

# Hvordan utvikle og styrke nærmiljøet

Presentasjon av Håndbok i aldersvennlig stedsutvikling

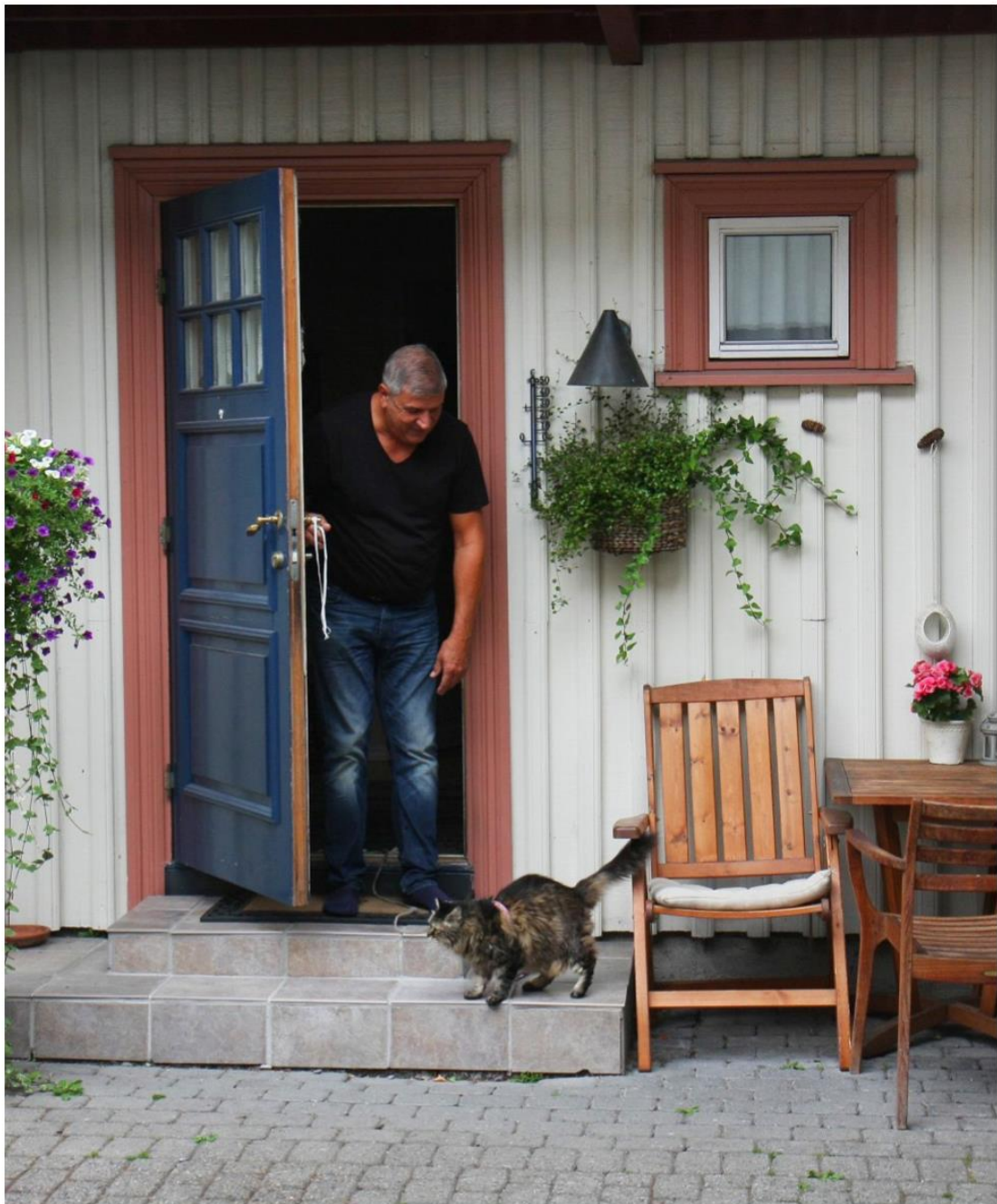
Alf Waage, prosjektleder BYLIVsenteret  
Norske arkitekters landsforbund

Leve hele livet-konferansen, Bergen 03. desember

Håndbok  
ALDERSVENNLIG  
STEDSUTVIKLING



Norske arkitekters  
landsforbund



## Forord

Norske arkitekters landsforbund har på oppdrag fra Helsedirektoratet laget en håndbok i aldersvennlig stedsutvikling. Oppdraget er en del av oppfølgingen av regjeringens strategi for et aldersvennlig samfunn, der en økende andel eldre må få innvirkning på hvordan vi planlegger og utformer våre bygde omgivelser.

Tidligere har spørsmål og utfordringer knyttet til at vi blir flere eldre i stor grad blitt adressert til helse- og omsorgssektoren. Med regjeringens strategi for et aldersvennlig samfunn pekes det tydelig på koblingen mellom eldre sin helse og stedet de bor på. Dersom vi skal nå målet om at eldre skal klare seg selv så lenge som mulig, trenger vi gode nærmiljøer som legger til rette for dette. Da må planleggere, arkitekter og alle som jobber med stedsutvikling på banen.

Hovedmålgruppene for denne håndboka er planleggere og øvrige ansatte i offentlig sektor, samt lokalpolitikere med flere. Vi håper alle som jobber med stedsutvikling i vid forstand vil ha glede og nytte av håndboka og vi tror at den vil være nyttig for gjennomføringen av Nasjonalt program for et aldersvennlig Norge.

Håndboka har blitt til i et godt samarbeid med SINTEF og Helsedirektoratet, i tillegg til at vi har mottatt verdifulle innspill fra flere andre fagpersoner. Vårt mål med håndboka er å vise hva aldersvennlig stedsutvikling kan bety i praksis, hvilke konkrete muligheter og verktøy kommunen har, og hvordan dette påvirker planleggerrollen. Både temaet og løsningene favner bredt, og derfor har det også blitt en omfattende håndbok. For oss har dette vært en spennende utfordring. Vi håper resultatet kan være til praktisk hjelp for alle som jobber med å skape steder der det er godt å leve, også som gammel.

Oslo, oktober 2019

Camilla Moneta  
Arkitekt MNAL, fagsjef  
Norske arkitekters landsforbund

# Om håndboken

Arbeidet med å skape et aldersvennlig samfunn favner vidt og går på tvers av både fagfelt, sektorer og samfunnsinstitusjoner. I denne håndboka konsentrerer vi oss om planleggenes nye roller og ansvar, og ikke minst hvilke muligheter kommunen har innenfor dagens plansystem og regelverk. Vi kaller det aldersvennlig stedsutvikling, men målet er å skape et samfunn som er godt for alle, både eldre og yngre. Skal vi lykkes med det må vi skape gode nærmiljøer som inkluderer og engasjerer. Vi trenger fysiske miljøer som legger til rette for aktivitet og møter mellom mennesker, på tvers av alder, interesser og funksjonsnivå.

Vi har gode forutsetninger for å lykkes. Et mangeårig arbeid med universell utforming har bidratt til at tanken om likeverdig deltakelse i samfunnet står sterkt. I denne håndboka ønsker vi å vise hva som er særlig viktige grep for å kunne utvikle et aldersvennlig samfunn, sett gjennom

«planleggerbriller», og hvordan dette henger sammen med overordnede mål for by- og stedsutvikling. Vi har valgt å ta utgangspunkt i nærmiljøet, og ser både temaer, virkemidler og eksempler i lys av dette. Alle har et nærmiljø, uansett om man bor i en stor by eller på et lite sted, derfor har vi valgt å ikke skille mellom storby og småsted i denne håndboka.

Håndboka er ment å kunne brukes som et oppslagsverk. Den består av en rekke ulike kapitler som hver for seg tar for seg forskjellige deler av kommunens virkeområder, og ulike faser av planprosessen. Til slutt i håndboken finner du en eksempelsamling hvor vi har gjort et utvalgt av prosjekter vi mener har stor overføringsverdi. Vi håper du vil finne nyttige råd og praktiske tips til hjelp i det videre arbeidet med å skape et aldersvennlig samfunn.

**God lesing!**

## Håndbok Aldersvennlig stedsutvikling

**Oppdragsgiver**  
Helsedirektoratet

**Samarbeidspartner**  
Karin Høyland, seniorforsker  
SINTEF Community

**Bidragstere**  
Gunnar Ridderstrøm, sivilarkitekt  
Phd, NMBU  
Guri Mette Vestby, seniorforsker,  
NIBR / OsloMet -  
storbyuniversitetet

**Redaksjon**  
Alf Waage, Øystein Bull-Hansen,  
Birgitte Rossavik Skjerve, Katrine  
Hamre Sørli (layout), Norske  
arkitekters landsforbund

**Utgiver**  
Norske arkitekters landsforbund  
Josefines gate 34, 0351 Oslo  
+47 23 33 25 00  
nal@arkitektur.no  
arkitektur.no

Utgitt digitalt juni 2019  
Oppdatert med mindre  
justeringer for papirutgaven  
oktober 2019  
Publikasjonen er tilgjengelig på  
arkitektur.no

**Forside-, bakside- og  
kapittelillustrasjoner**  
Martin Hvattum

# Innhold

## Flere eldre gir nye muligheter

s.1

## Hva er aldersvennlig stedsutvikling

s.3

## Hvordan utvikle og styrke nærmiljøet

S.11

## 10 råd for aldersvennlig stedsutvikling

s.17

## Medvirkning og samskaping

s.19

## Kommunale virksomheters muligheter

s.27

## Hvordan bruke plan- og bygningsloven

s.35

## Eksempelsamling

S.49

- **Helhetlig grep**  
s.50
- **Sosiale møteplasser i nærmiljøet**  
s.60
- **Inkluderende bomiljøer**  
s72
- **Gang og sykkelforbindelser, uteområder  
og offentlig transport**  
s.80

## Veien Videre

S.85

## Ressursbank

S.92





## Hva er aldersvennlig stedsutvikling

Aldersvennlig stedsutvikling handler grunnleggende sett om å skape fysiske omgivelser som gjør det mulig for eldre å være aktive samfunnsdeltakere så lenge som mulig, også den dagen helsa begynner å skranke. Selv om vi kaller det aldersvennlig stedsutvikling handler det ikke kun om tiltak rettet mot eldre. Både forskning og praktisk erfaring viser at det som er bra for eldre som regel er godt for alle.



Foto: Norske arkitekters landsforbund

”  
Gjennom god arkitektur og planlegging kan fylkeskommunene og kommunene være med å utvikle gode lokalsamfunn og boligområder, stimulere til fysisk aktivitet og et mer helsefremmende miljø.

Nasjonale forventninger til regional og kommunal planlegging 2019-2023

## Et sted det er godt å bli gammel

### Et verdensomspennende nettverk

Mulighetene og utfordringene knyttet til en økende andel eldre har lenge stått høyt på den globale agendaen. I 2010 etablerte Verdens helseorganisasjon (WHO) et verdensomspennende nettverk for aldersvennlig byer og samfunn med en felles visjon om å utvikle steder der det er godt å bli gammel. Siden starten har antallet deltakere vokst til 833 byer i 41 land (2019). Fra Norge deltar per i dag Oslo, Trondheim og Levanger. Det arbeides med å etablere et eget nasjonalt nettverk i Norge.

### Bra for eldre er godt for alle

En vanlig misforståelse av begrepet aldersvennlig stedsutvikling er at det handler om tiltak rettet kun mot eldre. Både forskning og praktiske erfaring fra blant annet WHO sitt mangeårige arbeid viser tydelig at det som er bra for eldre i stor grad sammenfaller med det som er godt for alle.

### Følger prinsippene for bærekraftig stedsutvikling

Et aldersvennlig samfunn er basert på de samme prinsippene som gjelder for et bærekraftig samfunn, slik de er beskrevet både i Nasjonale forventninger til regional og kommunal planlegging (2019-2023), Folkehelsemeldinga – Gode liv i et trygt samfunn (2018-2019) og i FNs bærekraftsmål. Både lokalsentra og kommunesentra bør utvikles slik at man kan nå nødvendige hverdagstjenester til fots og på sykkel, kombinert med et attraktivt kollektivtilbud og enkel tilgang på grøntområder og turveier som binder stedet og kommunen sammen. En utfordring for mange kommuner er at det rådende utbyggingsmønsteret ofte favoriserer bilen, og at handel, tjenester og institusjoner som en konsekvens av dette ofte legges utenfor sentrumsområdene – stikk i strid med nasjonale føringer og forventninger.

## Hva er aldersvennlig stedsutvikling

### Betydningen av nærmiljøet

I den grad det finnes et særlig kjennetegn på aldersvennlig stedsutvikling er det kanskje betydningen av nærmiljøet. Når synet svekkes og beina ikke lenger bærer så langt blir man i økende grad avhengig av nærmiljøet. Det kan dreie seg om benker og god belysning, offentlige toalett, trygge gangveier til hverdagens gjøremål, kort vei til butikken og offentlige tjenester, tilrettelagte transportløsninger, brøyting og vintervedlikehold, parker og turveier som er lette å nå, eller sosiale møteplasser i lokalmiljøet. Alt dette, og mer til, er viktige tiltak for eldre – som alle tjener på. Både eldre og barn omtales ofte som «stedbundne» brukere. Desto yngre eller eldre man er, jo mindre mobil er man. De nære omgivelsene blir avgjørende for livskvaliteten og ens egen mulighet til å delta i samfunnet.

### Kjennetegn på et aldersvennlig nærmiljø:

- Nærhet til lokalsenter med forretninger, kafeer, kulturtilbud og gode møteplasser.
- Gode turområder og gang/ sykkelveier som også leder til andre deler av kommunen.
- Området må være enkelt å orientere seg i og det må oppleves som attraktivt og trygt å bevege seg til fots.
- Egnede boliger med ulik grad av fellesskapsløsninger i ulike prisklasser. Mulighet for å flytte innenfor et lokalmiljø for å beholde nettverket sitt.
- Området må være universelt utformet.
- Enkel tilgang til kollektivtransport.
- Det må være sittemuligheter og offentlige toaletter på de stedene det er naturlig å oppholde seg eller gå tur.
- Det må være hyggelig og tilstrekkelig belysning både ute og inne uten blindingseffekt og med god fargegjengivelse.
- Vedlikeholdet, og ikke minst vintervedlikeholdet, må være godt. Gang og sykkeltraseer må prioriteres foran bilen.



Foto: Norske arkitekters landsforbund

## Kjennetegn på et aldersvennlig nærmiljø:

- Nærhet til lokalsenter
- Gode turområder og gang/ sykkelveier
- enkelt å orientere seg
- attraktivt og trygt å bevege seg til fots
- Egnede boliger med ulik grad av fellesskaps-  
løsninger i ulike prisklasser for ulike aldersgrupper
- Mulighet for å flytte innenfor et lokalmiljø
- Området må være universelt utformet
- Enkel tilgang til kollektivtransport
- Sittemuligheter og offentlige toaletter
- Belysning ute og inne uten blindingseffekt og med  
god fargegjengivelse
- Vedlikehold, og ikke minst vintervedlikehold, må  
være godt. Gang og sykkeltraseer må prioriteres  
foran bilen.



## Hvordan utvikle og styrke nærmiljøet

Gode og velfungerende nærmiljøer utgjør kjernen i aldersvennlig stedsutvikling. I teorien høres det greit ut, men i praksis kan det være krevende å få til, særlig når utviklingen mange steder går i en annen retning. Hva kan fungere som generatorer for å utvikle nødvendige kvaliteter det folk bor, og hvordan kan kommunen aktivt bidra til at det skapes gode møteplasser og sørge for at grunnleggende tjenester er tilgjengelig i nærmiljøet, også der hvor utgangspunktet ser dårlig ut. I dette kapitlet drøfter vi noen overordnede prinsipper og forslag til løsninger.

### Kommunale funksjoner som motor i lokalmiljøet

De fleste steder, både i byen og på småstedene, preges av høy bilbruk. Nærbutikkene har mange steder forsvunnet, og handelen flytter ut til innfartsårene. Byggefelt og eneboligområder, som tidligere hadde både post og butikk, står tilbake som rene boligområder. I praksis er man helt avhengig av bil eller annen transport for å komme til butikken eller andre nødvendige tjenester.

Idealene for et nærmiljø som er godt for alle kan mange steder oppleves å stå i kontrast til dagens utvikling. En løsning kan være å la de kommunale tjenestene danne kjernen i et nærmiljø. En slik løsning krever at man må se på nye arkitektoniske og organisatoriske løsninger for kommunale virksomheter som skoler, barnehager, eldresentre, omsorgsboliger og helsestasjoner, slik at disse tilbudene sammen med andre private tilbud som legekontor, frisør og eventuelt nærbutikk, kan danne gode lokalsentra.

### Tips

- Finn fram til stedene hvor lokalsentra bør utvikles i forbindelse med kommuneplanen.
- Vurder lokalisering av kommunale virksomheter ut fra hvilken rolle de kan spille i stedsutviklingen.
- Vurder arkitektonisk utforming, muligheten for sambruk og organisering av tjenestene ut fra prinsippene for inkluderende arkitektur (se neste avsnitt).
- Inngå avtaler om samarbeid med lokalbutikker om nye former for tjenester.
- Lokaliser kommunale tilbud som dagsenter og lignende i nærheten av steder som friske eldre og yngre oppsøker.

### Inkluderende arkitektur og områdeutvikling

Et viktig redskap og metode i arbeidet med å tenke nytt rundt de kommunale virksomhetene sin funksjon i et nærmiljø, er inkluderende arkitektur. Begrepet inkluderende arkitektur beskriver en metode som identifiserer ulike brukerbehov og funksjoner, for deretter å utvikle løsninger som kan brukes av mange ulike grupper. En slik måte å tenke på kan bidra til at hele området, bygg og offentlig rom skreddersys for stedet og innbyggerne, og på denne måten bidrar til at nytteverdien optimaliseres.

Første steg er å gjennomføre en stedsanalyse hvor man kartlegger hva som finnes i området fra før, hvilken rolle prosjektet kan spille i nærmiljøet og hvilke nye funksjoner det kan være aktuelt å utvikle. I et samarbeid på tvers av ulike kommunale og private virksomheter og brukergrupper må man så utvikle prosjektets innhold og fremtidig driftsmodell.

Skal man for eksempel bygge en ny skole, kan man undersøke om den kan bidra til å utvikle et godt

lokalsenter. Hvor må den da lokaliseres og hvordan kan den utformes for å fylle en slik funksjon? De rommene som alle skal kunne bruke kan legges rundt et torg, som samtidig er skolegård, mens skolens «private rom» legges i bakkant eller i etasjen over. De rommene som skal leies ut administreres av eiendomsavdelingen eller kulturavdelingen, mens rektor kan bestemme over de områdene som er forbeholdt skolen.

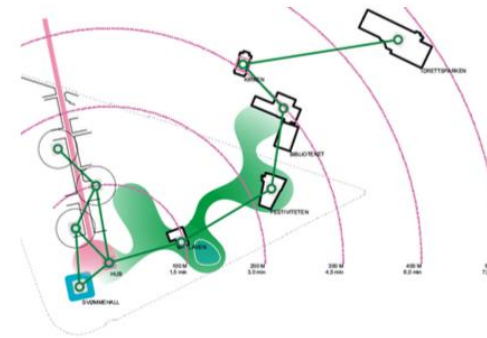
### Tips

Plukk prosjektet fra hverandre i sine enkelte funksjoner og still følgende spørsmål:

- Er det noen av funksjonene som bør være offentlig tilgjengelige og dermed bidra til å gi flere innbyggergrupper et tilbud samtidig som det etableres gode møteplasser?
- Er det noen funksjoner i nærmiljøet som det nye prosjektet kan benytte slik at vi ikke trenger å bygge nytt?



Tørgentun kommunehus. Nesodden av RATIO arkitekter as



### Inkluderende arkitektur i praksis

Eidsberg kommune bruker prinsippene for inkluderende arkitektur når de planlegger ny svømmehall og ungdomsskole i Mysen sentrum. De to illustrasjonene viser hvordan den planlagte skolen og svømmehallen



skal samspille med sentrum og hvordan skolen og elevene skal bruke mange av de eksisterende tilbudene i byen i stedet for å bygge nytt.



#### Kommunale funksjoner som motor i lokalmiljøet

De fleste steder, både i byen og på småstedene, preges av høy bilbruk. Nærbutikkene har mange steder forsvunnet, og handelen flytter ut til innfartsårene. Byggefelt og eneboligområder, som tidligere hadde både post og butikk, står tilbake som rene boligområder. I praksis er man helt avhengig av bil eller annen transport for å komme til butikken eller andre nødvendige tjenester.

Idealene for et nærmiljø som er godt for alle kan mange steder oppleves å stå i kontrast til dagens utvikling. En løsning kan være å la de kommunale tjenestene danne kjernen i et nærmiljø. En slik løsning krever at man må se på nye arkitektoniske og organisatoriske løsninger for kommunale virksomheter som skoler, barnehager, eldresentre, omsorgsboliger og helsestasjoner, slik at disse tilbudene sammen med andre private tilbud som legekontor, frisør og eventuelt nærbutikk, kan danne gode lokalsentra.

#### Tips

- Finn fram til stedene hvor lokalsentra bør utvikles i forbindelse med kommuneplanen.
- Vurder lokalisering av kommunale virksomheter ut fra hvilken rolle de kan spille i stedsutviklingen.
- Vurder arkitektonisk utforming, muligheten for sambruk og organisering av tjenestene ut fra prinsippene for inkluderende arkitektur (se neste avsnitt).
- Inngå avtaler om samarbeid med lokalbutikker om nye former for tjenester.
- Lokaliser kommunale tilbud som dagsenter og lignende i nærheten av steder som friske eldre og yngre oppsøker.



Tørgentun kommunehus. Nesodden av RATIO arkitekter as

## Kommunale funksjoner som motor i lokalmiljøet

### Tips:

- Finn fram til stedene hvor lokalsentra bør utvikles i forbindelse med kommuneplanen
- Vurder lokalisering av kommunale virksomheter ut fra hvilken rolle de kan spille i stedsutviklingen.
- Vurder arkitektonisk utforming, muligheten for sambruk og organisering av tjenestene ut fra prinsippene for inkluderende arkitektur.
- Inngå avtaler om samarbeid med lokalbutikker om nye former for tjenester.
- Lokaliser kommunale tilbud som dagsenter og lignende i nærheten av steder som friske eldre og yngre oppsøker.

Kommunale funksjoner som motor i lokalmiljøet

De fleste steder, både i byen og på småstedene, preges av høy bilbruk. Nærbutikkene har mange steder forsvunnet, og handelen flytter ut til innfartsårene. Byggefelt og eneboligområder, som tidligere hadde både post og butikk, står tilbake som rene boligområder. I praksis er man helt avhengig av bil eller annen transport for å komme til butikken eller andre nødvendige tjenester.

Idealene for et nærmiljø som er godt for alle kan mange steder oppleves å stå i kontrast til dagens utvikling. En løsning kan være å la de kommunale tjenestene danne kjernen i et nærmiljø. En slik løsning krever at man må se på nye arkitektoniske og organisatoriske løsninger for kommunale virksomheter som skoler, barnehager, eldresentre, omsorgsboliger og helsestasjoner, slik at disse tilbudene sammen med andre private tilbud som legekontor, frisør og eventuelt nærbutikk, kan danne gode lokalsentra.

#### Tips

- Finn fram til stedene hvor lokalsentra bør utvikles i forbindelse med kommuneplanen.
- Vurder lokalisering av kommunale virksomheter ut fra hvilken rolle de kan spille i stedsutviklingen.
- Vurder arkitektonisk utforming, muligheten for sambruk og organisering av tjenestene ut fra prinsippene for inkluderende arkitektur (se neste avsnitt).
- Inngå avtaler om samarbeid med lokalbutikker om nye former for tjenester.
- Lokaliser kommunale tilbud som dagsenter og lignende i nærheten av steder som friske eldre og yngre oppsøker.



Tangen kommunehus, Nesodden av RATIO arkitekter as

## Inkluderende arkitektur

### Tips:

Plukk prosjektet fra hverandre i sine enkelte funksjoner og still følgende spørsmål:

- Er det noen av funksjonene som bør være offentlig tilgjengelige og dermed bidra til å gi flere innbyggergrupper et tilbud samtidig som det etableres gode møteplasser?
- Er det noen funksjoner i nærmiljøet som det nye prosjektet kan benytte slik at vi ikke trenger å bygge nytt?



## Hvordan utvikle og styrke nærmiljøet

### Lokalisering er en nøkkel

Et av de viktigste virkemidlene for å utvikle et aldersvennlig samfunn er en aktiv lokaliseringspolitikk hvor kommunen, både gjennom plan- og bygningsloven, som samfunnsaktør og gjennom egen virksomhet, fører en konsekvent lokaliseringspolitikk.

#### Tips

- Legg bare inn områder som ønskes utviklet de nærmeste årene i kommuneplanens arealdel. Dette kan hindre at perifere områder utvikles først, noe som kan gjøre det vanskeligere å få utviklet sentrale områder.
- Legg forholdene praktisk til rette for god lokalisering både av private, statlige, fylkeskommunale og egne virksomheter gjennom for eks. å kjøpe eiendommer, regulere, selge med betingelser eller utvikle fellesprosjekter.
- Lokaliser boliger, arbeidsplasser og skoler, barnehager og andre kommunale tjenester til et sentrum, slik at dette blir en naturlig og attraktiv møteplass i hverdagen.
- Start planleggingen av kommunale bygg på kommuneplannivå med sikte på optimal lokalisering og utstrakt sambruk.
- Vurderer i hvilken grad alle kommunale bygg også kan invitere andre grupper og aktiviteter inn. Dette støtter sambruk og møter mellom generasjoner og grupper.

Les mer om dette i kapitlet «hvordan bruke plan og bygningsloven»

## Lokalisering er en nøkkel

Et av de viktigste virkemidlene for å utvikle et aldersvennlig samfunn er en aktiv lokaliseringsspolitikk hvor kommunen, både gjennom plan- og bygningsloven, som samfunnsaktør og gjennom egen virksomhet, fører en konsekvent lokaliseringsspolitikk.

### **Tips:**

- Legg bare inn områder som ønskes utviklet de nærmeste årene i kommuneplanens arealdel. Dette kan hindre at perifere områder utvikles først, noe som kan gjøre det vanskeligere å få utviklet sentrale områder.
- Legg forholdene praktisk til rette for god lokalisering både av private, statlige, fylkeskommunale og egne virksomheter gjennom for eks. å kjøpe eiendommer, regulere, selge med betingelser eller utvikle fellesprosjekter.
- Lokaliser boliger, arbeidsplasser og skoler, barnehager og andre kommunale tjenester til et sentrum, slik at dette blir en naturlig og attraktiv møteplass i hverdagen.
- Start planleggingen av kommunale bygg på kommuneplannivå med sikte på optimal lokalisering og utstrakt sambruk.
- Vurderer i hvilken grad alle kommunale bygg også kan invitere andre grupper og aktiviteter inn. Dette støtter sambruk og møter mellom generasjoner og grupper.



Ulsstein arena. Foto: Per Eide studio.

## 10 råd for aldersvennlig stedsutvikling

1. Gjennomfør inkluderende stedsutviklingsprosesser som inspirerer, fornyer og forankrer ideen om et godt sted for alle – også eldre
2. Ha en bevisst og konsekvent lokaliseringpolitikk som legger opp til utstrakt sambruk og skaper en god arbeidsdeling mellom kommunesenteret og bygdene eller bydelssenterne.
3. Husk at gamle og unge trenger hverandre. Let etter løsninger som når flere brukergrupper samtidig.
4. Lag en boligpolitikk som inspirerer til at folk i ulik alder og livssituasjon kan leve sammen. Tilby ulike boligtyper og boformer tett på handel, kultur og tjenestetilbud.
5. Skap inspirerende omgivelser som er oversiktlige og trygge når sansene svekkes.
6. Skap attraktive arenaer sentralt i nærmiljøene hvor folk treffes og lag og foreninger kan ha møter, aktiviteter og arrangementer. Er det mennesker tilstede store deler av døgnet øker trygghetsfølelsen for alle.
7. Skap byer, tettsteder og lokalmiljøer hvor det er enkelt å leve uten bil - hele året.
8. Tenk nytt når det gjelder kollektive transportløsninger for eldre som bor usentralt, eller ikke har tilgang på bil.
9. Gjør universell utforming til en premiss for all planlegging.
10. Ansett en stedsutvikler som har som oppgave å jobbe på tvers i kommunen og samarbeide med frivilligheten, befolkningen og næringslivet slik at planer og intensjoner kan bli gjennomført med kvalitet.

## 10 råd for aldersvennlig stedsutvikling

1. Gjennomfør inkluderende stedsutviklingsprosesser som inspirerer, fornyer og forankrer ideen om et godt sted for alle – også eldre.
2. Ha en bevisst og konsekvent lokaliseringspolitikk som legger opp til utstrakt sambruk og skaper en god arbeidsdeling mellom kommunesenteret og bygdene eller bydelssenterne.
3. Husk at gamle og unge trenger hverandre. Let etter løsninger som når flere brukergrupper samtidig.
4. Lag en boligpolitikk som inspirerer til at folk i ulik alder og livssituasjon kan leve sammen. Tilby ulike boligtyper og boformer tett på handel, kultur og tjenestetilbud.
5. Skap inspirerende omgivelser som er oversiktlige og trygge når sansene svekkes.
6. Skap attraktive arenaer sentralt i nærmiljøene hvor folk treffes og lag og foreninger kan ha møter, aktiviteter og arrangementer. Er det mennesker tilstede store deler av døgnet øker trygghetsfølelsen for alle.
7. Skap byer, tettsteder og lokalmiljøer hvor det er enkelt å leve uten bil - hele året.
8. Tenk nytt når det gjelder kollektive transportløsninger for eldre som bor usentralt, eller ikke har tilgang på bil.
9. Gjør universell utforming til en premiss for all planlegging.
10. Ansett en stedsutvikler som har som oppgave å jobbe på tvers i kommunen og samarbeide med frivilligheten, befolkningen og næringslivet slik at planer og intensjoner kan bli gjennomført med kvalitet.



## Medvirkning og samskaping

Et godt kunnskapsgrunnlag er avgjørende for å lykkes med aldersvennlig stedsutvikling. Kunnskapsgrunnlaget bør romme stemmene til de vi planlegger for, enten det er eldre beboere i et område eller brukerne av en tjeneste. Deres erfaringer, lokalkunnskap, behov og ideer er vesentlig for å utvikle gode planer og tiltak. For å få nødvendig kraft i gjennomføringsfasen bør man også tenke på hvordan kommunen kan samskape med andre aktører. I dette kapitlet vil vi gjennomgå og drøfte utvalgte verktøy og metoder for medvirkning og samskaping.

#### Hvorfor er medvirkning viktig

Det er utstrakt enighet om at stedskvaliteter og folkehelse henger tett sammen. Det gjelder ikke minst for eldre. Vi vet mye om helsefremmende stedskvaliteter generelt, men vi trenger å få økt lokalkunnskap, bedre situasjonsbeskrivelser og konkrete forslag til tiltak. Det er viktig å invitere til medvirkning i tidlig fase, slik at reell påvirkning blir mulig.

#### Fem gode grunner til å fokusere på medvirkning:

- Medvirkningsprosesser kan føre til bedre og mer realitetsorienterte løsninger.
- Faglige valg og vurderinger, samt politiske beslutninger, blir mer treffsikre når de baseres på brukernes egne fortellinger, kartlegginger og registreringer.
- Eldre innbyggere har ofte bodd lenge på stedet og har derfor stor lokalkunnskap som er viktig som ressurs i planlegging og stedsutvikling.
- Å involvere innbyggere betyr å spørre dem det gjelder, altså berørte parter, som vil merke konsekvensene av stedsutviklingen, på godt og vondt.
- Bred medvirkning kan bidra til å utvikle og forankre en felles visjon og situasjonsforståelse hos ulike parter, og legge grunnlaget for et godt samarbeid i gjennomføringsfasen.

#### Valg av metoder for medvirkning

Det er mange spørsmål og avgjørelser knyttet til valg av medvirkningsmetoder. Ofte vil det være en god løsning med en kombinasjon av ulike metoder for å dekke opp det man ønsker å få svar på. Grovt sett kan man skille mellom tre kjernemetoder:

- **Skriftlige metoder:** Enten strukturert spørreskjema med faste svaralternativer som det skal krysses av for, eller et enkelt spørreskjema med åpne spørsmål der man skriver sine svar med egne ord. Utfyllingen kan skje mens man sitter sammen med deltakerne i en gruppe og kan gi veiledning underveis, eller deltakerne kan gjøres dette hjemme på egenhånd.
- **Muntlige metoder:** Enten konkrete, åpne spørsmål, eller en helt åpen samtale uten forhåndsdefinerte spørsmål. Dette kan foregå individuelt eller i en mindre gruppe. Det kan finne sted innendørs i en tilrettelagt samling eller det kan gjøres som en del av stedsvandring utendørs.
- **Stedsvandring:** Befaring ute i nærmiljøet sammen med aktuelle brukere, helst i en liten gruppe. Dette egner seg for konkrete registreringer på kart (papir eller digitalt) og bør inkludere intervjusamtaler der man enten tar opp samtaler eller skriver ned underveis eller rett i etterkant. Det er gode erfaringer med å samles til intervjusamtale etter en befaring.

Alle disse metodene er prøvd ut i pilotprosjektet "Lytt til senioren". I valg av konkrete metoder betyr det selvsagt noe hvilken type deltakere man involverer (er det de yngste og friskeste, de eldste eldre eller personer med annen etnisk bakgrunn). I tillegg betyr det noe hvilken kapasitet kommunen eller bydelen har til å gjennomføre medvirkningen og bearbeide materialet i etterkant, samt hvilke tema man ønsker å belyse.



Seniortrakk i Drammen. Foto Ingvild Aarholt Hegna, DOGA.

#### Stedsvandring

Stedsvandring er en type befaring kombinert med samtaler og registreringer ute i nærmiljøet. Det å gå ute i området gir noen klare fordeler sammenlignet med å sitte innendørs. Det viser seg at når man går sammen utendørs kommer folk på flere ting som bør formidles. Både positive og negative forhold kan forklares bedre. Man kan samtale rundt det man ser og sanser. Sansene blir først aktive

utendørs. Viktige stedsopplevelser som trygghet og utrygghet, støy og stillhet, ro og kaos synliggjøres bedre når man går ute i området. Det kan være ulike trafikksituasjoner eller vanskelig fremkommelige, eller utrivelige gangveier. Det blir tydelig for alle hva dette dreier seg om når alle sanser og ser det sammen.





## Kommunale virksomheters muligheter

I arbeidet med å skape et aldersvennlig samfunn bør det være en viktig målsetting å utvikle kommunens ulike virksomhetsområder slik at de ikke bare fyller sin primærfunksjon, men at de i tillegg bidrar til helhetlige aldersvennlige løsninger. I dette kapitlet kommer vi med noen forslag til hva man kan gjøre på ulike nivå i det kommunale systemet for å bidra til dette.

### Kultur idrett og friluftsliv

Kulturtilbud og tilrettelegging for fysisk aktivitet er en grunnleggende kvalitet for alle i en kommune. Det skaper viktige møteplasser, og er kilder til kunst- og kulturopplevelser, livskvalitet og glede, og fremmer både mental og fysisk helse. Avdelingen som jobber med kultur, idrett og friluftsliv har derfor en nøkkelrolle i å utvikle et mer aldersvennlig samfunn. Selv om de fleste kan benytte seg av det generelle tilbudet, kan en del eldre ha behov for spesiell tilrettelegging. Dette betyr ikke at man nødvendigvis skal ha øremerkede tilbud til eldre, men det er viktig å drøfte kommunens ordinære tilbud sett i lys av tilgjengelighet, transport og informasjon.

Enkelte kulturtilbud kan også bringes ut i lokalmiljøet slik at det er mer tilgjengelig for de minst mobile. Tilbud som bibliotek og trening kan ofte ha en dobbel funksjon som sosialt treffpunkt og turmål i nærmiljøet. Ved etablering av nye tilbud er det viktig å finne riktige lokalisering.

#### Tips

- Lag et eget informasjonsprogram med kunst- og kulturtilbud som er lett tilgjengelig for eldre, slik som «den kulturelle spaserstokken».
- Parker kan innby til aktivitet ved hjelp av treningsapparater for eldre, i tillegg til benker og hvilemuligheter som er plasseres slik at det er god utsikt til aktiviteter for andre aldersgrupper som barn og ungdom.
- Lag spesielt tilrettede nærturruter som del av et gangveisystem både i sentrumsområder, parker, boligområder og i friluftsområder.
- Registrer på kart hvilke tilbud og steder som er mye brukt og verdsatt av eldre.

### Oppvekst og utdanning

Barna, i tillegg til eldre, bør sees som de viktigste brukerne av nærmiljøet. Et nærmiljø som legger godt til rette for disse to gruppene av befolkningen vil også bli attraktive for blandt annet småbarnsforeldre. Skoler og barnehager, sammen med et helseknutepunkt, en butikk eller lignende er blant de funksjoner som har best forutsetninger for å kunne utvikles til velfungerende nærmiljøsentra dersom de utformes og organiseres som inkluderende arkitektur.

Daglig kontakt mellom eldre og barn er viktig for alle, ikke minst for barn uten besteforeldre i nærheten.

Les mer om inkluderende arkitektur i kapittelet «Hvordan utvikle og styrke nærmiljøet».

#### Tips

- Tenk inkluderende arkitektur når skoler og barnehager lokaliseres, programmeres, tegnes og organiseres.
- Hent ut positive pedagogiske effekter av at skolene flettes mer inn i lokalmiljøet og at frivilligheten, amatørvirksomheter og andre ressurser i nærrområde kan bli en del av skolehverdagen.
- Bruk pensjonister, med all deres erfaring og kunnskap, som en ressurs i undervisningen.



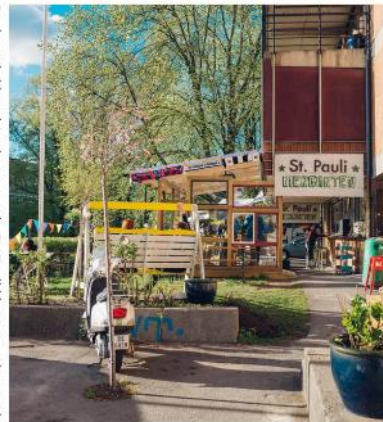
Ladegjella helse- og velferdssenter ligger i vegg med barnehagen. Dette har mange positive effekter. Foto: Unni Skoglund

### Helse og omsorg

Sykehjem, omsorgsboliger, helse- og velferdssenter og lignende tilbud har et potensial for å utvikles til vitale møteplasser på tvers av alder og livssituasjoner. Med riktig lokalisering, attraktiv utforming og et interessant innhold kan slike steder bidra til å styrke eksisterende nærmiljøer og sentrumsområder. Flere stortingsmeldinger peker på at de kommunale tjenestene i større grad må samspille med andre og legge til rette for egenmestring og forebygging. Et godt nærmiljø og gode møteplasser er viktige brikker for å oppnå dette.

Vi ser i økende grad eksempler på sykehjem og andre institusjoner som inviterer lokalsamfunnet inn gjennom aktiviteter og tilbud. Både ansatte og beboere melder om positive effekter. Dårlig lokalisering og tydelig «institusjonspreg» bidrar imidlertid ofte til at mange opplever slike steder som lite attraktive. Både ved ombygging og nybygging er det viktig at de betraktes og utvikles som attraktive «fellesarenaer» for alle – ikke bare eldre beboere eller brukere.

Paulus sykehjem har sin egen pub, St. Pauli Biergården, i 1. etasje.



Generationernes Hus, Aarhus, av KPF Arkitekter og RUM

#### Tips

- Boliger for små husholdninger og helse og omsorg sine egne virksomheter lokaliseres i lokalsentra eller i sentrum. Alle institusjoner for eldre må lokaliseres og programmeres og utformet på en slik måte at brukerne og beboerne i størst mulig grad bruker det lokale tilbudet som butikk, frisør, fotpleie og lege, og ikke blir isolert i institusjoner.
- Publikumsrettede arealer i helse- og omsorgssenter utformes slik at de kan brukes av flere brukergrupper, i tillegg til å plasseres og utformes slik at de naturlig inviterer inn.
- Lag en strategisk plan for lokalisering av helse- og omsorg sine "egne" eiendommer. Disse er viktige brikker i å styrke lokalsentrene.
- Samlokalisering og flerbruk av rom og funksjoner kan bidra til et mer mangfoldig tilbud. Det finnes flere vellykkede eksempler på samlokalisering av barnehage og sykehjem, skole og omsorgsboliger og lignende. Arealer som kan brukes av flere bidrar til verdifulle møter mellom generasjoner og senker samtidig terskelen for å oppsøke denne typen tilbud.



## Hvordan bruke plan- og bygningsloven

Plan- og bygningsloven er et redskap for å styre samfunnsutviklingen på alle områder kommunen har ansvaret for. Derfor inneholder kommuneplanen både en samfunnsdel og en arealdel. Plan- og bygningsloven er omtalt spesifikt i folkehelsesloven som helt sentral for å fremme god folkehelse i praksis.

Aldersvennlighet og folkehelse er gjensidig avhengig av hverandre, og de som planlegger etter loven har derfor en sentral rolle i arbeidet med å fremme både god folkehelse og aldersvennlighet. I dette kapittelet kommer vi med matnyttig tips og råd til arbeidet med både kommuneplaner og reguleringsplaner. Helt til slutt omtaler vi boligpolitiske virkemidler utenfor plan- og bygningsloven.



## Eksempelsamling

I denne eksempelsamlingen har vi valgt ut et knippe prosjekter som på ulike måter belyser hva det kan bety å tilrettelegge for et aldersvennlig samfunn. Flere av prosjektene vi presenterer har ikke startet som bevisste tiltak rettet mot eldre. Resultatene, derimot, har blitt til glede og nytte for alle, inkludert eldre. Enkelte steder har vi supplert med intervjuer og forslag til hvordan enkelte ideer og tanker kan videreutvikles.

Eksempelsamlingen er delt inn i fire kategorier:

- Helhetlige grep
- Sosiale møteplasser i nærmiljøet
- Inkluderende bomiljøer
- Gang og sykkelforbindelser, uteområder og offentlig transport

## Fra spredt bygd til tett landsby i Iveland

Manglende boligtilbud for eldre og få møteplasser for bygdas ungdommer var noe av utgangspunktet da Iveland kommune gikk i gang med sin sentrumsutvikling. Resultatet i dag er mindre press på omsorgssenteret, og et levende bygdesentrum hvor ulike aldersgrupper bor og omgås i hverdagen. Bred medvirkning, samlokalisering av ulike tilbud, kombinert med en handlekraftig kommuneledelse har vært avgjørende for å lykkes.

### Sammenfallende behov

I mange år lå Iveland i «norgestoppen» i antall år kommunens eldre bodde på institusjon. En spredt boligstruktur bidro også til at det var svært kostnadskreven å betjene de som klarte seg hjemme i egen bolig. utfordringene innen eldreomsorgen ble sett i sammenheng med de yngre innbyggerne sine ønsker om et mer levende og «urbant» sentrum med flere tilbud og møteplasser.

### Landsbyvisjonen

Etter en bred medvirkningsprosess utlyste kommunen i 2008 et parallelloppdrag for sentrumsutvikling, i samarbeid med Husbanken. Vinnerforslaget viste et urbant landsbykonsept som de kalte "Åkle". Konseptet inneholdt leiligheter i ulike størrelse og et næringsbygg skreddersydd for sambruk og samlokalisering, alt med dimensjoner som passet stedet.

### Et sted for hverdagsmøter

I dag framstår Birketveit som et levende lokalsentrum. Store deler av Åkle er ferdig bygget og består av 4 boliger hvor kommunen har tildelingsrett og 24 selveierleiligheter i ulike størrelser, i tillegg til uteområder og et næringsbygg som inneholder dagligvareforretning, kafé, interiørbutikk, bibliotek, bygdekino og mineralutstilling. Åkle har en sentral plassering tett på eksisterende tilbud som skole, barnehage, kirke, omsorgssenter, kommunehus, bussholdeplass og lett tilgjengelige naturområder.

Ved å samle funksjonene som folk bruker i hverdagen har kommunen klart å legge til rette for at folk kan møtes og omgås. For de eldre beboerne betyr det at de enkelt kan ta del i hverdagslivet i bygda, fordi de bor der det skjer.



**Kommunen som pådriver**  
Gro Anita Mykjåland  
Ordfører, Iveland kommune

En helt avgjørende faktor for gjennomføringen har vært kommunens engasjement og evne til å tenke på tvers av siloer. Kommunen har hele tiden vært en handlekraftig prosjekteier som har brukt alle sine muskler, også økonomisk.

- For en liten kommune som Iveland har dette vært et stort økonomisk løft. Men gevinsten har vært desto større. Åkleprosjektet har bidratt til at Birketveit har blitt det naturlige møtestedet i bygda, og et attraktivt sted å bo. Den yngste beboeren er i starten av 20-åra og den eldste er over 90. Begge to finner det de trenger i hverdagen rett utenfor døra.

### Åkle

Birketveit, Iveland kommune  
Aust-agder

Innbyggere: 1300  
Prosjekteier: Iveland kommune  
Arkitekt: Ola Roald arkitekter as

Målgruppe: små familier, enslige, yngre- og eldre innbyggere.  
Antall enheter: 38  
Størrelse på leiligheter: fra 55 kvm til 92 kvm, Størrelse på næring og offentlige arealer: 648 kvm  
Ferdigstilt: 2014  
Eieform: sameie

### Aldersvennlige tiltak:

- Lokalisert midt i sentrum av bygda med gangavstand til det meste.
- Variasjon i boligstørrelse bidrar til variasjon i alder.
- Samlokalisering av bibliotek, interiørbutikk, mineralsamling, matbutikk og kafé.
- Attraktive oppholdsområder både ute og inne.

### Suksessfaktorer

- Bred medvirkning, spesielt fra ungdom og eldre
- Tverrsektorielt samarbeid
- God forankring helt til topps i kommunen
- Kommunal handlekraft

### Kontaktperson

Egil Mølland, Enhetsleder Drift og utvikling/prosjektleder  
908 75626, egil.molland@iveland.kommune.no

### Mer info

Sintef rapport: Fra universelt utformede bygg til inkluderende områdeutvikling s.112 - 116  
[https://www.sintefbok.no/book/index/1195/fra\\_universelt\\_utformede\\_bygg\\_til\\_inkluderende\\_omraadeutvikling](https://www.sintefbok.no/book/index/1195/fra_universelt_utformede_bygg_til_inkluderende_omraadeutvikling)



Alle foto: Iveland kommune



## Fra spredt bygd til tett landsby i Iveland

- Manglende boligtilbud for eldre og
- få møteplasser for bygdas ungdommer
- Resultatet i dag er mindre press på omsorgssenteret
- Et levende bygdesentrum hvor ulike aldersgrupper bor
- Bred medvirkning, samlokalisering av ulike tilbud, kombinert med en handlekraftig kommuneledelse har vært avgjørende for å lykkes.



Alle foto: Iveland kommune



## Elven og byen knytter menneskene sammen

Drammen er utviklet gjennom målbevisst og langsiktig planlegging med menneskene i sentrum. Byen har videreutviklet sine iboende kvaliteter og satset på fremtiden – og blitt ganske aldersvennlig. Noe ikke minst elveparkene har bidratt til.

Drammen har ikke vært spesielt opptatt av de eldre når byen er utviklet, men har ønsket å skape en tett, levende og mangfoldig by omgitt av frodig og tilgjengelig natur. Elven i dalbunnen var tidligere en ressurs og transportåre for industrien, men nå har elverommet blitt en serie med parker og et transportnett for fotgjengere og syklister. Byen verner om marka og har siden slutten av 1800 tallet – da som et spleiselag mellom velsituerte borgerne – utviklet et turveinett som starter i sentrum, fletter seg oppover i åssiden med flott utsikt over byen, og fortsetter innover marka.

I tillegg utvikles det attraktive boliger i sentrum, mange tett på elva. Her bor mange unge enslige og velstående eldre. De nye boligene er dyre, men det er også leiligheter i sentrum som ikke er så dyre. Drammen er en gammel by med byområder med ulikt preg og prisnivå. Ikke minst den store andelen innvandrere i byen bidrar til å skape et mangfold av tilbud samtidig som det bidrar til å regulere prisene.

### Hvorfor blir dette aldersvennlig?

Om du er ute for å luften bikkja, ta en øl, bade, sole deg eller jogge en tur, eller du skal til legen eller butikken så kan du bruke elveparkene og der er det alltid noen andre som gjør et eller annet. Byens to sentrale torg og byparken ligger også inn mot elveparkene, og mange foreldre og besteforeldre tar med barn og barnebarn dit. Det kan også nevnes at det er toaletter i parkene.

I noen av de private utbyggingsprosjektene legger man opp til ulike fellesfasiliteter som verksted/ gjesteleilighet/ felles oppholdsrom, men det er fremdeles lagt alt for liten vekt på at fellesfasiliteter i boligprosjektene skal utvide bruksmulighetene og bidra til å skape sosiale nettverk mellom beboere, slik det er gjort i Vindmøllebakken.

Torget Vest er et lite kjøpesenter som ligger tett inn mot Bragernes torg og Drammens Teater. Her er det boliger oppover i etasjene. Beboerne kan ta heisen ned til butikker og tre ulike kafeer og således komme ut blant folk uten å gå ut. Sentret er akkurat passe stort til at de kan bli godt kjent med betjeningen og treffe dine naboer, samtidig som de er delaktige i byens hverdagsliv.

### Elvebyen Drammen

Drammen kommune, Buskerud

Innbyggere: 70 000 (37 000 i Drammensdalen)  
Prosjekteier: Drammen kommune  
Målgruppe: alle beboere og besøkende i Drammen  
Ferdigstilt: kontinuerlig byutvikling

### Aldersvennlige tiltak:

- Elveparker som binder byen i dalbunnen sammen
- Et turveinett i åsen og marka som starter sentrum
- Omfattende boligbygging i dalbunnen
- Et godt utviklet sentrum
- Bydelssentra under videreutvikling
- God kollektivdekning både internt i kommunen og videre ut.
- Fortau, gang- og sykkelveier har prioritert når det gjelder vintervedlikehold

### Suksessfaktorer:

- En handlekraftig og tålmodig kommune
- Politisk enighet om de store trekkene i byutviklingen
- Evnen til å samarbeide på tvers i kommunen, i tett samspill med private aktører.

### Kontaktperson:

Lene Basma, Avdelingsleder  
Planavdelingen, Drammen kommune  
lenbas@drmk.no



Foto: Drammen kommune



Foto: Ahmed thahai



Foto: Tegn\_3

## Elven og byen knytter menneskene sammen

- Videreutviklet sine iboende kvaliteter – og blitt ganske aldersvennlig.
- Noe ikke minst elveparkene har bidratt til.
- Målbevisst og langsiktig planlegging med menneskene i sentrum.
- Fortau, gang- og sykkelveier har prioritet når det gjelder vintervedlikehold



Foto: Drammen kommune



Foto: Ahmed Rihaili



Foto: Tegn\_3



## Et helseknutepunkt skaper et nytt bydelssenter

Gjennom å utvikle helseknutepunkt i bydelene vil Drammen skape gode lokalsentra. De forstår at helse, trivsel og sosial kontakt i nærmiljøet henger tett sammen. I Gulskogen btdel samles hverdagstilbudene samles derfor i et attraktivt urbant miljø.

### Løsningene varierer

Hvordan kan man utvikle et bydelssenter som også er et helseknutepunkt? Løsningen vil være ulik fra sted til sted avhengig av hva som ligger sentralt i bydelen fra før, og som det er naturlig å bygge videre på. Det kan være lett å videreutvikle eksisterende institusjoner, men det er ikke nødvendigvis en god ide. Ofte vil en skole eller butikk ligge mer sentralt i bydelen og skape mer liv. På Gulskogen har de valgt et område i tilknytning til skolen. Der er det jo svært mange som tilbringer mye tid allerede, så muligheten for å skape byliv er god. I tillegg til en stor skole er området i dag preget av mye småindustri, og godt etablerte boligområder i gangavstand. Området rundt det nye bydelssenteret er planlagt bygget ut med nye boliger.

Både Helse, byplan og eiendomsvirksomheten i Drammen kommune samarbeider tett i prosessen med Gulskogen. Tre arkitektkontor har sammen utarbeidet en mulighetsstudie som viser hvordan helsefunksjonene og ulike boligtyper kan flettes inn i en urban og grønn struktur som knytter skole, helse og boliger sammen med kafe og kulturaktiviteter.

For å lykkes må det samarbeides på tvers av kommunens ulike virksomheter, private aktører, frivilligheten og innbyggerne i område. Slik kan man skape et lokalsenter som alle i bydelen vil bruke. Først må det gjennomføres gode stedsanalyser og deretter utvikles interessante forslag som alle føler eierskap til. Så enkel og så omfattende er oppskriften til Drammen.



Maria Bergli, planrådgiver og Lene Basma, plansjef, Drammen kommune

### HELSEKNUTEPUNKT OG BYDELSSENTER PÅ GULSKOGEN

Gulskogen, Drammen kommune  
Buskerud

Innbyggere: 5 000 (Gulskogen bydel)  
Prosjekteier: Drammen kommune  
Byggherre: Drammen Eiendom KF  
Arkitekt: Mad arkitekter, EGM architects  
og Dronninga landskap

Målgruppe: Hele bydelens befolkning,  
både eldre og yngre.  
Fase: Mulighetsstudie

#### Aldersvennlige tiltak:

- Et bydelssenter og et møtested for alle.
- God lokalisering av de tjenestene eldre trenger i hverdagen.

#### Suksessfaktorer:

- Evnen til å samarbeide på tvers i kommunen.
- Tett samspill med private aktører.
- Medvirkning med eldre og befolkningen forøvrig.

#### Kontaktperson:

Maria Bergli, Planrådgiver  
404 74 910, Maria.bergli@drmk.no



Alle illustrasjoner: Drammen kommune



Gulskogen  
Konseptutredning

## Et helseknutepunkt skaper et nytt bydelssenter

- Tett samarbeid mellom helse, byplan og eiendomsavdelingen
- Gode stedsanalyser har funnet stedene som har best forutsetninger for å utvikles til gode bydelssenter
- Innholdet i helseknutepunktene tilpasser seg hva som finnes på stedet fra før



Alle illustrasjoner: Drammen kommune



## Bråta fremdeles et forbilde – etter 14 års drift

Bråta er bygd som et senter for hele kommunen. Tanken var å dra lokalbefolkningen inn på senteret og skape et naturlig møtested for ulike aldersgrupper i lokalsamfunnet. Dette har de langt på vei lyktes med, men i ettertid ser man at det hadde vært lettere om sentret hadde ligget mer sentralt.

### Fylles opp i storefri

Med Veiavangen Ungdomsskole som nærmeste nabo fylles kafeen på Bråta med liv og røre av sultne skoleungdom i hver storefri. Å delta i oppgaver på Bråta er en del av undervisningen på skolen, blant annet dataopplæring til beboerne. De har også tett samarbeid med tanke på utplassering av elever, noe som har resultert i at flere elever har valgt helsearbeideryrket. Det er også ulike botilbud for eldre knyttet til sentret.

### Flergenerasjonshus

Huset består av ulike tilbud i både kommunal og privat regi. Blekspruten svømmehall er privatreidret, og tilbyr 90 svømmekurs i uka for både unge og gamle. Spesielt babysvømmingen er populært, og det kommer foreldre og barn langveis fra for å svømme ved Bråta. Også Bråta fysioterapi, Bråta Hårkrok, Bråta Medisinske Hudklinikk og Bråta Fotklinikk er private leietagere som gir ekstra inntekt til driften, og tilbyr tjenester til både beboere og lokalbefolkningen. Kafeen er drevet av kommunen. De mange ulike aktiviteter bidrar til at senteret blir et attraktivt sted med mange ulike brukere.



### Riktig lokalisering er avgjørende

*Marit Thomassen, Kulturkonsulent Nedre Eiker kommuner (tidligere virksomhetsleder på Bråta)*

Etter 14 års drift er Bråta fremdeles et godt eksempel, men senteret har kapasitet til flere brukere og ønsker enda mer liv og røre.

- Når man skal bygge et tilbud som dette så er riktig lokalisering avgjørende. Vi ser i ettertid at det hadde vært langt lettere å få det til å fungere som et tilbud til hele kommunen hvis beliggenheten hadde vært mer sentral. Det ligger heller ingen typiske seniorboligkomplekser rett i nærheten, noe som kunne bidratt til at flere friske eldre ville vært brukere av aktivitetsdelen. Dette behovet har blitt enda tydeligere etter hvert som beboerne ved senteret har blitt gradvis dårligere over tid.

### Bråta helse- og aktivitetssenter Mjøndalen, Nedre eiker kommune Buskerud

Innbyggere: 24 000  
Prosjekteier: Nedre Eiker kommune (blir en del av Drammen kommuner fra 2020)  
ARKITEKT: Arkitektkompaniet AS

Målgruppe: Eldre beboere og brukere og øvrige innbyggere i kommunen

Innhold: Omsorgsboliger, korttidsplasser, kafé, pub, basseng, frisør, fotpleie, hudklinikk, treningsrom, ergo- og fysioterapi, sanserom  
Ferdigstilt: 2005

### Aldersvennlige tiltak:

- Tett samarbeid med ungdomsskolen som ligger ved siden av.
- Mange tilbud er åpne for alle og bidrar til liv på senteret.

Kontaktperson: Marit Thomassen  
Kulturkonsulent (tidligere virksomhetsleder på Bråta), Nedre Eiker kommune  
481 79 663, [marit.thomassen@nedre-eiker.kommune.no](mailto:marit.thomassen@nedre-eiker.kommune.no)

Mer info: Sintef rapport: Fremtidens omsorgsplasser – erfaringer fra ulike omsorgstilbud s. 99 - 114  
[https://husbanken.no/fou/fou\\_rapporter\\_2014/framtidas-omsorgsplassar/](https://husbanken.no/fou/fou_rapporter_2014/framtidas-omsorgsplassar/)



Foto: Arkitektkompaniet AS



Foto med tillatelse fra Norsk Form



## Bråta fremdeles et forbilde – etter 14 års drift

- Bygd som et senter for hele kommunen, med tilbud som alle kan benytte.
- Henter stor effekt ut av det fra starten av er tenkt et samspill med ungdomsskolen som ligger ved siden av.
- Kunne fått til enda mer hvis plasseringen hadde vært bedre.

*Vi ser i ettertid at det hadde vært langt lettere å få det til å fungere som et tilbud til hele kommunen hvis beliggenheten hadde vært mer sentral.*

*Marit Thomassen, tidligere virksomhetsleder på Bråta*





Alle foto: Hundven-Clements / Arkitektgruppen Cubus



”  
*Den nye skolen gir noe svært verdifullt tilbake til området. Folk møtes på tvers av alder, nasjonalitet og bakgrunn. Å se hverandre minsker avstanden mellom mennesker som kanskje trodde de hadde lite til felles.* Vincent Mrimba, senterkoordinator

## Hele lokalsamfunnet under samme tak

Optimal plassering, samlokalisering og sambruk mellom ulike offentlige tjenester og funksjoner kombinert med høyt fokus på universell utforming. Dette er oppskriften som har bidratt til at Nesodden sitt nye kommunesenter brukes aktivt av hele befolkningen.

Kommunesenteret Tangenten stod ferdig i 2012, etter at kommunen i 2008 lyste ut en begrenset plan- og designkonkurranse. Helt fra starten har kommunen vært bevisst på at det er krevende når ulike funksjoner, og fagkulturer skal samlokaliseres og sambruke arealer. Her er det høy aktivitet fra tidlig morgen til sein kveld. De eldre innbyggerne i lokalmiljøet er aktive brukere, særlig kafeen og biblioteket fungere som møteplasser på tvers av alder og livssituasjon. Allerede i konseptfasen var universell utforming en avgjørende premisse. Både eldre med rullator, men også mødre og fedre med barnevogner er et tydelig bevis på at de har lyktes med å skape et bygg som både inviterer inn og tar i mot de besøkende på en god måte. Gjennom året har biblioteket over 300 ulike arrangementer, noe som vitner om et bygg med stor grad av fleksibilitet som gjør at det er enkelt for både ansatte og andre å rigge til ulike arrangementer.



**Sambruk er krevende**  
Ellen Knutsen, Kultursjef,  
Nesodden kommune

Sambruk trekkes ofte frem som vinneroppskriften når en kommune skal utforme nye møteplasser i lokalsamfunnet. Kommunehuset Tangenten er godt og velfungerende eksempel, men kommunen legger ikke skjul på at det har vært krevende.

- Sambruk er en evig kamp om arealer, og krever mye fokus både i planleggingsfasen men ikke minst i driftsfasen. Det tror jeg mange glemmer.

### Tangenten

Nesoddtangen, Nesodden kommune, Akershus

Innbyggere: 19 500  
Prosjekteier: Nesodden kommune  
Arkitekt: Ratio arkitekter as

Målgruppe: hele kommunens befolkning  
Innhold: kommuneadministrasjon, infosenter, bibliotek, ungdomsskole, helsestasjon, kafé, kulturskole og utleielokaler til møter og kurs.  
Størrelse: 11 400 kvm (bta) fordelt på 270 elever, 300 årsverk og 300 faste brukere  
Ferdigstilt: 2012

### Aldersvennlige tiltak:

- Lokalisert midt i sentrum av tettstedet med gangavstand til det meste.
- Samlokalisering av bibliotek, kommunehus, ungdomsskole, kulturskole og kafé skaper et sosialt møtested på tvers av generasjoner.
- Universell utforming både inne og ute.

### Suksessfaktorer:

- God prosess.
- Brukermedvirkning i tidlig fase.
- Høyt fokus på universell utforming gjennom hele prosessen

### Kontaktperson:

Ellen Knutsen, Kultursjef, Nesodden kommune. 918 87 014, ellen.knutsen@nesodden.kommune.no

### Mer info:

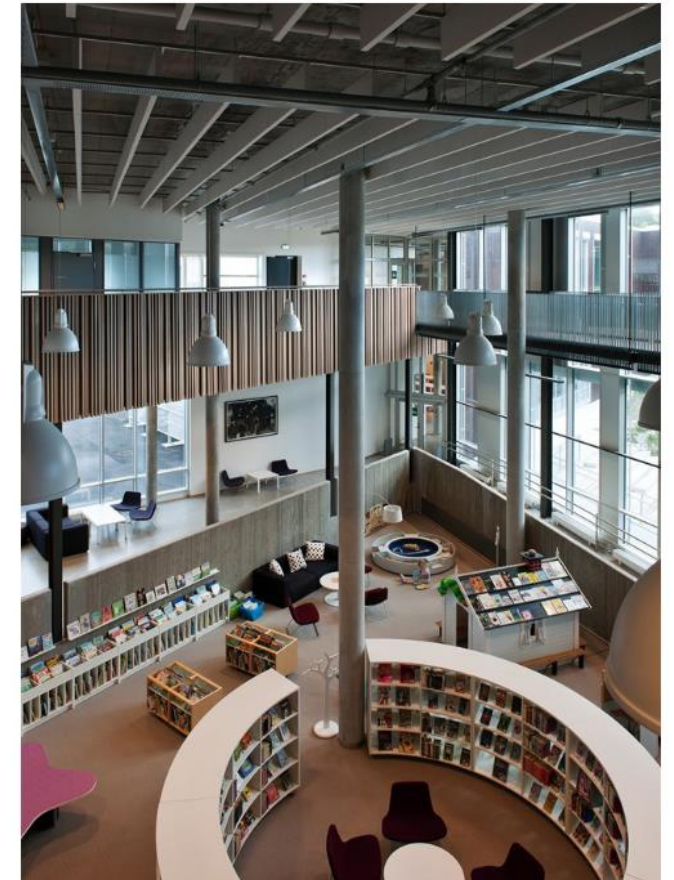
<https://www.nesodden.kommune.no/om-kommunen/tangenten-nesodden-kommunesenter/>

<https://www.arkitektur.no/tangenten>



## Hele lokalsamfunnet under samme tak

- Lokalisert midt i sentrum av tettstedet med gangavstand til det meste.
- Samlokalisering av bibliotek, kommunehus, ungdomsskole, kulturskole og kafé skaper et sosialt møtested på tvers av generasjoner.
- Universell utforming både inne og ute.





”  
*Vi hadde vært inne på tanken om å samle venner og lage et bofellesskap, men da hadde det blitt det der eldre-bofellesskapet, som vi ikke ønsket. Vi ser virkelig det positive med å være beboere fra ulike generasjoner – selv om vi også gjerne skulle hatt enda flere yngre.*

Eldre beboer i Vindmøllebakken bofellesskap



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

Her finner du heftet i digital utgave og som nedlastbar pdf.

Ta kontakt hvis du ønsker heftet tilsendt i posten.

Første kurs arrangeres i Oslo 23. januar. Kurset blir strømmet  
Ønsker du skreddersydd kurs i din kommune kan det bestilles direkte fra oss.

**Min kontaktinfo:**

Alf Waage  
[alw@arkitektur.no](mailto:alw@arkitektur.no)



## KURS & ARRANGEMENTER



**28.11.19** Kontrakter og avtaler for arkitekter

KURS BERGEN

**04.12.19** Brød & Miljø: Industriell ombruk av byggevarer

FROKOSTMØTE OSLO/STRØMMING

**10.03.20** Svømmehall-Kompetanse 2020

KONFERANSE OSLO

**09.07.2019** Studietur til Brasil 2020

STUDIETUR BRASIL

[SE KALENDER »](#)