktig for en god barndom eller for en aldrende befolkning, og om hva som gjør det enklere å komme fram for hun som sitter i rullestol. Vi håper at denne rapporten kan bidra til å samle denne kunnskapen, slik at den kan deles, tas i bruk og omsettes til løsninger.

Utfordringen ligger i *oversettelsen* fra intensjon til løsning. Vi bør kunne forvente at kompetente planleggere greier å legge ulike brukergruppers perspektiver til grunn for forslag til løsninger. Men målsettinger og intensjoner må være tydeligere formulert og danne grunnlag for langsiktige planer. Her har man noe å lære fra "områdeløftarbeidet". Vi mener videre at man i langt større grad må etterprøve og systematisere erfaringene av de ulike tiltakene som prøves ut, slik at vi får mer kunnskap om hvilke løsninger som gir hvilken effekt.

To sentrale spørsmål som kan benyttes i arbeidet med en mer inkluderende områdeutvikling, er:

1. Hva skal omgivelsene støtte?
2. Og for hvem?

Vi mener inkluderende områdeutvikling omfatter:

### A) kunnskap og innsikt om ulike brukerperspektiv

- Hva er spesielt for denne målgruppen? Hva er generelt? Delkapitlene i denne rapporten beskriver behovene fra forskjellige brukergrupper som barnefamilier, barn, friske eldre, eldre med tjenestebehov, svaksynte og så videre.

### B) tydelige mål/visjoner for hva man vil at omgivelsene skal støtte

- målsettinger som samsvarer med de samfunnsutfordringene vi står ovenfor
- et mer bærekraftig hverdagsliv
- tilrettelegging for mer næromsorg – "leve hele livet"
- attraktive bydeler med blandet beboersammensetning

Vi tror man i større grad kan tenke på tvers av båser ved å utnytte "fellesrom" og skape nye løsninger som kan brukes av flere. Eksempelene som er trukket fram i denne rapporten, illustrerer at det finnes mange løsninger som oppleves som vellykkede når de prøves ut. Slike vellykkede tiltak er oppnådd gjennom:

- arbeid på tvers av sektorer i kommunen
- samarbeid mellom private og offentlige aktører
- forsøk på å utnytte kommunenes arealer som skole, sykehjem, bibliotek og så videre på en bedre måte. Disse arealene må i større grad betraktes som fellesrom, og de må utformes og lokaliseres slik at de styrker et lokalmiljøsentert. Man bør lete etter positiv samlokalisering som kan styrke tilbudene i lokalmiljøene.

Kunnskapen og innsikten fra de ulike brukergruppene, samt relevant forskning på grupper som eldre eller barn, viser at det også er klare fellestrekk i ønsker og behov. Spesielt uttrykker mange ønsker om møteplasser på tvers av aldre eller diagnoser i lokalmiljøet. I undersøkelsene *Inkluderende nabolag* (Wågø & Høyland, 2018) og *En bydel for alle?* (Wågø & Høyland, 2016) forklarte mange av informantene at det også var svært viktig at disse møtestedene var i nabolaget, i kjente omgivelser, men i passe avstand (både geografisk og organisatorisk) slik at det ble passelig utfordring både å bevege seg dit og å være der for å se nye mennesker og å møte noen man kjente fra før. For mange var også rutiner viktige for tryggheten. Det var for mange også viktig at dette stedet var nøytralt, "normalt" og at de kunne være der som én blant mange andre.

Trekker vi inn begrepet bærekraft og helse, handler disse ønskene om møteplasser nettopp om muligheten til å gå og bevege seg i nærmiljøet, oppsøke steder eller opplevelser ut over selve boligen. I arbeidet med rapporten *Fremtidens omsorgsplasser* (Høyland, 2014) uttrykte en 90 år gammel dame på trygghetsplass det slik:

Det gjør at man ikke må tilbringe all sin tid på et sted. Litt sånne arrangemanger, det er kjempebra. Det bryter opp, også er det noe å komme hjem med. Du har jo barnebarn og barn, på den måten blir du en person som det skjer litt med, du har noe å fortelle, vi er jo alle mennesker.

Flere av gruppene vi har undersøkt, kjører ikke bil og er avhengige av å gå eller bruke offentlig kommunikasjon. Erfaringene fra arbeidet med aldersvennlig planlegging i bydelene i Oslo viser at svært mange av utfordringene dreier seg om transport til og fra boligen. I et planperspektiv kan imidlertid arbeidet også handle om å planlegge lokalisering av tilbud, slik at man nettopp slipper transport. I en dansk undersøkelse (Brandt, 1999) svarer eldre mellom 65 år og 84 år i tre kommuner på hvorfor og hvor ofte de er ute. Langt fra de fleste kommer ut så ofte som de gjerne vil. Undersøkelsen bekrefter at miljøer hvor det er lett å ferdes, og som samtidig innbyr til opphold og rekreasjon, medvirker til at eldre går mer ut. Alminnelige dagligdagse aktiviteter som innkjøp er med på å vedlikeholde den fysiske funksjonsevnen.

## 10 Referanser

- Aas, G., Strype, J., Rundhovde, S. & Bjørge, T. (2010). *Trygghet i det offentlige rom. Surveymålinger av befolkningens opplevelse av trygghet og utrygghet i det offentlige rom – i åtte norske kommuner/bydeler*. [http://www.ks.no/contentassets/de662c906b9d4d7680b464a274b9d649/3039\\_094003\\_survey---trygghet-i-det-offentlig-rom--underveirapp.pdf](http://www.ks.no/contentassets/de662c906b9d4d7680b464a274b9d649/3039_094003_survey---trygghet-i-det-offentlig-rom--underveirapp.pdf)
- Afacan, Y. (2013). Elderly-friendly inclusive urban environments: Learning from Ankara. *Open House International*, 38(1), 52-62. doi: <Go to ISI>://WOS:000316234900006
- Alidoust, S. & Bosman, C. (2016). "Boomer planning: The production of age-friendly cities". *Built environment* (42), 107-119.
- Alley, D., Liebig, P., Pynoos, J., Banerjee, T., & Choi, I. H. (2007). Creating elder-friendly communities: preparations for an aging society. [Research Support, Non-U.S. Gov't]. *Journal of gerontological social work*, 49(1-2), 1-18. doi: 10.1300/J083v49n01\_01
- Alvsvåg, H. & Tanche-Nilssen, A. (1999). *Den skjulte reformen. Mestring og omsorg i et hjemmebasert hjelpeapparat*. Oslo: Tanum Forlag.
- Anderson, J. E. (2011a). *Architecture and ageing. On the interaction between frail older people and the built environment*. Doctoral thesis. Stockholm: KTH Royal Institute of Technology.
- Anderson, J. E. (2011b). *The Nordic model. Evolutions in care and space for the dependent ageing in Sweden with some relevance to Denmark and Norway*. Paper presented at the international conference "Innovations in nursing for people in situations of dependency: architectural design and care models", Madrid 30th Nov to 1st Dec 2011.
- Aspnes, E.H., Ausen, D., Høyland, K., Mikalsen, M., Steen-Hansen, A., Storesund, K., Schjølberg, I., Svagård, I. & Walderhaug, S. (2012). *Velferdsteknologi i boliger: Muligheter og utfordringer*. SINTEF-rapport. Trondheim: SINTEF
- Ball, M. S., & Lawler, K. (2014). Changing Practice and Policy to Move to Scale: A Framework for Age-Friendly Communities Across the United States. *Journal of Aging and Social Policy*, 26(1-2), 19-32. doi: <http://www.scopus.com/inward/record.url?eid=2-s2.0-84893294631&partnerID=40&md5=4775ce114d33b634dc0ed8f0c7597036>
- Barne-, likestillings- og inkluderingsdepartementet. (2016). *Handlingsplan for universell utforming av IKT og velferdsteknologi 2015–2019*
- Bascon, D. A. (2010). *Modelprogram for plejeboliger*. Copenhagen Living Lab og OK-Fonden i samarbejde med Erhvervs- og Byggestyrelsen, Realdania, Socialministeriet, RUMarkitekter, Institut for Arkitektur, Design & Media Teknologi Aalborg Universitet. København: Erhvervs- og Byggestyrelsen og Realdania.
- Berg, B., Denizou, K., Wigenstad, T., Buvik, K., Hauge, Å. L., Kittang, D., Magnus, E., Thorshaug, K., Øyen, C. F. & Knudsen, W. (2009). *Kunnskapsstatus i REBO. Bærekraftig oppgradering av boligblokker – med fokus på miljøvennlig energibruk og universell utforming*. SINTEF Notat 8.

- Boulange, C. & Armada, F. (u.å.). The effect of urban crime and perceived safety on urban levels of physical activity: a review. [http://www.who.int/kobe\\_centre/interventions/urban\\_planning/List-08\\_ICUH\\_14052\\_Crime-PA.pdf](http://www.who.int/kobe_centre/interventions/urban_planning/List-08_ICUH_14052_Crime-PA.pdf)
- Brands J., T. Schwanen & I. van Aalst (2015), Fear of crime and affective ambiguities in the night-time economy, *Urban Studies*, Vol. 52:3, pp. 439-455
- Brandt A. (1999). *Aldres udendørs mobilitet*. Master of Public Health, avhandling (nr. 12). Aarhus: Aarhus Universitet.
- Buffel, T., Phillipson, C. & Scharf, T. (2012). Ageing in Urban Environments: Developing 'Age-Friendly' Cities. *Critical Social Policy*, 32 (4), 597-617. doi: 10.1177/0261018311430457
- Buffel, T., Phillipson, C. (2016). Can global cities be age-friendly cities? Urban development and ageing populations.
- Byrådsavdeling for eldre, helse og sosiale tjenester. (2016). Ditt aldersvennlige Oslo. Medvirkningskonferanse 2016
- Børrud & Røsnes, (2016). *Prosjektbasert byutvikling. Mot en kvalitativ, prosjekttrettet byplanlegging*. Oslo: Fagbokforlaget.
- Chawla, L. (2002). *Growing Up in an Urbanising World*, UNESCO.
- Churchman, A. (2003). Is There a Place for Children in the City? *Journal of Urban Design* 8(2), 99 – 111.
- Cohen, D. A., Sehgal, A., Williamson, S., Marsh, T., Golinelli, D., & McKenzie, T. L. (2009). New Recreational Facilities for the Young and the Old in Los Angeles: Policy and Programming Implications. *Journal of Public Health Policy*, 30, 248-263. doi: 10.1057/jphp.2008.45
- Cohen-Mansfield, J. (2016). "Behov for et skifte". Demensdagene 2016. Aldring og helse [www.aldringoghelse.no/alle-artikler/behov-et-skifte/](http://www.aldringoghelse.no/alle-artikler/behov-et-skifte/)
- Colangeli, J. (2010). Planning for Age-friendly Cities: Towards a New Model (Doctoral dissertation). Waterloo, Ontario: University of Waterloo.
- Coleman, J. S. (1988). Social capital in the creation of human capital. *American Journal of Sociology* (94), 95-120.
- Coleman, D. & Iso-Ahola, S. E. (1993). Leisure and Health: The Role of Social Support and Self-Determination. *Journal of Leisure Research*, (25)2, 111-128.
- Cooper, C. L. & Quick, J. C. (2017). *The Handbook of Stress and Health: a Guide to Research and Practice*. WILEY Blackwell

- Daatland et al (2014). *Boliggjøring av eldreomsorgen?* Svein Olav Daatland (Red.), Karin Høyland, Berit Otnes, Christine Thokle Martens, Hanna Vangen Nordbø, Britt SLagsvold, Silje Strøm Solberg. Norsk institutt for forskning om oppvekst, velferd og aldring. NOVA Rapport 16/2014
- Danilovic, N. M. (2015). The view of the urban safety. *The Impact of the Women's Studies and Movements*.
- De Bie, M. and S. De Visscher (2005). The neighbourhood of children beyond playing: a social-pedagogical perspective. Conference "Doing, thinking, feeling home: the mental geography of residential environments". Delft University of Technology.
- De Donder, L., Buffel, T., Dury, S., De Witte, N., & Verte, D. (2013). Perceptual quality of neighbourhood design and feelings of unsafety. *Ageing & Society*, 33, 917-937. doi: 10.1017/s0144686x12000207
- Dempsey, N. (2008a). Does quality of the built environment affect social cohesion? *Urban Design and Planning* (161), 105-114.
- Dempsey, N. (2008b). Quality of the bbuilt environment in urban neighbourhoods. *Planning Practise and Research* 23. 249-264.
- Dempsey et al. (2011). The social dimension of sustainable development: Defining urban social sustainability. *Sustainable development* (19), 289-300.
- Deniz, D. (2016). Improving Percieved Safety for Public Health through Sustainable Development, *Social and Behavioral Sciences* Nr. 216 (2016), 632-642.
- Detail. (2012). Concept: Housing for Seniors. *Detail* (9)
- de Vries, S., Verheij, R. A., Groenewegen, P. P., & Spreeuwenberg, P. (2003). Natural environments - healthy environments? An exploratory analysis of the relationship between greenspace and health. [Article]. *Environment and Planning A*, 35(10), 1717-1731. doi: 10.1068/a35111
- Donald, I. P. (2009). Housing and health care for older people. [Editorial Material]. *Age and Ageing*, 38(4), 364-367. doi: 10.1093/ageing/afp060
- Driskell, D. (2002). *Creating better cities with children and youth: a manual for participation*. London, Earthscan.
- DSDC. (2017). *Intersection of Dementia + Design*. Todagers kurs holdt av Dementia Services Development Centre (DSDC), i Newcastle 21.-22. Mars 2017.
- Duany A. (2003). Neighbourhood design in practice. I: Neal, P. (Red.). *Urban Villages and the Making of Communities*, Spon: London, 84–101.
- Dury, S. et al. (2016): Municipality and Neighborhood Influences on Volunteering in Later Life. *Journal of Applied Gerontology* (35), 601–626.
- Econ. (2009). Følgeevaluering av områdeløft i Groruddalen. Rapport nr. 2009-119, Prosjekt nr. 54870



- Edwards, P. & Tsouros, A. (2006). Promoting physical activity and active living in urban environments. WHO regional office for Europe. [http://www.euro.who.int/\\_data/assets/pdf\\_file/0009/98424/E89498.pdf](http://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0009/98424/E89498.pdf)
- Enjolras, B. & Sivesind, K. H. (2018). The roles and impacts of the third sector in Europe. I Enjolras, B.; Salamon, L.; Sivesind, K. H. & Zimmer, A. (Red.). *The Third Sector as a Renewable Resource for Europe : Concepts, Impacts, Challenges and Opportunities*. Palgrave Macmillan, 95–124
- European Environment Agency. (2016). Noise. Intro. <https://www.eea.europa.eu/themes/noise/intro>
- European Environment Agency. (u.å.). Noise. <https://www.eea.europa.eu/themes/human/noise/noise-2>
- Evans, G. W. (2003). The built environment and mental health. *Journal of Urban Health*, 80(4), 536-555.
- Feldman, P. H., & Oberlink, M. R. (2003). The AdvantAge initiative - Developing community indicators to promote the health and well-being of older peop. *Family & Community Health*, 26(4), 268-274. doi: <Go to ISI>://WOS:000185638300004
- Feragen, P. S. (2017). *Demensvennlig nærområde. Forskning og urban design prinsipper for demensvennlig utvikling*. Masteroppgave i arkitektur og byforming. NTNU, Trondheim.
- Fidler, D., Olson, R., & Bezold, C. (2011). Evaluating a Long-Term Livable Communities Strategy in the US. [Article]. *Futures*, 43(7), 690-696. doi: 10.1016/j.futures.2011.05.010
- Fischer, C.S. (1976). *The Urban Experience*. New York
- Fitzgerald, K. G., & Caro, F. G. (2014). An Overview of Age-Friendly Cities and Communities Around the World. *Journal of Aging and Social Policy*, 26(1-2), 1-18. doi:Available at: <http://www.scopus.com/inward/record.url?eid=2-s2.0-84893214771&partnerID=40&md5=505ccd3675dd2ff05ce5a21c0f612ee2>
- Florida, R. & Rentfrow, J.R. (2011). Place and well-being *Designing Positive Psychology: Taking Stock and Moving Forward* (ed. Sheldon, K., Kashdan, T., Steger, M.). Oxford, Oxford Scholarship
- Folkehelseinstituttet. (2015). 03. Helseeffekter av støy. <https://www.fhi.no/nettpub/mihe/stoy/03.-helseeffekter-av-stoy/>
- Frønes, I. (2007). *Moderne barndom*. Oslo: Cappelen akademisk forlag
- Gardner, P. J. (2011). Natural neighborhood networks - Important social networks in the lives of older adults aging in place. *Journal of Aging Studies*, 25(3), 263-271
- Garon, S., Paris, M., Beaulieu, M., Veil, A., & Laliberte, A. (2014). Collaborative Partnership in Age-Friendly Cities: Two Case Studies From Quebec, Canada. [Article]. *Journal of Aging & Social Policy*, 26(1-2), 73-87. doi: 10.1080/08959420.2014.854583
- Gau, J.M., N. Corsaro & R.K. Brunson. (2014). Revisiting broken windows theory: A test of the mediation impact of social mechanisms on the disorder-fear relationship, *Journal of Criminal Justice*, vol. 42, 579-588.
- Gehl, J. (1980). *Life between buildings: Using Public Space*. New York, Van Nostrand Reinhold

- Global Utmaning. (2018). "Vi kan nu presentera konkreta riktlinjer för en feministisk stadsplanering". <https://www.globalutmaning.se/analys/debatt-vi-kan-nu-presentera-konkreta-riktlinjer-en-feministisk-stadsplanering/>
- Godzik, M. (2009). *Choosing new places to live: Alternative housing solutions for the elderly in Japan*. Paper presented at the Asia Pacific Network of Housing Research Conference, APNHR 2009 and 4th Australasian Housing Researchers Conference, AHRC 2009, August 5, 2009 - August 7, 2009, Sydney, NSW, Australia.
- Godzik, M. (2010). *Alternative Housing for the Elderly in Japan-Attitudes of Residents towards their Housing Choice*.
- Golant, S. M. (2008). Livable communities are key to the successful aging of older persons, but moving elsewhere may be the best solution. [Meeting Abstract]. *Gerontologist*, 48, 151-152. doi: <Go to ISI>://WOS:000262810600523
- Golant, S. M. (2011). Chapter 15 - The Changing Residential Environments of Older People. In R. H. Binstock & L. K. George (Red.), *Handbook of Aging and the Social Sciences (Seventh Edition)*, 207-220. San Diego: Academic Press.
- Golembiewski, J. (2017). Architecture, the urban environment and severe psychosis: *Aetiology*. *Journal of Urban Design and Mental Health*, 2(1)
- Gubrium, Jaber (1997). *Living and dying at Murray Manor*. Charlottesville: University of Virginia Press.
- Guttu, J., & Schmidt, L. (2012). *Små boliger: universell utforming, bovaner og brukskvalitet* (nr. 1). Oslo: NIBR.
- Halldén, G. (2007). *Den moderna barndomen och barns vardagsliv*. Stockholm: Carlsson bokförlag.
- Handy, S. L., Boarnet, M. G., Ewing, R., & Killingsworth, R. E. (2002). How the built environment affects physical activity - Views from urban planning. *American Journal of Preventive Medicine*, 23(2), 64-73. doi: 10.1016/s0749-3797(02)00475-0
- Hauge, S. & Jacobsen, F. (2008). *Hjem. Eldre og hjemlighet*. Oslo: Cappelen Damm.
- HCA. (2009). *Housing our ageing population: panel for innovation*. Homes and Communities Agency.
- Helsedirektoratet. (2013). *Reduksjon i ikke-smittsomme sykdommer – nasjonal oppfølging av WHO's mål*. <https://helsedirektoratet.no/publikasjoner/reduksjon-i-ikke-smittsomme-sykdommer-nasjonal-oppfolging-av-whos-mal>
- Helsedirektoratet. (2016). *Sosial ulikhet i helse*. <https://helsedirektoratet.no/folkehelse/folkehelsearbeid-i-kommunen/sosial-ulikhet-i-helse>
- Helsedirektoratet. (2018). *Kartlegging og utviklingsarbeid om nærmiljø og lokalsamfunn som fremmer folkehelse*. <https://helsedirektoratet.no/tilskudd/kartlegging-og-utviklingsarbeid-om-nermiljo-og-lokalsamfunn-som-fremmer-folkehelse>

- Helse- og omsorgsdepartementet. (2005). *NOU 2005:8 Likeverd og tilgjengelighet. Rettslig vern mot diskriminering på grunnlag av nedsatt funksjonsevne. Bedret tilgjengelighet for alle*. Statens forvaltningstjeneste. Informasjonsforvaltning. Oslo. [www.regjeringen.no](http://www.regjeringen.no)
- Helse- og omsorgsdepartementet. (2015a). *Omsorg 2020. Regjeringens plan for omsorgsfeltet 2015–2020*.
- Helse- og omsorgsdepartementet. (2015b). *Folkehelsemeldingen*.  
<https://www.regjeringen.no/no/aktuelt/folkehelsemeldingen-mestring-og-muligheter/id2403920/>
- Helse- og omsorgsdepartementet (2015c). *Demensplan 2020. Et mer demensvennlig samfunn*.
- Helse- og omsorgsdepartementet. (2016). *Flere år – flere muligheter. Regjeringens strategi for et aldersvennlig samfunn*
- Heurlin-Norinder, M. (2005). *Platser for lek, opplevelser och moten*. Doctoral Thesis, Lärarhögskolan i Stockholm.
- Hirschfeld & Browers (1997). The Effect of Social Cohesion on Levels of Recorded Crime in Disadvantaged Areas. *Urban Studies* (34), 1275-1295.
- Hjorthol, R. (1998). *Hverdagslivets Reiser. En analyse av kvinners og menns daglige reiser i Oslo*. TØI rapport 391/1998. Oslo: Transportøkonomisk Institutt.
- Hodge, G. (2008). *The geography of aging*. Canada: McGill-Queen's University Press.
- Horelli, L. & Prezza M. (2004). *Child-Friendly Environments - Approaches and lessons*. Helsinki: Helsinki University of Technology - Centre for Urban and Regional Studies.
- Høyland, Karin & Solberg, Silje S. (2014). *Fremtidens omsorgsplasser. Erfaringer fra ulike omsorgstilbud*. Rapport fra Husbanken, Porsgrunn kommune og SINTEF Byggforsk.
- Høyland, K., Woods, R. & Solberg, S. S. (2014). *Erfaringer fra to nye omsorgssentre*. Rapport. Norsk Form. <http://www.norskform.no/Gamle-nettsider/Byutvikling/Helse-og-omgxxx2015ivelser/Publikasjoner/Erfaringer-fra-to-nye-omsorgssentre/>
- Høyland, K; Kirkevold, Ø; Woods, R; Haugan, G. (2015). *Er smått alltid godt i demensomsorgen? Om bo- og tjenestetilbud for personer med demens*. Oslo: SINTEF akademisk forlag
- Høyland, Karin (2017). *Bygger vi gårdsdagens velferdsløsninger?* Kommunal Rapport: Meninger. [www.kommunal-rapport.no](http://www.kommunal-rapport.no)
- Jacobs, J. (1961). *The death and life of great American cities*. New York: Random House.
- Jacobsen, F. F. (2015). *Continuity and Change in Norwegian Nursing Homes, in the Context of Norwegian Welfare State Ambitions*. New York: Springer Science + Business Media
- James, A. & James, A. L. (2004). *Constructing childhood: theory, policy, and social practice*. Basingstoke, Palgrave Macmillan.

- James, A. & James, A. L. (2008). *Key Concepts in Childhood studies*. London: Sage publications Ltd
- Jönsson, A. (2018). En bättre plats att åldras på. *Arbete för åldersvänliga städer i Norden*. Nordens välfärdscenter Sverige.
- Kamper-Jørgensen, F. (2009). I sundhedens tjeneste. *Byplan Nyt* (nr. 7), 13. Hentet fra <http://www.byplanlab.dk/sites/default/files/byplan-nyt-409.pdf>
- Kearns A, & Forrest, R. (2000). Social cohesion and multilevel governance. *Urban Studies* (37), 995–1017.
- Kirkeby, I. M. (2006). *Skolen finder sted*. Hørsholm: Statens Byggeforskningsinstitut.
- Kirkevold, M. & Gonzalez, M. T. (2012). Betydningen av sansehager og terapeutisk hagebruk for personer med demens - en scoping review. <https://sykepleien.no/sites/default/files/documents/forskning/851433.pdf>
- Kompetanseprogrammet (u.å.). Hva er universell utforming? <http://uukurs.dibk.no/modul-1/ressurser/tekster-om-uu/hva-er-universell-utforming/>
- Kylin, M. & I. Sveriges. (2006). "En koja kan vara två pinnar som ligger i kors". *Kojorna, barnes egna platser*. Uppsala: Sveriges lantbruksuniversitet.
- Labonté, R. (2010). Health Systems Governance for Health Equity: Critical reflections. *Revista de Salud Pública*, (12)
- LAN. (2017). *Paris haussmann, catalogue*. Editions Pavillon de l'Arsenal, Paris & Park Books editions, Zürich.
- Larsson & Laurell. (Red). (2006). *Tankar om förstadens framtid; ett hinder för en stadsbyggnadspolitik som ser förorterna som en framtidens resurs*, Formas
- Latour, B. (2005). *Reassembling the social: an introduction to actor-network-theory*. Oxford: Oxford University Press.
- Lee, A. C. K., Jordan, H. C. & Horsley, J. (2015). Value of urban green space in promoting healthy living and wellbeing: prospects for planning. *Risk Management and Healthcare Policy*, 8, 131-137.
- Lehning, A. H., Annie. (2013). *Livable community indicators for sustainable aging in place* (s. 34). New York, NY.
- Lenninger, A. & Olsson, T. (2006). *Lek äger rum - Planering för barn och ungdomar*. Stockholm, Formas och författarna.
- LeRoy, L. B., Treanor, K. M., & Art, E. (2010). Foundation work in long-term care. *Health Affairs*, 29(1), 207-211. doi: <http://www.scopus.com/inward/record.url?eid=2-s2.0>
- Li, F. Z., Fisher, K. J., Brownson, R. C., & Bosworth, M. (2005). Multilevel modelling of built environment characteristics related to neighbourhood walking activity in older adults. *Journal of Epidemiology and Community Health*, 59(7), 558-564. doi: 10.1136/jech.2004.028399

- Li, X., Zhang, C. & Li, W. (2015). Does the Visibility of Greenery Increase Percieved Safety in Urban Areas? Evidence from the Place Pulse 1.0 Dataset. *International Journal of Geo-information* vol. 4,
- Lui, C. W., Everingham, J. A., Warburton, J., Cuthill, M., & Bartlett, H. (2009). What makes a community age-friendly: A review of international literature. *Australasian Journal on Ageing*, 28(3), 116-121. doi: 10.1111/j.1741-6612.2009.00355.x
- Lynch, K. (1960). *The Image of the City*. The MIT Press.
- Mack, M.Y., Paacock, C. (2011). Social Sustainability: A Comparison of Case Studies in UK, USA and Australia. 17th Pacific Rim Real Estate Society Conference, Gold Coast, 16-19 Jan 2011. Hentet fra: [http://www.prres.net/papers/Mak\\_Peacock\\_Social\\_Sustainability.pdf](http://www.prres.net/papers/Mak_Peacock_Social_Sustainability.pdf) [12.05.2018].
- Marcus, Clare C. & Sachs, Naomi A. (2013). *Therapeutic Landscapes: An Evidence-Based Approach to Designing Healing Gardens and Restorative Outdoor Spaces*. PhD, EDAC. [www.books.google.no](http://www.books.google.no)
- McLean, C. (2017). Comprehensive Age-Friendly Community Planning Framework. Master of Arts in Planning. University of Waterloo, Ontario, Canada.
- Mehta, V. (2014). Evaluating Public Space, *Journal of Urban Design*, 19(1), 53-88
- Menec, V. H., Means, R., Keating, N., Parkhurst, G., & Eales, J. (2011). Conceptualizing Age-Friendly Communities. *Canadian Journal on Aging-Revue Canadienne Du Vieillessement*, 30(3), 479-493. doi: 10.1017/s0714980811000237
- Menec, V. H., Novek, S., Veselyuk, D., & McArthur, J. (2014). Lessons Learned From a Canadian Province-Wide Age-Friendly Initiative: The Age-Friendly Manitoba Initiative. *Journal of Aging and Social Policy*, 26(1-2), 33-51. doi: <http://www.scopus.com/inward/record.url?eid=2-s2.0-84893334768&partnerID=40&md5=60722f15365c458afc8a17d3cea96e47>
- Michael, Y. L., Green, M. K., & Farquhar, S. A. (2006). Neighborhood design and active aging. *Health & Place*, 12(4), 734-740. doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.healthplace.2005.08.002>
- Miljøverndepartementet. (2007). Introduksjon til begrepet universell utforming. <http://uukurs.dibk.no/modul-2/introduksjon/begrepet-universell-utforming/>
- Ministeriet for by, bolig og landdistrikter. (2011). Byens bevægelsesrum. Et studie af byrums evner til at fremme fysisk aktivitet og møde mellem mennesker. <https://holbaek.dk/Umbraco/openpublic/EsdhFile/Download?id=4657&url=3640726E12.PDF&name=Byens+bev%C3%A6gelsesrum+%E2%80%93+Et+studie+af+byrums+evner+til+at+fremme+fysisk+aktivitet+og+m%C3%B8de+mellem+mennesker>
- Morrison, A. (2013). Facing the Future with Dementia: designing buildings that will be adaptable *Viewpoint*. London: Housing LIN.
- Murray, L. (2015). Age-friendly mobilities: a transdisciplinary and intergenerational perspective. *Journal of transport and health*.



- Myers, D., & Ryu, S. (2008). Aging baby boomers and the generational housing bubble. *Journal of the American Planning Association*, 74(1), 17-33.
- Nash, V. & Christie, I. (2003). *Making Sense of Community*. Institute for Public Policy Research: London.
- Nathan, A., Pereira, G., Foster, S., Hooper, P., Saarloos, D., & Giles-Corti, B. (2012). Access to commercial destinations within the neighbourhood and walking among Australian older adults. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 9. doi: 10.1186/1479-5868-9-133
- NBBL. (2009). *Framtidsprosjekt 2030*, en artikkelsamling.
- Neal, M. B., DeLaTorre, A. K., & Carder, P. C. (2014). Age-Friendly Portland: A University-City-Community Partnership. *Journal of Aging & Social Policy*, 26(1-2), 88-101. doi: 10.1080/08959420.2014.854651
- Newman, O. (1972). *Defensible Space: Crime Prevention through Environmental Design*. New York: Macmillan.
- Ngo, V., Rubinstein, A., Ganju, V., Kanellis, P., Loza, N., Rabadan-Diehl, C. & Daar, A. S. (2013). Grand Challenges: Integrating Mental Health Care into the Non-Communicable Disease Agenda. *PLoS Med* vol. 10:5. <http://journals.plos.org/plosmedicine/article?id=10.1371/journal.pmed.1001443>
- NIBR. (2017). Fortetting og folkehelse - hvilke folkehelsekonsekvenser har den kompakte byen? Oslo: By- og regionforskningsinstituttet NIBR.
- Normann, H. K. (2008). Hjemmeopplevelse hos personer med demenssykdom. I Hauge, Solveig & Jacobsen, Frode F. (Red.) *Hjem. Eldre og hjemlighet*. Oslo. Cappelen akademisk forlag, 147-160.
- NOU. (2011). *Innovasjon i omsorg: utredning fra utvalg oppnevnt ved kongelig resolusjon av 26. juni 2009 : avgitt til Helse- og omsorgsdepartementet 16. juni 2011* (Vol. NOU 2011:11). Oslo: Helse- og omsorgsdepartementet.
- Nørve, Denizou & Knudsen. (2006). *På veg mot universelt utformede boliger? Utviklingen belyst fra tilbudssiden i boligmarkedet*. Prosjektrapport 408, Norges Byggforskningsinstitutt.
- Office of the Deputy Prime Minister (ODPM) (2006). UK Presidency: EU Ministerial Information Sustainable Community Policy Papers. ODPM: London.
- Oguz, D., Cakci, I., Sevimli, G., & Ozgur, S. (2010). Outdoor environment preferences in nursing homes: Case study of Ankara, Turkey. *Scientific Research and Essays*, 5(24), 3987-3993. doi: <Go to ISI>://WOS:000286527200024
- Oslo kommune. (2017) *Handlingsplan for aldersvennlig by*. Byrådet.
- Oslo kommune. (u.å.). Områdeløft Tøyen 2014-2018 <https://www.oslo.kommune.no/politikk-og-administrasjon/slik-bygger-vi-oslo/toyenvavtalen/omradeloft-toyen/#gref>
- Pahl, R. E. (1970). *Whose city?: and other essays on sociology and planning*. London: Longman.

- Pahl, R. E. (1975). *Whose city?: and further essays on urban society*. Harmondsworth: Penguin Books.
- Paulsson, J. (2008). *Boende och närmiljö för äldre*. Stockholm: Forumet.
- Pierson, J. (2002). *Tackling social exclusion*. Routledge: London.
- Pearson, A. & Breetzke, G. (2014), The Association Between the Fear of Crime, and Mental and Physical Wellbeing in New Zealand, *Social Indicators Research; An International and Interdisciplinary Journal for Quality-of-Life Measurement* vol. 119, 281-294.
- Phillipson, C. (2012). Developing Age-Friendly Cities: Policy Challenges & Options. *Viewpoint*. London: Housing LIN.
- Plouffe, L., & Kalache, A. (2010). Towards Global Age-Friendly Cities: Determining Urban Features that Promote Active Aging. *Journal of Urban Health-Bulletin of the New York Academy of Medicine*, 87(5), 733-739. doi: 10.1007/s11524-010-9466-0
- Poskus, M. S. & Poskiene, D. (2015). The Grass is Greener: How Greenery Impacts the Perception of Urban Residential Property. *Social Inquiry into Well-being* vol. 2015:1, 22-31
- Pran T. O. (2012). Oppstartseminar Saupstad 05.03.2012. Husbanken region øst
- Project for Public Space (u.å.). The Power of 10+. <https://www.pps.org/reference/the-power-of-10/>
- Rappe, E., Kivela, S. L., & Rita, H. (2006). Visiting outdoor green environments positively impacts self-rated health among older people in long-term care. *Horttechnology*, 16(1), 55-59. doi: <Go to ISI>://WOS:000234335100010
- Ratcliffe, P. (2000). Is the assertion of minority identity compatible with the idea of a socially inclusive society? In Askonas, P. & Stewart, A. (Red.): *Social Inclusion: Possibilities and Tensions*. Macmillan: Basingstoke, 169–185.
- Rehan, R. M. (2016). The Phonic Identity of the City Urban Soundscape for Sustainable Spaces. *HBRD Journal*, 12:3, 337-349.
- Relph, E. (1976). *Place and Placelessness*. Pion: London.
- Ringsby-Jansson, B. (2002). *Vardagslivets arenor: om människor med utvecklingsstörning, deras vardag och sociala liv*. Göteborg: Göteborgs universitet
- Ruud, M. E., Swensen, G., Larsen, K., Fyhri, A. & Karvel, E. (2012). *Planlegging for et attraktivt bymiljø*. CIENS forskningssenter for miljø og samfunn.
- Ruza, J., Kim, J. I., Leung, I., Cohan, C., Li, A., Kam, C., & Ng, S. (2013). *Sustainable, age-friendly cities: An evaluative case study*. Paper presented at the 2nd Annual International Conference Sustainable Design, Engineering and Construction, ICSDEC 2012, November 7, 2012 - November 9, 2012, Fort Worth, TX, United states.
- Ryhl, C. & K. Høyland. (2018). *Inkluderende arkitektur*. Bergen: Fagbokforlaget

- Saegert, S., Mackintosh, E., & West, S. (1975). Two studies of crowding in urban public spaces. *Environment & Behavior*, vol 7, 159–184.
- Sampson, K.A., Goodrich, C.G. (2009): Making Place: Identity Construction and Community Formation through "Sense of Place" in Westland, New Zealand (22).
- Sandvik, S. (2008). "Hvor har det blitt av oss? Om å vokse opp i byens hjerte". Artikkel i jubileumshefte utgitt av Sanden og Løkkan Velforening.
- Seeman, T. E. (1996). Social ties and health: The benefits of social integration. *Annals of Epidemiology*, vol. 6:5, 442-451
- Selstrøm & Bremberg. (2004). *Närmiljöns betydelse för barns och ungdomars hälsa och välbefinnande*. Statens folkhälsoinstitut.
- Sixsmith, A. & Sixsmith, J. (2008). Ageing in place in the UK. *Ageing International*, 32, 167-182.
- Stafford, M., Chandola, T. & Marmot, M. (2007). Association Between Fear of Crime and Mental Health and Physical Functioning. *Journal of Public Health*, vol 92:11, 2076-2081.
- Steels. (2015). *Key characteristics of age-friendly cities and communities: a review*. University of Leeds, UK.
- Stefansdottir, H. (2014). Urban routes and commuting bicyklists' aesthetic experiences. *Journal of Urban Design* Vol 19:4, 1-21
- Svennberg, M. (2005). "Södra Älvstranden i Ungas ögon". Stockholm
- Sæter, O. (2003). *Stedsblikk, stedsfortellinger og stedsstrider: en sosiologisk analyse av tre kasus*. 3:2003, Instituttet.
- Sørvoll, J., Sandlie, HC., Nordvik, V., Gulbrandsen, L. (2016). *Eldres boligsituasjon, Boligmarked og boligpolitikk i lys av samfunnets aldring*. NOVA Rapport 11/2016.
- Talen, E. (1999). Sense of community and neighbourhood form: an assessment of the social doctrine of new urbanism. *Urban Studies* (36), 1361–1379.
- Tjora, A., Henriksen, I. M., Fjærli, T. & Grønning, I. (2012): *Sammen i byen. En sosiologisk analyse av urbane naboskap, nærmiljø og boligens betydning*. Oslo: Fagbokforlaget
- Treborg, I. (2014). Så skadelig er ensomhet for kroppen din. TV2. <http://www.tv2.no/a/6166221/>
- Tufteparken. (u.å.). *Et lavterskeltiltak for egenorganisert idrett og folkehelsen*. <https://www.tufteparken.no/>
- Urban Utveckling. (u.å.). *Trygghet och säkerhet*. <https://urbanutveckling.se/ordlista/stu/trygghet-och-sakerhet>
- Vaidya, R., & Raje, A. (2014). Housing for the Elderly: The Changing Scenario in India. *Architectural Design*, 84(2), 60-67. doi: 10.1002/ad.1729

- Vasunilashorn, S., Steinman, B. A., Liebig, P. S., & Pynoos, J. (2012). Aging in place: Evolution of a research topic whose time has come. *Journal of Aging Research*, 2012. doi: <http://www.scopus.com/inward/record.url?eid=2-s2.0-84864153224&partnerID=40&md5=9e4848e29a64ffb19625902517010856>
- Vestby, Brattbakk & Norvoll. (2017). Lytt til seniorene! Utprøving av medvirkningsmodell for aldersvennlige lokalsamfunn. Samarbeidsrapport NIBR/AFI.
- Waldbrook, N., Rosenberg, M. W., & Brual, J. (2013). Challenging the myth of apocalyptic aging at the local level of governance in Ontario. *Canadian Geographer-Geographe Canadien*, 57(4), 413-430. doi: 10.1111/j.1541-0064.2013.12030.x
- Walker, A. (1999): *The principles and potential of active ageing. Report for The European Commission Conference on Active Ageing*, Brussel 15.-16. november, 1999. University of Sheffield, UK
- Walker, A. (2002). A strategy for active ageing. *International Social Security Review* Vol. 55, 121-139.
- WHO. (2007). *Global Age-Friendly Cities: A Guide*.
- WHO. (2011). Burden of disease from environmental noise — Quantification of healthy life years lost in Europe, World Health Organization Regional Office for Europe, Copenhagen.
- WHO. (2012). *Environmental Health Inequalities in Europe*.  
<http://www.euro.who.int/en/publications/abstracts/environmental-health-inequalities-in-europe.-assessment-report>
- WHO. (2015). *Measuring the age-friendliness of cities: a guide to using core indicators*.  
[http://www.euro.who.int/\\_data/assets/pdf\\_file/0010/342289/Urban-Green-Spaces\\_EN\\_WHO\\_web.pdf?ua=1](http://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0010/342289/Urban-Green-Spaces_EN_WHO_web.pdf?ua=1)
- WHO. (2016). *Urban green spaces and health*.  
[http://www.euro.who.int/\\_data/assets/pdf\\_file/0005/321971/Urban-green-spaces-and-health-review-evidence.pdf?ua=1](http://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0005/321971/Urban-green-spaces-and-health-review-evidence.pdf?ua=1)
- WHO. (2017a). *Non-communicable diseases*. <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs355/en/>
- WHO. (2017b). Preventing non-communicable diseases (NDCs) by reducing environmental risk factors.  
<http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/258796/1/WHO-FWC-EPE-17.01-eng.pdf?ua=1>
- WHO. (2017c). Towards More Physical Activity in Cities.  
[http://www.euro.who.int/\\_data/assets/pdf\\_file/0018/353043/2017\\_WHO\\_Report\\_FINAL\\_WEB.pdf](http://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0018/353043/2017_WHO_Report_FINAL_WEB.pdf)
- WHO. (2017d). Urban green spaces; a brief for action.  
[http://www.euro.who.int/\\_data/assets/pdf\\_file/0010/342289/Urban-Green-Spaces\\_EN\\_WHO\\_web.pdf?ua=1](http://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0010/342289/Urban-Green-Spaces_EN_WHO_web.pdf?ua=1)
- WHO. (2018). Constitution of WHO: Principles. <http://www.who.int/about/mission/en/>

WHO Europe. (2017). *Urban Green Space Interventions and Health - a review of impact and effectiveness*. <https://www.cbd.int/health/who-euro-green-spaces-urbanhealth.pdf>

Wilhjelm, H. (2002). *Barn og omgivelser: virkelighet med flere fortolkninger*. Oslo: Arkitektøgskolen i Oslo.

Willson, S. (2017). Canada's Designing Healthy Living Report – implications for mental health. <https://www.urbandesignmentalhealth.com/blog>

Wolch, J. R., Byrne, J. & Newell, J. P. (2014). Urban green space, public health, and urban environmental justice: The challenge of making cities 'just green enough'. *Landscape and Urban Planning*, vol. 125, 234-244.

Wolf, K. L. & Robbins, A. S. T. (2015). Metro Nature, Environmental Health, and Economic Value. <https://ehp.niehs.nih.gov/wp-content/uploads/advpub/2015/1/ehp.1408216.acco.pdf>

Wågø, S. & Høyland, K. (2009). *Bokvalitet og hverdagsliv for eldre: en evaluering av ulike boligkonsepter*. SINTEF

Wågø, S. I. & Høyland, K. (2016). *En bydel for alle? Botilbud for yngre personer med stort hjelpebehov*. Oslo: SINTEF akademiske Forlag

Wågø, S. I. & Høyland, K. (2018). *Inkluderende nabolag? Samspill mellom ulike bo- og servicetilbud og nabolag i bydelen Havstein i Trondheim*. Oslo: SINTEF akademisk forlag.

Wågø, S., Høyland, K., Kittang, D., & Øvstedal. (2006). *Universell utforming – Begrepsavklaring*. SINTEF Rapport.

Østerberg, D. (1977). *Makt och materiell: samhällsteoretiska essäer*. Göteborg: Korpen.



# FRA UNIVERSELT UTFORMEDE BYGG TIL INKLUDERENDE OMRÅDEUTVIKLING

Denne rapporten samler innsikt fra flere fagfelt og presenterer ulike perspektiver på by- og stedsutvikling, blant annet aldersvennlig, demensvennlig, barnevennlig og helsefremmende planlegging.

Rapporten argumenterer for å utvide fokuset fra universell utforming av bygg til å fokusere på områdekvaliteter som inkluderer "alle". En inkluderende områdeutvikling krever innsikt i ulike brukerperspektiver. Ved å planlegge på tvers av brukergrupper og å samlokalisere funksjoner i lokalmiljøet, kan vi skape møteplasser der flere kan delta.

Kapitlene kan hver for seg og samlet gi verdifulle innspill til kommuner, planleggere og arkitekter som skal drive by- og stedsutvikling.

Rapporten er initiert av SINTEF Byggforsk og finansiert av Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet (BUFDIR).