

Lene Schmidt

Veileder

– Boliger for den tredje alder

Innhold

1	Den tredje alder.....	2
1.1	Leserveiledning	3
2	”Vi har fortsatt livet foran oss” - viktige veivalg.....	5
2.1	Bli boende i nåværende bolig – muligheter og utfordringer	6
2.2	Flytte til ny og mer egnet bolig – muligheter og utfordringer	9
3	Egnet bolig og bosituasjon	12
3.1	Boligens beliggenhet	12
3.2	Bebyggelse, bomiljø og felles uteområder.....	15
3.3	Boligens planløsning	17
	Livsløpsstandarden	17
	Generelle råd om boligens planløsning	19
3.4	Boligens enkelte rom.....	21
	Kjøkkenet.....	21
	Stuen 23	
	Soverom	24
3.5	Bad og toalett	25
	Bod og lagringsplass	26
	Dører, vinduer og andre bygningstekniske detaljer	27
	Privat balkong og terrasse.....	27
4	Nye boligløsninger – trygghet, service, aktivitet og fellesskap	28
	Generasjonsboliger	28
	Sambruk av felleslokaler og offentlig/privat samarbeid	29
4.1	BOLIG + Nye boligløsninger for eldre og folk flest.....	31
	Boliger bygget av en utbygger - servicemodell	32
	Samvirkemodell, boliger bygget i regi av beboerne	34
	Samvirkemodell, utbyggerstyrt.....	34
	Prosjekter under planlegging.....	36
	Nye fremtidige boligløsninger.....	38
	Fellesskap – muligheter og utfordringer.....	39
	Hvordan få til nye boligløsninger?	41
	Eksempler fra andre land.....	43
5	Bruk av velferdsteknologi.....	45
	Litteratur.....	48
	Vedlegg 1 Sjekkliste, boligens beliggenhet	50
	Vedlegg 2 Sjekkliste, boligens planløsning og brukbarhet	51
	Vedlegg 3 Sjekkliste, bebyggelsen og de felles utearealer.....	53

1 Den tredje alder

Denne veilederen henvender seg til dere i den tredje alder, dvs. i aldersgruppen 55+. Denne perioden er gjerne karakterisert ved at barna har flyttet ut og at man igjen er alene som par eller singel. De fleste nyter den nye friheten, har god helse, brukbar økonomi og er fortsatt i full jobb. Når man fyller 60 blir er man inne i det tiåret der man nærmer seg pensjonsalderen. Noen vil se det som en etterlengtet periode i livet fordi man er sliten, og tenker å slutte tidlig eller i alle fall å trappe ned. For andre er yrkeslivet fortsatt mest forlokkende, og den generelle oppfordringen er jo at vi skal jobbe lenger.

Mange beskriver denne perioden i livet som den tredje alder. Uansett hvordan en tenker om fremtiden kan dette være det rette tidspunktet å gjøre en ny vurdering av boligen og egen bosituasjon. Veilederen er til deg eller dere som vil ta styring på det fremtidige livet som senior. Å ta aktive valg kan bidra til mestringsfølelse og selvrespekt i stedet for å la tiden eller tilfældighetene råde.



Hjem kjære hjem – boligen er avgjørende for trygghet, trivsel og tilhørighet. Mange seniorer bor i småhus, spesielt i distriktene. De færreste småhus har trinnfri atkomst, men her vil dette enkelt kunne løses med rampe dersom det skulle bli behov for det.

Vi vil vise hvilke muligheter du har når det gjelder boliger og boligtilbud på det ordinære boligmarkedet. De boligtypene vi omtaler her er *seniorboliger*, dvs. boliger forbeholdt seniorer. *Generasjonsboliger* er boliger for tre generasjoner. Vi vil også omtale ulike boligløsninger som vi med en samlebetegnelse har beskrevet som BOLIG +, dvs. boliger med tilgang til felles lokaler og evt. servicetilbud. *Bofellesskap* er en gruppe selvstendige private boliger (rekkehus eller leiligheter) med felles storstue, kjøkken, trimrom, gjesterom med mer i nær tilknytning til boligene. *Seniorbofellesskap* er bofellesskap forbeholdt seniorer. *Serviceboliger* er boliger med felles lokaler og ansatt personal. I daglig tale brukes også andre betegnelser, som for eksempel seniortun eller samtun. Begrepet bofellesskap brukes i daglig tale også om studentkollektiver og lignende. Vi legger til grunn at et bofellesskap består av en gruppe selvstendige boliger med eget kjøkken, stue, soverom, bad osv.

Den tredje alder gir nye muligheter, for eksempel til å reise bort eller være mer på hytta. Kanskje du er mindre avhengig av at boligen ligger nær jobben? Kanskje barn og barnebarn har flyttet og du ønsker å flytte nærmere dem? På lengre sikt kan det oppstå en ny livssituasjon med redusert førlighet eller tap av ektefelle for eksempel. De fleste er heldigvis friske og ved god helse langt opp i årene, slik at tanken om å bli gammel og skrøpelig gjerne er fremtidsperspektiver vi ønsker å skyve fra oss. Det kan likevel være lurt å tenke igjennom også slike situasjoner. Hva skjer dersom du blir sittende igjen alene på gårdsbruket "Uren-Luren" langt opp i lia uten bil, med dårlig busstilbud og langt til butikken? Eller du blir sittende igjen i en boligblokk i tredje etasje uten heis og uten mulighet for å komme ut? Dersom man i tide sørger for å ha en egnet bolig vil man i større grad kunne opprettholde et aktivt liv, selv om helsa svikter eller at man plutselig blir alene.

De fleste ønsker å bo hjemme i egen bolig så lenge som mulig, også dersom en skulle bli skrøpelig. Det er derfor viktig å tenke igjennom hvorvidt den nåværende bolig er egnet i en slik situasjon, om det evt. er behov for å gjøre tiltak eller om man vil flytte til en ny og mer egnet bolig.

Dersom du ser at det er behov for å gjøre tiltak i egen bolig eller man vurderer å flytte til en ny bolig, er det viktig å sette i gang slike prosesser i tide. Det tar både tid og krefter å gjennomføre tiltak i nåværende bolig eller å flytte, og det er derfor viktig å gjøre dette mens du enda har tid og krefter til det. Tanken på å flytte kan føles skremmende fordi det kan være vanskelig å flytte fra det som er kjent og kjært og fordi det kan være vanskelig å forestille seg hvordan den nye boligen og det nye nabolaget vil bli. På den andre siden tyder forskning på at dersom man blir nødt til å flytte på et tidspunkt med sviktende helse kan det være en stor belastning både fysisk og psykisk i en situasjon der man mest av alt trenger trygghet og hvile (Kärnekull 2011:50). Det tar også tid å etablere seg i en ny bolig, å slå røtter på et nytt sted og bli kjent i nabolaget. Dersom du vurderer å flytte er det viktig å bruke tid på å orientere seg i boligmarkedet, vurdere hvor du vil flytte, hvilke behov du har og hva slags boliger som er tilgjengelige på markedet.

1.1 Leserveiledning

Denne veilederen søker å gi gode råd for de valg du/dere må gjøre med hensyn til egen bolig og bosituasjon. Den omhandler muligheter og utfordringer når det gjelder

nåværende bolig og boliger på det ordinære boligmarkedet. Vi vil ikke her drøfte hvilke muligheter som finnes når det gjelder omsorgsboliger og lignende. Omsorgsboliger tildeles etter kriterier fastsatt av kommunen.

Veilederen gir råd om hva boligen og bosituasjonen kan ha å si for å kunne bli boende i egen bolig så lenge som mulig. Boligsituasjonen må selvsagt ses i nær sammenheng med tjenestetilbudet i kommunen og egen økonomi. Vi vil ikke gå inn på hvilke tjenestetilbud du kan forvente å få fra kommunen, og hva det kan ha å si for å mestre hverdagen. Informasjon om hvilke rettigheter man har finnes tilgjengelige på aktuelle nettsider fra NAV eller fra kommunen. Hvilke valgmuligheter du har når det gjelder fremtidig bosituasjon vil også avhenge av for eksempel egen økonomi og hvorvidt du eier eller leier nåværende bolig. Vi vil ikke gå nærmere inn på de økonomiske forholdene ved boligkjøp for eksempel. Når det gjelder egen økonomi og offentlige støtteordninger, for eksempel ved utbedring av egen bolig, vil vi anbefale deg å ta kontakt med banken og andre rådgivere, seniororganisasjoner m.fl. Kommunen, Husbanken og NAV kan være viktige rådgivere når det gjelder tilpasning av nåværende bolig. Finansieringsmuligheter og tilskudd via offentlige støtteordninger revideres jevnlig, og du bør derfor sjekke aktuelle nettsider for oppdatert informasjon dette.

Vi vil i denne veilederen legge større vekt på generelle råd om boligens beliggenhet, planløsning og funksjonalitet som kan supplere andre veiledere som kan ha mer detaljerte råd om tilpasning av boliger for bevegelseshemmede for eksempel. Vi vil også prioritere temaer der det finnes lite informasjon tilgjengelig, for eksempel informasjon om nye boligløsninger som bofellesskap eller serviceboliger.

Vi har lagt ved sjekklister som du kan bruke for helt konkrete vurderinger av boligen og bosituasjonen. Disse er veiledende, og du vil neppe oppnå ”full pott”, dvs. at alle de hensyn vi har tatt med i sjekklisten er ivaretatt. Det dreier seg om å vurdere hvilke hensyn som er de viktigste for deg, og når man oppnår det som er ”godt nok”, dvs. en bolig som vil kunne fungere, selv om ikke alt er perfekt.

Formålet med denne veilederen er å bidra til at du kan gjøre gode valg for den fremtidige bosituasjonen. Hva som er gode valg vil selvsagt variere. Seniorer er like forskjellige som alle andre, og har ulike preferanser når det gjelder bolig og bomiljø. Det gjelder å finne ut hva som er viktig for deg.

2 ”Vi har fortsatt livet foran oss” - viktige veivalg

”Vi har fortsatt livet foran oss”, sier Odd Grann (2014) i boken: ”Livskvalitet hele veien”. Det gjelder ”å bruke tankens kraft for en positiv alderdom”. Han gir i denne boken mange gode råd om planlegging for en god alderdom og diskuterer også spørsmål om flytting eller ikke, og at det er viktig å få god oversikt over egen økonomi.

Når du står foran viktige veivalg er det viktig er å tenke igjennom hvordan du ser for deg din fremtid som senior. Når du skal vurdere din fremtidige boligsituasjon har du prinsipielt sett to ulike alternativer:

1. Bli boende i nåværende bolig
2. Flytte til ny og mer egnet bolig

Hvilke valgmuligheter du har avhenger av boligmarkedet der man bor. På mindre steder og i spredt bygde områder kan det være et begrenset tilbud av nye boliger, slik at tilpasning av nåværende bolig er det mest realistiske.

I valg av boligstrategi bør du tenke igjennom hvilke behov du har når det gjelder bolig og bomiljø og hvordan du ser for seg din fremtidige livssituasjon. Ønsker du å reise mye, bo på hytta eller i feriebolig i Syden kan en liten og lettstelt leilighet være et alternativ fremfor enebolig og hagestell. Bor du i enebolig, og ønsker du tvert imot å bruke mer tid på hagestell, er enebolig et alternativ eller kanskje et rekkehus med en liten hageflekk. Kanskje ønsker du å flytte nærmere barn og barnebarn, og at nærheten til jobben vil bety mindre i fremtiden? En lettstelt leilighet der man enkelt kan reise bort kan gi flere muligheter for en livsstil med størst mulig frihet og uavhengighet av andre. Ønsker du derimot en livsstil med større grad av nærhet og sosialt samvær med andre? Da kan en generasjonsbolig eller nye boformer med flere muligheter for aktivitet og fellesskap være et alternativ. Slike boformer kan imidlertid også gjøre det lettere å reise bort fordi en i større grad kan føle seg trygg på at naboene passer på huset mens man er borte. Det vil også være viktig å vurdere boligen og bosituasjonen i en fremtid med svekket helse, dersom man skulle miste ektefellen eller dersom man for eksempel ikke lenger kan kjøre bil. Da blir nærheten til butikker, servicetilbud og kollektivtrafikktilbud viktigere.

Det er viktig å gå gjennom boligen og bosituasjonen med tanke på hvilke daglige gjøremål som fungerer greit, og hvilke som evt. er problematiske nå eller på sikt. Hva fungerer bra, hva fungerer ikke bra?

For vurdering av muligheter og utfordringer ved valg av boligstrategi bør en gjennomgå nåværende bolig og boligsituasjon nøye. Etter en samlet vurdering kan fremtidig boligstrategi være:

- Bli boende i nåværende bolig uten at det er behov for tiltak
- Bli boende i nåværende bolig og gjennomføre tiltak for å gjøre boligen egnet
- Flytte til en mer egnet bolig fordi tiltak i nåværende bolig ikke er teknisk mulig eller blir for kostbart
- Flytte til en mer egnet bolig uansett

2.1 Bli boende i nåværende bolig – muligheter og utfordringer

Mange ønsker å bli boende i nåværende bolig. Det har mange fordeler å bli boende der en kanskje har bodd lenge, der en føler seg trygg og er godt kjent i nabolaget. Dersom boligen og nåværende bosituasjon også vil være egnet etter å ha vurdert dette på bakgrunn av egne fremtidige ønsker og behov og sjekklistene i denne veilederen er det trolig liten grunn til å flytte.

Tilpasning av egen bolig

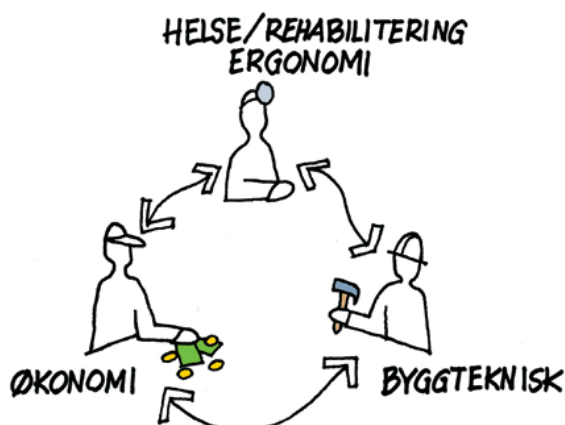
Dersom det er nødvendig å gjøre tiltak i egen bolig for å tilfredsstille fremtidige ønsker og behov, bør du vurdere hva det er mulig å få til både praktisk og økonomisk. Husbanken, NAV og Norges Handikapforbund anbefaler tverrfaglig rådgivning som viktig for å se økonomi, fysisk tilrettelegging og evt. behov for hjelpemidler i sammenheng og vurdere ulike løsninger. Tverrfaglige boligrådgivningsgrupper med ergoterapeut, arkitekt og boligkonsulent kan gi råd om boligtilpasning. Kontakt din kommune for å be om slik tverrfaglig rådgivning.

Dersom du har behov for spesialtilpasning av boligen din, for eksempel på grunn av funksjonshemming, kan du søke *tilskudd til utredning og prosjektering fra Husbanken*. Tilskuddet kan brukes til å få hjelp fra for eksempel arkitekt til å planlegge utbedring av boligen. Utredningen må gjennomføres i samråd med kommunens ergoterapeut eller boligkonsulent. Søknad om tilskudd må sendes Husbanken. Tilskuddet til prosjektering kan for tiden dekke utgifter på inntil 20.000 kroner. Det kan også gis tilskudd til utredning i forkant.¹

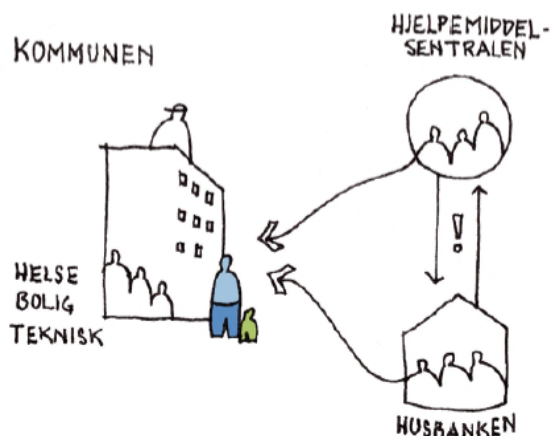
Du kan også søke om *tilskudd til tilpasning av bolig* for finansiering av små eller større ombygninger og tilpasninger av boligen. Du kan søke tilskudd til tilpasning av boligen slik at du kan bli boende der selv om du har nedsatt funksjonsevne. Eldre kan også søke om tilskudd til å utføre forebyggende tiltak. Du må søke om tilskudd i kommunen du bor i.²

¹ <http://husbanken.no/tilskudd/prosjektering/> utskrift 13.01.2015

² <http://husbanken.no/tilskudd/tilpasning-av-bolig/> utskrift 13.01.2015



Tverrfaglig team for boligtilpasning dreier seg om økonomi, byggetekniske løsninger og egen helse/ergonomi. Illustrasjon fra Husbanken/NAV (2012:7) Boligtilpasning.



De sentrale aktørene er kommunen, NAV og Husbanken. Illustrasjon fra Husbanken/NAV 2012

De som er sentrale samarbeidspartnere for å få til tilpasning av egen bolig er kommunens boligrådgivning, Husbanken med lån og tilskudd og NAV ved hjelpemiddelsentralen.

Det finnes en rekke brosjyrer med veiledning for tilpasning av egen bolig fra Norges Handikapforbund som kan lastes ned fra nettsidene³. Seniorsaken har også egen boliggruppe som kan bistå med råd og veiledning⁴. Du kan også få gode råd når det gjelder praktiske løsninger, kostnader og finansieringsmuligheter fra Husbanken og NAV⁵.

³ <http://www.nhf.no/bestill-publikasjoner>

⁴ www.seniorsaken.no .

⁵ <http://nedlasting.husbanken.no/Filer/8e14.pdf>.

<http://nedlasting.husbanken.no/Filer/8e13.pdf>.

http://biblioteket.husbanken.no/arkiv/dok/HB/Boligtilpassing%20brosjyre_2012.pdf

Tilpasning av egen bolig – eneboliger og småhus

De største utfordringene for de som bor i eneboliger og småhus er utvendige trapper, trange bad eller innvendige trapper til soverom i andre etasje. Mange boliger har utvendige trapper til inngangspartiet. Det finnes ulike løsninger som kan sikre trinnfri atkomst.



Tilrettelagt inngangsparti. Det ble anlagt en ny hellelagt rampe og inngangspartiet ble utvidet. Den opprinnelige trappen ses til høyre i bildet. Tønsberg kommune. Foto: Tønsberg kommune

Tilpasninger av bad kan dreie seg om enkel tilrettelegging med støttehåndtak og lignende. Trange bad og høye terskler kan kreve større og mer omfattende utbedringer eller evt. tilbygg.



Eksempel på tilpasning av bad. Dusjsonen er utvidet for å få plass til stol. Vanlig dør er erstattet med skyvedør. Illustrasjon fra Husbanken (2014)⁶.



⁶ <http://nedlasting.husbanken.no/Filer/8e13.pdf> utskrift 20.01.2015

Dersom du har soverom i 2. etasje kan den innvendige trappen bli en utfordring, som evt. kan løses ved hjelp av trappeheis. Eller kanskje det er mulig å dele av en del av stuen for å få til et lite soverom?

Tilpasning av egen bolig i blokkbebyggelse – installasjon av heis

Dersom du bor i en boligblokk må større tiltak for å sikre tilgjengeligheten til egen bolig, som for eksempel installering av heis, vedtas med 2/3 flertall på generalforsamlingen. Det vil ofte være en mer tidkrevende prosess. En veileder fra SINTEF og NBBL (udatert) gir råd til styrer om hvordan en kan få oppslutning om oppgraderingen. Andre tiltak for å bedre tilgjengeligheten som for eksempel utbedring av kjøkken og bad kan gjennomføres på eget initiativ, men man må søke byggetillatelse hos kommunen der det er påkrevet.

Husbanken kan gi både tilskudd og lån til installasjon av heis i eksisterende bebyggelse, se brosjyren: ”Tilskudd til heis”⁷. Tilskudd blir vanligvis kombinert med lån, slik at en kan oppnå 100 prosent finansiering. Husbanken kan også gi tilskudd til planlegging, vanligvis dekkes om lag 50 prosent av utgiftene til planlegging. I 2013 hadde NAV hjelpemidler en forsøksordning der en kunne søke om opp til 200.000 i tilskudd til installasjon av heis dersom det bor personer i blokken med behov for dette. I Årdal har en installert 16 heiser i borettslag i løpet av kort tid. Heisene er finansiert med tilskudd på 50% og nesten 50% i grunnlån fra Husbanken. Heisene er montert på utsiden av bygningen. Det har ikke vært nødvendig å flytte ut mens arbeidet pågikk fordi en etablerte en midlertidig trapp, se videoen her⁸.

2.2 Flytte til ny og mer egnet bolig – muligheter og utfordringer

Dersom du ønsker å flytte til en ny bolig, gir dette ulike muligheter og utfordringer. Mange ønsker gjerne en ny bolig i eget nærmiljø for å opprettholde kontakten til familie eller venner i nabolaget. Samtidig bør boligen helst ligge sentralt nær butikk- og servicetilbud. Det kan være vanskelig å finne en egnet bolig på mindre steder. Dersom det ikke finnes egnede bruktboliger i ditt eget nærmiljø kan du undersøke med boligbyggelaget eller andre utbyggere om de har nye boliger under planlegging. Dersom det ikke finnes egnede boliger i ditt eget nærmiljø må du vurdere fordeler og ulemper ved å flytte til et nytt sted. Dersom du velger å flytte til en ny og mer sentralt beliggende bolig i kommunesenteret kan det bidra til at det er lettere både å få besøk av eller komme på besøk til venner og familie og derigjennom kanskje opprettholde kontakten med ditt tidligere nærmiljø.

Dersom du ønsker å flytte til en ny bolig kan du enten kjøpe en brukt bolig, kjøpe en nybygd bolig eller planlegge å bygge ny bolig selv eller sammen med andre. Det er viktig å få takst på nåværende bolig og avklare økonomi, evt. lånemuligheter osv. før

⁷ <http://husbanken.no/universell-utforming/etterinnstallering-av-heis/> utskrift 13.01.2015

⁸ <http://husbanken.no/universell-utforming/heisprosjektet-i-ardal/video-om-etterinnstallering-av-heis-i-ardal/>

du legger inn bud på en ny bolig. Boliggruppen i Seniorsaken⁹ kan gi råd når det gjelder økonomi og praktiske forhold ved kjøp og salg av bolig. Der finnes det også en egen portal der du kan annonsere egen bolig for salg og søke etter en egnet bolig¹⁰.

Å kjøpe bruktbolig

Dersom du ønsker å kjøpe en brukt bolig kan du undersøke med kommunen eller eiendomsmeidlerne i distriktet om hvilke boliger som er til salgs. Du kan også, som nevnt, søke på seniorboportalen og andre aktuelle nettsider over boliger som er til salgs¹¹. For å orientere seg i bruktboligmarkedet kan det være viktig å gå på mange visninger. Det kan hjelpe til med å avklare hvilke bokvaliteter du ønsker og til å bli bedre orientert i boligmarkedet når det gjelder priser, beliggenhet osv. Det vil være en fordel å ha med en bygningskyndig person under visningen som kan undersøke bygningstekniske forhold. For vurderinger av beliggenhet, bebyggelsen og boligens planløsninger kan du bruke sjekklisten i vedlegget.

Å kjøpe ny bolig

Dersom du ønsker å kjøpe en ny bolig kan det være en utfordring å finansiere dette dersom nyboligprisen ligger over det en kan forvente å få for den gamle boligen. Mange kvier seg for å ta opp lån. Et alternativ kan være å kjøpe en mindre, og kanskje mer praktisk leilighet. Det er enklere å nøye seg med en mindre leilighet dersom det finnes gjestehybler eller selskapslokaler i bebyggelsen eller i nærheten som en kan låne eller leie rimelig.

Når du skal kjøpe en bolig som ikke er bygget må du vurdere boligen og bebyggelsens kvaliteter på bakgrunn av et prospekt med beskrivelser og tegninger. Det er viktig å lese prospekt og beskrivelser nøye. Spør dersom du ønsker mer informasjon, og be om å få det skriftlig. En tidligere undersøkelse viser at den informasjonen som gis ikke alltid er god nok. Plantegningene av boligen bør vise arealet på de enkelte rommene og viktige mål på rommene. De bør også vise forslag til møblering. Be om å få en plantegning i målestokk 1:100 slik at du kan sjekke hva du får plass til. Det er lurt å tegne inn ganglinjene mellom rommene i boligen for å sjekke nødvendige passasjer. Da ser du også hvor det er mulig å møblere rommene. Du bør be om supplerende informasjon om tilgjengelighet og universell utforming¹², felles uterom og sol- og dagslysforhold dersom det ikke er godt nok beskrevet. Avstanden til nærmeste bebyggelse kan være vanskelig å bedømme. Det har imidlertid stor betydning for utsikts-, sol- og dagslysforholdene i boligen og for evt. problemer med innsyn. Prospektet bør ha opplysninger om hvem som er utbygger og det bør være henvisninger til bustadoppføringslova og informasjon om forbrukerrettighetene, se også Schmidt (2008).

⁹ <http://seniorsaken.no/>

¹⁰ <http://seniorboportalen.no/bolig/>

¹¹ www.finn.no

¹² Universell utforming vil si at produkter, bygninger og omgivelser i størst mulig grad skal være utformet slik at de kan brukes av alle uten spesiell tilrettelegging og uansett om man er bevegelseshemmet, syns- eller hørselshemmet eller allergiker. Når det gjelder boliger bruker man begrepet «tilgjengelig boenhet».

Dersom du ønsker å planlegge et nytt boligprosjekt fordi det ikke finnes et egnet tilbud på markedet av for eksempel boliger med service eller felleslokaler, vil vi komme tilbake til det i kapittel 4: «Nye boligløsninger – service, aktivitet og fellesskap».

3 Egnet bolig og bosituasjon

For å sjekke boligens egnethet bør du vurdere boligens beliggenhet, bebyggelsen og selve boligen. I vedlegget finner du en enkel sjekklister som oppsummerer de bokvalitetene du bør undersøke.

3.1 Boligens beliggenhet

Boligens beliggenhet kan få stor betydning for hvorvidt en kan bli boende hjemme så lenge som mulig. Nærhet til familie og venner, nærhet til kollektivtrafikk, butikker, service- og tjenestetilbud, parker og friområder er viktige bokvaliteter som kan være avgjørende for å mestre hverdagen og være mest mulig selvhjulpen. Å flytte til en sentralt beliggende leilighet i kommunesenteret kan gi bedre tilgang til kollektivtrafikk, butikker, service og kulturtilbud. Samtidig er det viktig at det finnes parker og friområder i nærheten, slik at det er enkelt å komme seg ut en liten tur i hverdagen. Ulempen med sentralt beliggende boliger kan være mer forurensning og støy fra trafikken eller støy fra utelivet.



Seniorboliger med en liten hageflekk i Steinshamn i kommunesenteret i Sandøy kommune i Møre og Romsdal.



Sandøy er en liten øykommune med 1300 innbyggere, og Steinshamn har ikke noe stort butikktilbud. Sandøy er likevel et godt eksempel på hva man kan få til i små kommuner. Her har innbyggerne i samarbeid med kommunen og det lokale næringslivet etablert ny svømmehall, ny båthavn og aktiviteter for ungdommen. Seniorene har egen butikk og kafé. Bilde over til venstre – Svømmehallen "Håp i havet". Foto: Classic Norway.



Butikken er et viktig møtested i hverdagen. Her kaffekroken i butikken på Lovund, et lite øysamfunn på Helgelandskysten.

Mange nye boligprosjekter har gitt bedre tilgang til strandsonen. Sandviken brygge og Måseskjæret i Bergen.





Sentralt beliggende boliger på Nedre Elvehavn i Trondheim med nærhet til butikker, service og kulturtilbud. Bilfrie gater, plasser og promenader langs kaikanten og gang- og sykkelbru til Midtbyen. Foto: Jon Guttu

Det har blitt lagt stor vekt på å sikre tilgjengelighet og universell utforming av de bygde omgivelsene i senere år, blant annet gjennom kravene i lovverket. Nedsenkede fortauskanter, tilgjengelige busser og trinnfri atkomst til butikker og kontorer er viktige tiltak.

Nærhet til parker og friområder er viktige bokvaliteter fordi det blir enkelt å ta seg en liten tur ut. Her strandpromenade og tilrettelagte friområder sentralt i Kristiansand.



Nærhet til parker og friområder er viktige bokvaliteter fordi det blir enkelt å ta seg en liten tur ut. Her strandpromenade og tilrettelagte friområder sentralt i Kristiansand.

3.2 Bebyggelse, bomiljø og felles uteområder

Dersom du skal kjøpe en ny bolig, enten en bruktbolig eller en bolig som ikke er bygget, må du vurdere bebyggelsen og evt. hva slags bomiljø en kan forvente. Informasjon om bebyggelsens og bygningens tekniske egenskaper skal fremgå av takst ved kjøp av bruktbolig og av prospekt med beskrivelser ved kjøp av ny bolig. Ved kjøp av bruktbolig er det viktig å sjekke for eksempel status når det gjelder vedlikehold, elektriske anlegg, VVS- anlegg, brannvarsling, rømningsveier osv. Er det planlagt større utbedringer i nærmeste fremtid som kan få betydning for husleien? Vi vil ikke gå nærmere inn på slike bygningstekniske spesifikasjoner, men du kan evt. søke råd hos en bygningskyndig person. Det er også viktig å sjekke hvorvidt det foreligger reguleringsplaner for annen utbygging i nærmiljøet som kan få betydning for boligen og bebyggelsen. Meglerne skal ha informasjon om det.

Ved bygging av nye boliger stiller byggeforskriftene en rekke krav til trinnfri atkomst og boligens planløsning i tilgjengelig boenhet.



Trinnfri atkomst er en fordel for de som er dårlig til bens og alle som kommer med rullende materiell. Hans Hagues gate i Bergen. Foto: Husbanken v/ Irene Hillestad

De fleste ønsker gjerne en ny bolig i nabolaget der en er kjent. Dersom det ikke finnes egnede boliger kan det bety at du må flytte til et nytt og kanskje ukjent nabolag. For å få inntrykk av hva slags bomiljø en kan forvente seg kan det være lurt å snakke med folk i nabolaget og tenke igjennom hva slags nabolag du ønsker. Hvem er de andre naboene og hvordan vil de beskrive nabolaget? Ønsker du helst et nabolag der det bor mange seniorer eller foretrekker du et nabolag der det bor mennesker i ulike aldre?

Felles uteområder der du bor kan være viktige møtesteder og en viktig mulighet for å komme seg ut også dersom man etter hvert skulle bli mindre mobil.

Byggeforskriftene stiller krav til at felles uteområder i nye boligprosjekter skal være tilgjengelige for bevegelseshemmede.



Tunet som en felles møteplass for store og små. Casinetto borettslag, Oslo.

Mange nye boligprosjekter ligger på garasjelokk. Det er positivt at bilene ikke opptar plass i uterommene, og lettvinnt med garasje i kjelleren og heis til leiligheten. Gårdsrommet må ha tilstrekkelig vegetasjon og plass nok til barn og voksnes behov for lek og opphold. Gårdsrom bør ha variert vegetasjon med både gress, blomster, busker og større trær. Det krever tilstrekkelig jordsmonn der en planter trær. Trær kan gi nødvendig skygge sommerstid og variert vegetasjon kan bidra til biologisk mangfold med fuglesang og humlesurr.



Felles gårdsrom med frodig vegetasjon på garasjelokk. Grønland Torg, Oslo

Inngangspartiet skal ønske oss velkommen hjem, og velkommen inn til de som kommer på besøk. Det er en fordel om inngangspartiet er overdekket og at det finnes en utebod inntil inngangspartiet der en evt. kan sette fra seg rullator eller rullestol for utendørs bruk. Det er også en viktig sone der en kan sette sitt eget preg på boligen og gjøre den til et hjem: Her bor jeg. En halvprivat sone ved inngangspartiet kan i tillegg være et hyggelig sted å sitte og slå av en prat med folk som kommer forbi.

For å sikre *trinnfri atkomst* ved hjelp av heis ønsker en gjerne at heisen skal betjene så mange leiligheter som mulig på grunn av kostnadene. Det kan føre til enten lange midtkorridorer med ensidig orienterte boliger eller bruk av svalgang. Ensidig orienterte leiligheter har dårligere bokvalitet sammenlignet med gjennomgående leiligheter. Svalgangsløsninger gir som regel

flere gjennomgående leiligheter. Ulempen med dette kan være lange og lite trivelig svalganger, og problemer med innsyn, spesielt dersom man må passere mange leiligheter for å komme til sin egen leilighet.



Svalganger kan fungere som en halvprivat sone og hyggelig møtested dersom den bare er atkomst til et begrenset antall boliger og har plass for blomster og sitteplasser. Leilighetene ligger et trinn høyere enn svalgangen for å redusere innsyn. Ulempen er manglende tilgjengelighet. Casinetto borettslag, Oslo.

3.3 Boligens planløsning

Vi skal her beskrive hvilke egenskaper du bør undersøke når det gjelder boligens planløsning og funksjonalitet. Boligen bør være egnet i alle faser av livet, også dersom en skulle bli dårlig til bens, eller opplever andre helseutfordringer som for eksempel redusert hørsel eller syn.

Plan- og bygningsloven og byggeforskriftene har krav til planlegging av nye boliger både når det gjelder tilgjengelighet og boligens planløsning og funksjonalitet. Husbanken, NAV m.fl. (2014) har utarbeidet en funksjonsattest for bolig for bruk ved befarings. Funksjonsattesten tar utgangspunkt i kravene til tilgjengelig boenhet i byggeforskriftene¹³. Vi vil ikke gå nærmere inn på dette her.

Byggeforskriftene krever at oppholdsrom skal ha: ”..tilstrekkelig størrelse, romhøyde og plass til fast og løs innredning” (§ 12-7). Men hva menes med ”tilstrekkelig størrelse”? Vi har i denne veilederen lagt vekt på hvilke forhold det kan være lurt å undersøke når det gjelder planløsninger og boligens generelle brukbarhet.

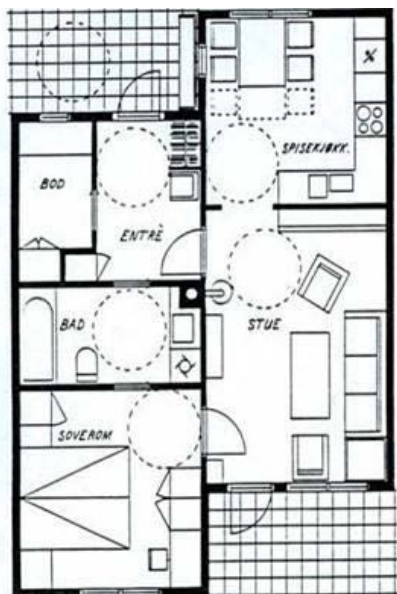
Livsløpsstandarden

Vi vil anbefale at du tar utgangspunkt i livsløpsstandarden ved vurdering av boligens planløsning. En livsløpsbolig er en bolig som er brukbar i alle faser av livsløpet, også dersom en skulle bli dårlig til bens eller avhengig av rullestol. Livsløpsstandarden sikrer at boligen er tilgjengelig og at boligens planløsning er brukbar og har plass til nødvendige møbler og utstyr. En livsløpsbolig er en bolig med trinnfri atkomst fra atkomstvei og parkeringsplass og med alle nødvendige rom på inngangsplanet. Det betyr at stue, minst ett parsongssoverom, kjøkken, bad og bod må ligge på

¹³

http://husbanken.no/bibliotek/bib_universell_utforming/funksjonsattest_for_boliger/.

inngangsplanet. Boligen kan eventuelt ha andre rom på loftet eller i underetasjen. En beskrivelse av Husbankens livsløpsstandard finnes på nettsidene¹⁴.



Til venstre ser du eksempel på livsløpsbolig med alle nødvendige rom på ett plan. Boligen har direkte atkomst fra soverom til bad. Skyvedør til boden er plassbesparende. Eksempel fra Husbanken¹⁵:

Under ser du eksempel på livsløpsbolig med stue, kjøkken, bad, bod og to soverom på inngangsplanet. Boligen har romslig stue med spiseplass og i tillegg en liten spiseplass i kjøkkenet. Skyttertunet på Kongsberg. Arkitekt: Ljøterud og Ødegård AS, Kongsberg.



¹⁴ http://www.universell-utforming.miljo.no/Bibliotek/index.php?option=com_mtree&task=att_download&link_id=64&cf_id=24

¹⁵

http://husbanken.no/~media/Boligsosialt/Boligsosial_planlegging/Region%20Midt%20Norge/Presentasjoner/TrondheimGrunnlån2014.ashx

Generelle råd om boligens planløsning

Planløsning og funksjonalitet

Boligen skal gi rom for ulike gjøremål som å sove, spise, lage mat, fritidsaktiviteter, til å være alene, og å være sammen med andre, til å vaske klær, gjøre rent, oppbevare klær og personlig hygiene. Boligens rom må ha plass til møbler, betjeningsareal, nødvendige passasjer og fritt gulvareal (Svennar 1975).

Boligen er samtidig så mye mer enn det. Boligen er ditt hjem, som en gjerne ønsker å forme etter egne individuelle ønsker og behov. Fleksibilitet og plass nok er viktige stikkord her. Rom av en viss størrelse har gjerne flere bruksmuligheter enn svært små rom. Et rom på 15 kvm kan brukes både til soverom (dobbeltseng eller enkelt seng), spisestue, TV- stue eller gjesterom/ kontor, mens et rom på 6-7kvm bare kan brukes som et lite soverom eller kontor. Bruk av skyvedører er generelt plassbesparende og gir muligheter for større åpenhet mellom rommene uten dører som er i veien.

Alle boliger bør ha en egen privat uteplass. Egen balkong eller terrasse blir desto viktigere for å kunne komme seg ut og følge med på livet utenfor boligen dersom en blir mindre mobil med alderen.

Sol og dagslys

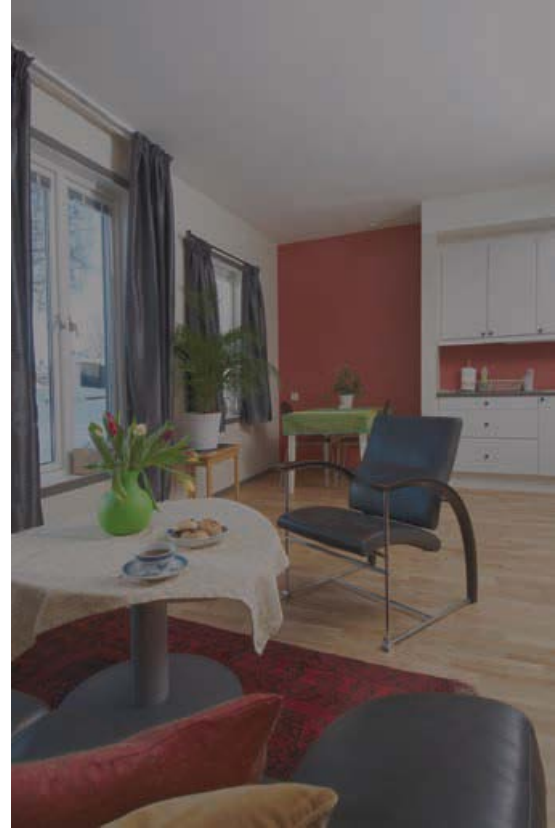
Behovet for godt dagslys og god belysning i boligen øker med alderen fordi alle får dårligere syn med årene. En normalseende 80-åring trenger fem ganger så mye lys som en normalseende 20-åring, ifølge Norges Blindforbund (2009: 4). Det er derfor viktig at boligen har tilstrekkelig vinduslysflate og utsyn. Veilederen til byggeforskriftene anbefaler at boliger på tre rom og større bør ha vinduer mot minst to fasader. Det gir bedre sol- og dagslysforhold og minker problemet med blinding. Har boligen store vindusflater mot sør og vest kan det være behov for solavskjerming.

Boligens orientering

Boliger med fasade mot to eller flere sider har bedre boligkvalitet enn ensidig orienterte boliger fordi en kan velge å oppholde seg i rom der det er sol eller i rom som ligger på skyggesiden på varme dager. Gjennomgående boliger gir bedre muligheter for gjennomlufting, og gir også bedre boligkvalitet i en bysituasjon, dersom en har bolig som vender både mot gate og gårdsrom. Rom som vender mot gaten kan være utsatt for mer støy, støv og forurensning sammenlignet med rom som vender mot et gårdsrom. Toroms boliger bør ikke vende ensidig mot nord eller nordøst.

Kunstig belysning og bruk av kontrastfarger

I tillegg til godt dagslys trenger boligen godt planlagt kunstig belysning, spesielt i trapp, på kjøkken og bad. Bruk av kontrastfarger kan gjøre det lettere å orientere seg i boligen. Veilederen fra Norges Blindforbund (2009) viser en rekke eksempler på tilrettelegging av boliger og utemiljø for blinde og svaksynte. Norges Blindforbund (2007) har utarbeidet en veileder: "Lys – å se eller ikke se" om sammenhengen mellom farger, lys og alder.



Eksempel som viser hvordan en 20-åring og en 80-åring vil oppfatte det samme rommet under like lysforhold ulikt. Illustrasjon fra Norges blindforbund (2009:8). Foto: Siri Berrefjord.



God belysning og bruk av kontrastfarger på stolsetet. Foto: Almas hus. Oslo

Trinnfri atkomst

Å få til trinnfri atkomst rommer særlige utfordringer rent byggeteknisk. Det gjelder både inngangspartiet til boligen og atkomst fra stue/oppholdsrom til privat balkong eller terrasse. For å få forslag til tekniske løsninger med hensyn til trinnfri atkomst, se Denizou og Bøhlerengen (2012) ¹⁶.



Trinnfri atkomst fra stue til terrasse og terreng. Illustrasjon fra Norges Handikapforbund (2014:24). Foto: Marit Hommedal

3.4 Boligens enkelte rom

Kjøkkenet

Kjøkkenet skal gi plass for å lage mat, og gjerne med plass til å spise. Kjøkkenet er for mange et viktig oppholdsrom. Selv om en har spiseplass i stuen ønsker mange likevel en liten spiseplass i kjøkkenet. Boligen bør ha en spiseplass med godt dagslys og med plass for gjester.

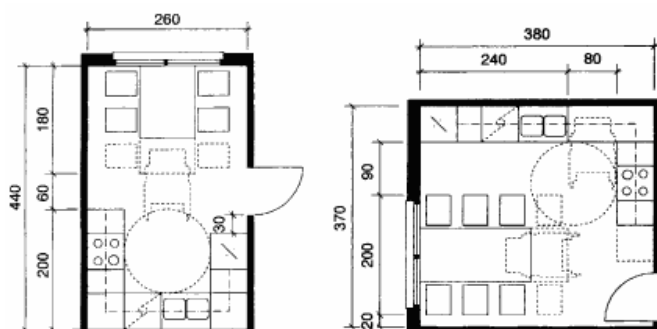
I mange nye boliger har en valgt åpne løsninger mellom kjøkken og stue. Det kan gi bedre kontakt mellom rommene og rom med lys fra to sider dersom leiligheten er gjennomgående. Dessverre er mange nye leiligheter ensidig orientert, slik at kjøkkenet er beliggende bak i stuen med lite eller ikke noe dagslys. Det kan skape vansker med orienteringen siden mange opplever å få dårligere syn med alderen. For noen eldre oppleves åpen løsning som uvant og uønsket blant annet på grunn av matlukt. Dersom man har et kjøkken som eget rom med vindu og spisebord kan du

¹⁶

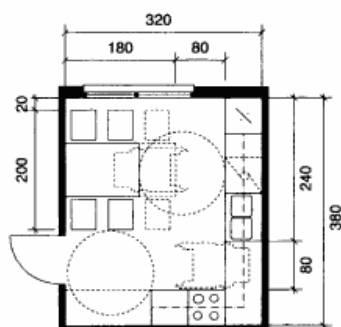
<http://biblioteket.husbanken.no/arkiv/dok/Komp/trinnfri%20og%20robust%20overganger%20mellom%20ute%20og%20inne%20som%20oppfyller%20krav%20i%20tek%202010.pdf> Utskrift 11.12.2014

bruke kjøkkenkroen til dine fritidssysler eller til å ha besøk, samtidig som ektefellen kan se på TV eller holde på med sine ting i stuen. Bruk av skyvedør mellom kjøkken og stue kan gi flere valgmuligheter: Du kan velge en åpen løsning eller stenge av for kjøkkenet.

Kjøkkenet i nye boliger har også ofte lite eller begrenset med skap og arbeidsbenk. Husbankens tidligere minstestandard anbefaler minimum fire meter løpende kjøkkenbenk. Det er en fordel med sammenhengende kjøkkenbenk, enten L-formet eller U-formet, i stedet for parallelle benker. Sammenhengende kjøkkenbenk gjør at en kan skyve tunge gryter fra komfyr til vasken. Dersom en har parallelle benker bør komfyr og vask være på samme side, med tilstrekkelig benkeplass imellom.



Kjøkken med spiseplass og sammenhengende kjøkkenbenk, U-formet og L-formet. Eksempler fra Husbankens livsloppsstandard (snusirkel for rullestol 1,4m)



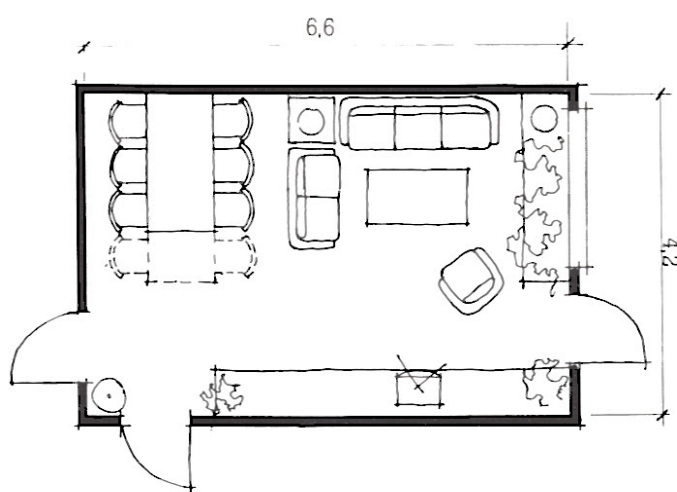
Sammenhengende kjøkkenbenk og stekeovn i passende høyde.



Kjøkken for rullestolbrukere bør ha åpen benk ved vask, komfyr og arbeidsbenk og regulerbar høyde på skap og benk. Det er rekkeverk langs benken og håndtak på skuffer og skap med grep for hele hånden. Illustrasjon fra Norges Handikapforbund (2001): Kjøkkenet – valg og løsninger.

Stuen

Stuen er boligens viktigste oppholdsrom. Stuen skal gi plass til daglige aktiviteter og plass for gjester. Det må være plass til salong, bokseksjoner/TV, spiseplass, og gjerne arbeidsplass. En vanlig salong tar ca 3,0x 3,0 meter pluss nødvendige passasjer. Det bør også være tilstrekkelig fri gulvplass for lek eller for personer med behov for rullator eller rullestol. Stuen bør ha god fasadebredde for å sikre passasje til balkong/terrasse og samtidig ha tilstrekkelig plass for møblering. Mange nye leiligheter har smale rom og lite fasadebredde. Det gir begrensede møbleringsmuligheter og trange passasjer, og kan også bety begrenset lysinnfall, spesielt dersom en dyp balkong i etasjen over begrenser lys og solinnfall i boligen.



Stue på ca 28 kvm med plass til salong, spiseplass og plass for seksjoner/ arbeidsbenk. Stuen har en god fasadebredde på 4,2m. Illustrasjon fra God bolig (Husbanken 1985:12).

En leilighet med karnapp gir bedre utsyn og bedre sol- og dagslysforhold. Vindu til gulvet gir opplevelse av bakkekontakt selv om man bor oppe i etasjene. Stue i Casinetto borettslag i Oslo.





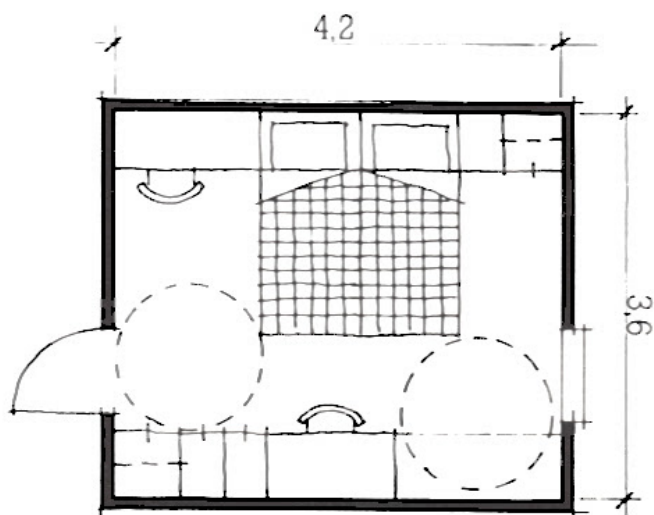
Stue med egen spiseplass og lys fra flere sider. Skyttertunet, Kongsberg.



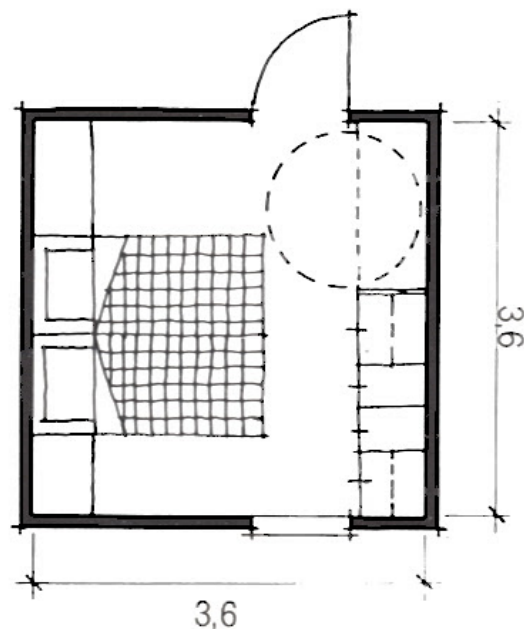
Romslig stue med lys fra flere sider. Dør og vinduspartier til gulv gir god kontakt med bakkeplan. Se planløsning, fig. Skyttertunet Kongsberg.

Soverom

Soverommet skal gi plass til seng, garderobeskap og plass til å kle av seg. Soverommet bør ha plass til en stol og evt. et arbeidsbord. Vanlige møbelmål for enkeltseng er 0,90 x 2,10m og for parseng 1,80 x 2,10m. Det må være fri passasje for enden av sengen frem til vinduet. Dersom det ikke er plass til garderobeskap i soverommet bør det være et eget rom, såkalt "Walk-in Closet" med plass til skap (gjerne med skyvedører) og plass nok for å kle av og på seg og for bruk av rullestol.



Eksempler på parsengssoverom T.v. ca 15 kvm med garderobe og arbeidsbord. T.h. parsengssoverom på ca. 13 kvm. Snusirkel for rullestol 1,40m. Illustrasjon fra "God bolig" (Husbanken 1985).



Mange nye boliger har smale parsengssoverom med to dører til stuen, en ved hver ende av sengen. Utbyggere velger slike løsninger fordi de er plassbesparende og fordi man kan nøye seg med mindre fasadebredde. Smale og dype rom er

kostnadsbesparende for utbygger, men gir dårligere boligkvalitet. Ulempen er dårligere dagslysforhold og at en må inn gjennom stuen for å komme fra den ene siden av sengen til den andre siden. Det er tungvint når en skal re opp sengen eller skifte sengeklær.

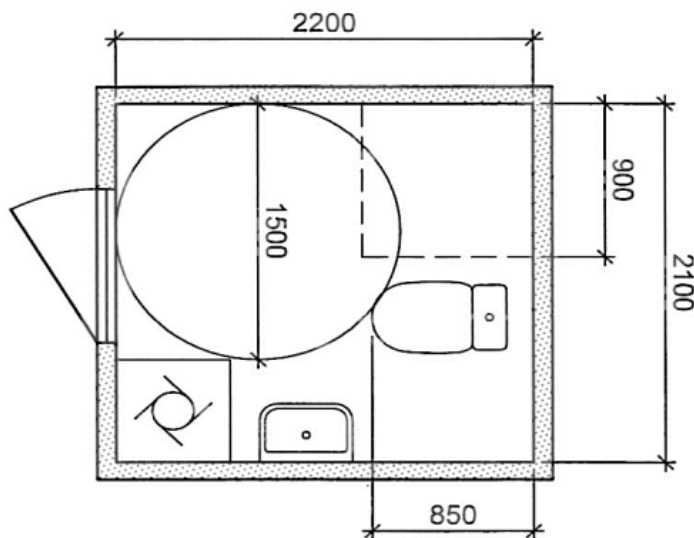
3.5 Bad og toalett

Badet skal gi plass for vask og stell av kroppen. Badet skal også gi plass for klesvask og tørk med mindre det finnes et eget vaskerom. Mange bad i eldre boliger er for små, har smale dører og ofte også høye terskler. Husbanken anbefaler i ”God bolig” litt større plass på badet som en boligkvalitet de fleste vil ha nytte av. Mange ønsker gjerne skaplass på badet til oppbevaring av håndklær og lignende. Andre ønsker ikke å bruke tørketrommel og ønsker i stedet plass til klestørk på badet. God plass på badet vil være viktig ikke bare for rullestolbrukere, men også dersom en må bruke rullator eller får behov for hjelp på badet. Bruk av kontrastfarger gjør det lettere å orientere seg. Det er viktig med god belysning på badet, og vindu til badet gir mulighet for dagslys og rask lufting. Dimmere i lyset kan være en fordel fordi man kan velge dempet lys nattetid. Gulvet bør være sklisikkert og gjerne med gulvvarme. Badet bør ligge nær soverommet slik at det er kort vei for dem som må opp om natten eller i perioder der en er sengeliggende. Mange ønsker gjerne eget gjestetoalett i forbindelse med entréen.



Bruk av kontrastfarger både på gulv/vegg og på toalettet. Illustrasjon fra Almas hus i Oslo.

Norsk Standard (2009) stiller minimumskrav til bad i tilgjengelig boenhet på 4,6 kvm, se illustrasjon. Det stilles i tillegg en rekke detaljkrav til teknisk utførelse, blant annet at det ikke skal være kanter/trinn rundt dusjnisen, at det skal være festemulighet for utstyr som armstøtter og lignende, at gulvet skal være sklisikkert med mer. Se også Norges Handikapforbund (2012): Toalett og bad. Detaljer som teller.



Eksempel på minste gulvareal i baderom med toalett i tilgjengelig boenhet på 4,6 kvm. Illustrasjon fra Universell utforming av byggverk, del 2 Boliger. Norsk Standard

Bod og lagringsplass

Tilgjengelig bod og lagringsplass kan ofte være en mangel i nye så vel som eldre boliger. Dersom man flytter fra en større enebolig til en mindre leilighet må man vurdere nøye hva man trenger å ha med videre, og hva man kan unnvære. Det kan være vanskelig, men det kan også være befriende å kvitte seg med overflødig ting og tang. Alle boliger skal i henhold til byggeforskriftene ha en utvendig sportsbod på minimum 5 kvm og en innvendig bod på 3 kvm. Ettromsboliger kan ha en mindre innvendig bod, eller ekstra skaplass. Byggeforskriftene krever at i boenhet med krav om tilgjengelighet skal det være trinnfri atkomst til boden, og den skal være tilgjengelig med rullestol. Døren til boden bør slå ut eller være skyvedør. Husbanken anbefaler i "God bolig" en innvendig bod på 5 kvm. Det kan også være nødvendig med ekstra lagerplass til nødvendige hjelpemidler.

Behov for å lagre nødvendige hjelpemidler krever ekstra lagerplass. Denne beboeren måtte ta i bruk det ekstra soverommet for lagring av en rullestol og klestørk.



Dører, vinduer og andre bygningstekniske detaljer

Byggeforskriftene har krav til dørbredder og maksimal høyde på terskler i tilgjengelig boenhet som sikrer tilgjengeligheten for rullestolbrukere i nye boliger. Forskriftene har også krav til nødvendig passasje til vindu, og at vinduer skal kunne vaskes ”uten fare”. Tunge utgangsdører kan også være en utfordring, som evt. kan løses ved hjelp av automatisk døråpner. Dersom du skal kjøpe ny bolig bør du sjekke at vinduer kan vaskes innefra på en enkel og trygg måte. Andre bygningstekniske detaljer som det kan være viktig å sjekke er hensiktsmessig plassering av stikkontakter og stengeventiler for vann.

Privat balkong og terrasse

Den private uteplassen er et viktig rom for opphold i det fri, ikke minst dersom man skulle bli mindre mobil etter hvert. Da vil en egen uteplass være av stor betydning for å kunne komme seg ut i sola og ut i frisk luft. Å sitte ute har også stor verdi for å kunne følge med på folk som kommer og går, slå av en prat eller bare høre på fuglekvitter og humlesurr. Den private uteplassen bør ha gode solforhold og ikke vende ensidig mot nord eller nordøst. Den bør være stor nok slik at man har plass til bord og stoler, blomster og litt grønt. For mange som har flyttet fra enebolig kan det å stille med blomster på verandaen være viktig for trivsel og velvære. Muligheter for å skjerme verandaen med glassdører kan utvide sesongen for bruk av verandaen. Den private uteplassen bør være skjermet for innsyn fra felles utearealer og fra motstående leiligheter. Leiligheter på bakkeplan kan med fordel planlegges slik at man kan gå ut i det felles uterommet og gjerne slik at man kan plante litt blomster og annet på egen uteplass.



Privat uteplass på bakkeplan skjermet med buskevegetasjon ut mot det felles gårdsrommet. Spikerfabrikken, Stavanger.

4 Nye boligløsninger – trygghet, service, aktivitet og fellesskap

Dersom man ønsker seg en bolig med ”nogo attåt” i form av muligheter for service, aktivitet og fellesskap med andre, finnes det flere eksempler på nye boligløsninger på det ordinære boligmarkedet. Med boliger med ”nogo attåt” menes en gruppe selvstendige, private boliger der en har tilgang til fellesarealer som for eksempel felles oppholdsrom, kjøkken/spisesal, treningsrom eller gjesterom. Dette er boligprosjekter som gir flere muligheter for å bli kjent med naboene dersom man ønsker det samtidig som man er sikret eget privatliv i egen bolig. Det er frivillig om man vil delta i felles aktiviteter eller ikke. Erfaringen viser at slike boligprosjekter kan gi en opplevelse av økt trygghet og tilhørighet. Vi vil komme tilbake til dette nedenfor. Dette er prosjekter som ofte ligner på omsorgsboliger bygget av kommuner eller boligbyggelag. Omsorgsboligene tildeles imidlertid etter kriterier fastsatt av kommunen, og er derfor ikke tatt med her.

Vi vil her skissere eksempler på:

- Generasjonsboliger
- Sambruk av felleslokaler og offentlig/privat samarbeid
- BOLIG+ - nye boligløsninger for eldre og folk flest

Generasjonsboliger

Vi har i Norge en lang tradisjon med bygging av generasjonsboliger, for eksempel i form av en kårstue på gårdstunet. Noen ønsker ikke å bo nær egen familie, mens for andre kan det oppleves verdifullt for både store og små. Noen grupper av innvandrere har tradisjon for å bo sammen i storfamilien, men vi har lite kunnskap om hvilke ønsker og behov innvandrerbefolkningen i Norge har når det gjelder boliger for seniorer.



Eksempel på generasjonsbolig i Oslo. En hybel i det opprinnelige bolighuset har blitt utvidet med et tilbygg i form av en ny stue. Foto: Annette Hannestad

Sambruk av felleslokaler og offentlig/privat samarbeid

Det finnes flere eksempler på boligprosjekter som er lokalisert inntil eller i nærheten av lokaler der det for eksempel finnes kafé med matservering, et eldresenter eller andre service-, kultur- eller tjenestetilbud, som for eksempel Tusenhjemmet i Bodø, Ringhøyden i Stabekk i Bærum kommune eller Stolplyckan i Linköping kommune i Sverige. Beboerne i boligene tildeles hjemmebaserte tjenester på like vilkår med kommunens øvrige beboere. Men dersom de får til tjenestetilbud er hjelpen i nærheten.

Tusenhjemmet, Bodø, er et boligprosjekt sentralt i Bodø etablert i samarbeid med Bodø kommune og Bodø boligbyggelag. Det ble bygget 16 nye borettslagsleiligheter i tillegg til leilighetene som lå der fra før. Tusenhjemmet har flere felleslokaler og fungerer også som et lite kulturhus med ulike kurs, kultur- og aktivitetstilbud som driftes av boligbyggelaget etter avtale med kommunen. Kaféen er åpen for alle (Kilde: Schmidt m.fl.2013:151 og nettsidene¹⁷). Tusenhjemmet er et godt eksempel på samarbeid mellom kommunen og boligbyggelaget for å etablere et boligtilbud med flere muligheter for aktivitet og fellesskap.

¹⁷ http://tusenhjemmet.com/index.php?p=1_4



*Juleverksted for store og små i Tusenhjemmet i regi av Bodø lokallag av Humanetisk Forbund
Foto: Leif Tore Lorentzen. Bodø pensjonistrevy i Tusenhjemmet. Foto: Tove Johanna Fagertun*

Stolplyckan i Linköping i Sverige består av vel 180 boliger, herav 35 serviceboliger for eldre integrert i et større boligområde for på den måten å normalisere eldres bosituasjon. Prosjektet ble til i et samarbeid mellom kommende beboere, boligbyggelaget og Linköping kommune, der sosialforvaltningen var særlig aktiv i etableringen av prosjektet, og ble bygget i 1982. Bebyggelsen rommer en stor felles spisesal med storkjøkken og servering av varm mat på dagtid. Beboerne kan disponere lokalene på ettermiddagstid. Huset har egne verksteder, gymsal og barnehage. Hele bebyggelsen er planlagt slik at man kan ta seg rundt med rullestol. Man har til og med hatt beboere som er sengeliggende, som har kunnet ta seg rundt i huset og delta i felles arrangementer (Schmidt 1987). Linköping-modellen har blitt anvendt i utbyggingen av flere boligområder i Sverige. Informasjon om Stolplyckan og andre kollektivhus i Sverige finnes på nettsidene¹⁸.



Stolplyckan i Linköping i Sverige med vel 180 boliger, herav 35 serviceboliger for eldre. I første etasje finnes kafé, gymsal, verksteder, barnehage mm. Sitatet er sakset fra en intern beboeravis. Foto: Thor Balkbed.

¹⁸ www.kollektivhus.nu

4.1 BOLIG + Nye boligløsninger for eldre og folk flest

BOLIG+ er nye boligløsninger med selvstendige private boliger der felleslokalene er en integrert del av bebyggelsen og forbeholdt beboerne. Det finnes ingen samlede oversikter over denne typen boligtilbud på det ordinære boligmarkedet. En bør derfor undersøke med lokale eiendomsmeglere, boligbyggelag eller representanter for frivillige organisasjoner og andre som evt. kan ha slike boligtilbud.

I et hefte fra Husbanken: "Boliger med nogo attåt" er det beskrevet flere eksempler og der har en også beskrevet hvordan disse boligløsningene har endret seg over tid. De har blitt beskrevet som bofellesskap, serviceboliger, felleskjøkkenhus eller toforsørgerhus alt etter hvilken tid de ble til og hvilke målgrupper de var rettet mot¹⁹.

En kan prinsipielt skille mellom ulike konsept: serviceboliger med ansatt personal eller samvirkeløsninger der beboerne selv er ansvarlig for felles aktiviteter, også beskrevet som bofellesskap. Et annet skille går mellom prosjekter utviklet av beboerne i egen regi eller prosjekter utviklet av en utbygger. Endelig kan en skille mellom boligprosjekter forbeholdt seniorer og boligprosjekter som er aldersintegrerte, dvs. med boliger for "alle".

Ulike modeller for nye boligløsninger med eksempler på konkrete boligprosjekter

	Samvirkemodell	Servicemodell
Bygget i regi av en utbygger	De eldres bospareklubb Doyén i Eidsvoll Bringebærlia i Drøbak	Selvaag Plussbolig Risvollen i Oslo Kajatunet i Oslo
Bygget i regi av beboerne	Skyttertunet i Kongsberg	

Man kan innvende at slike boligprosjekter koster ekstra, og dermed ikke er for hvem som helst. Tilgang til felleslokaler koster selvsagt ekstra, slik at man får litt høyere fellesutgifter. Det trenger likevel ikke å være dyrere å flytte inn i et slikt boligprosjekt. Man kan nøye seg med en mindre bolig enn man ellers ville hatt behov for fordi man harorstue dersom man skal ha selskap, og man kan leie gjesterom dersom man har gjester som skal overnatte. Det er kort vei til eget treningsrom, og man sparer utgifter til private treningssentre. I noen prosjekter har boligene avgitt noe privat areal til fordel for fellesarealer for å redusere kostnadene. En beboer sier dette om en slik prioritering: "Hvis jeg hadde fått 15 prosent større areal i min leilighet hadde jeg mistet storstua, trimrommet, peisestua, fotorommet. Jeg hadde ikke blitt fornøyd med et slikt bytte" (Schmidt 1991:40). I prosjekter med ansatt personal betaler man en serviceavgift, og dermed tilsvarende økte fellesutgifter. Det trenger likevel ikke bli urimelig dyrt på grunn av de besparelsene vi har nevnt, og fordi det som regel er større prosjekter der flere deler på utgiftene.

¹⁹ <http://biblioteket.husbanken.no/arkiv/dok/1367/7f5.pdf>

Boliger bygget av en utbygger - servicemodell

Noen utbyggere tilbyr boliger med tilgang til felles lokaler og service fra ansatt personal. Dette er boliger der det er ansatt personal på dagtid eller på døgnbasis som kan bistå med hjelp og tjenester i hverdagen eller bidra til iverksetting av felles aktiviteter som møter, kurs, felles middager osv. Boligprosjektene består vanligvis av et større antall leiligheter, ca. 100 - 120 leiligheter for å finansiere fellesanlegg og personal. Prosjektene innredes med felles resepsjon/lobby og felles oppholdsrom, spisesal, kjøkken, treningsrom og gjesterom. Noen prosjekter er forbeholdt seniorer, andre ikke. Selvaag er en av de større utbyggerne i Norge som tilbyr denne typen serviceboliger i flere større byer. Det har også tidligere vært bygget slike prosjekter som i varierende grad har opprettholdt servicetilbudet, som for eksempel Risvollen eller Kajalund i Oslo.

Selvaag Pluss konseptet beskrives som en "livsstilsbolig", en bolig som har "det lille ekstra" i form av høy standard og service for "en enklere hverdag". Boligene er ikke forbeholdt eldre. Beboerne betaler en fast serviceavgift i måneden²⁰, se også Schmidt, m.fl. (2013). Serviceavgiften var ved innflytting på Løren Torg i Oslo i 2008 på 900 kroner pr måned pr bolig. Vertskapet kan bistå med hjelp og service i hverdagen og arrangerer felles middager og ulike arrangementer i egen regi eller i samarbeid med beboerne. Beboerne har felles lobby/resepsjon med spisestue, kjøkken, gjesterom og trimrom. Det er bygget slike prosjekter i både Oslo, Drammen, Kristiansand, Bergen og Stavanger.

²⁰ <http://www.selvaagbolig.no/pluss>



Selvaag plussbolig, resepsjon og lobby med aviser og kaffekrok. Illustrasjon: Selvaag plussbolig

Selvaag plussbolig på Løren torg i Oslo er et borettslag med i alt 108 boliger. Vertskapet og beboerne arrangerer felles middager, kurs og andre aktiviteter etter beboernes ønsker og behov. Det er for eksempel felles kaffe og vafler hver torsdag.



Risvollen i Oslo er et prosjekt med i alt 42 boliger for leie til friske seniorer over 67 år og der det er personal døgnet rundt. Beboerne kan få tilsyn to ganger i døgnet dersom det er ønskelig, og man får akutt hjelp ved skader og sykdom. Beboerne har tilgang til felles oppholdsrom/selskapslokaler der det også arrangeres felles treff en gang i uka. Boligtilbudet driftes av AS Risvollen²¹.

Kajalund i Oslo er et annet eksempel på boliger for seniorer. Det består av 73 selveierleiligheter med felles resepsjon, tilgang til peisestue og ansatt personal på dagtid. Beboerne hadde tidligere fortrinnsrett til nærliggende Kajalund sykehjem, men denne ordningen ble opphevet av Oslo kommune.

²¹ <http://www.risvollen.no/> utskrift 19.01.2015

Samvirkemodell, boliger bygget i regi av beboerne

Det finnes flere eksempler på boliger med tilgang til felleslokaler, og der beboerne selv organiserer felles aktiviteter. Slike boliger omtales som seniortun, bofellesskap og lignende, se Schmidt (1991, 2013).

Skyttertunet i Kongsberg består av i alt 13 eneboliger og felleshuset "Blinken". Prosjektet er planlagt og bygget ut i regi av beboerne, og boligene er forbeholdt seniorer. Beboerne har en rekke fellesaktiviteter, som trim og svømmeturer, kurs og reiser, felles lunsjer og middager med mer i felleshuset "Blinken". Beboerne beskriver prosjektet som «omtankeboliger»²², se også Schmidt m.fl. (2013).



Skyttertunet i Kongsberg – her er det felles høstdugnad. T.H. Felleshuset «Blinken». Foto: beboerne

Andre eksempler på slike boligløsninger er Østeråstunet i Bærum, Fosstunet i Flesberg, Vive Nova i Hamar og Rygge seniorboliger.

Samvirkemodell, utbyggerstyrt

Prosjekter som har blitt til på initiativ av en utbygger kan i varierende grad ha involvert fremtidige beboere i planleggingen.

De eldres bospareklubb, er en medlemsorganisasjon som har bygget en rekke seniorboliger i mange kommuner²³. Det finnes flere slike boligprosjekter i Oslo, Bærum, Gjøvik, Kongsberg, Oppegård, Kongsvinger, Ski, Skedsmo og Vadsø. På nettsidene finnes lenker til de lokale klubbene. Prosjektene er vanligvis organisert som borettslag, og boligene er ofte prisregulerte og forbeholdt mennesker over 50 år. De enkelte lagene kan imidlertid vedtektsfeste vilkår for å bli andelseier, for eksempel at andelseiere skal være over en viss alder eller at boligene skal være prisregulert. De fleste prosjektene er på om lag 20-30 boliger. Felles grendestue er en viktig del av konseptet for å gi muligheter for kontakt og fellesskap. Selv om det er en

²² www.seniortun.no

²³ www.des-norge.no

medlemsorganisasjon kan det være forskjell på i hvilken grad beboerne har deltatt i planleggingen av prosjektene.

Tårnåsen i Oppegård kommune er et DES prosjekt med i alt 18 boliger lokalisert rundt et tun og er del av et større boligprosjekt. Felles kjøkken og oppholdsrom i underetasjen eies og driftes av den lokale velforeningen, og beboerne har bruksrett til lokalene.



De eldres bospareklubb i Tårnåsen (hus 1) ligger rundt et tun.



Det finnes også andre eksempler på boliger med ”nogo attåt” bygget i regi av et boligbyggelag med brukermedvirkning i planleggingen, som for eksempel «Borettslaget Kollektivet» på Hovseter i Oslo eller bofellesskapet i Friis gate i Oslo, se Schmidt (1991).

Døyen i Eidsvoll er et eksempel på boliger forbeholdt de som er over 50 år og uten hjemmeboende barn. Beboerne har felles oppholdsstue, spisestue, kjøkken, trenings- og spaavdeling og verksteder, i tillegg til en stor parkmessig opparbeidet hage. Det er så langt bygget 24 boliger i første byggetrinn og 19 boliger i andre byggetrinn, men det er planlagt for i alt vel 100 leiligheter. Det er for tiden under planlegging tilsvarende prosjekter i Drammen og Rælingen²⁴.

²⁴ <http://www.doyen.no/>



Døyen, Eidsvoll. Seniorboliger med felles trenings- og spaavdeling. Foto: Beboerne



Bringebærlia i Drøbak, består av 52 seniorboliger på mellom 47 og 90 kvm. Boligene er forbeholdt gruppen 50+. Boligene er planlagt med omfattende tilrettelegging for bevegelseshemmede og svaksynte. Beboerne disponerer ca. 250 kvm fellesarealer for felles opphold, hobbyrom, trimrom og gjesterom. Beboerne arrangerer felles aktiviteter som lunsjer og lignende. Kilde: mail fra styreleder Nils Kolstadløkken og Aftenposten²⁵

Prosjekter under planlegging

Flere prosjekter er for tiden under planlegging. Vi vil her kort omtale noen av disse og de muligheter og utfordringer de har møtt.

Trolla seniorboliger utenfor Trondheim har valgt å etablere et eget utbyggingsselskap med innskudd fra 11 aktive aksjonærer, for å finansiere planleggingen. Det er planlagt 30 seniorboliger med fellesarealer. Gruppen har gjennomført en planprosess med hjelp fra planleggere og forskere fra SINTEF, se Wågø og Støa (2007). Formålet med prosjektet er å etablere boliger med fellesskap i beboernes eget nærmiljø på Trolla. Gruppen er for tiden, høsten 2014, i dialog med TOBB (Trondheim og omegn boligbyggelag) om at de overtar ansvaret som utbygger og får de som fortsatt er interessenter med på kjøpet (Kilde: Mail av Anne Lise Drege 28.10.2014). Nettsiden var høsten 2014 ikke à jour²⁶.

Seniorboliger, Skedsmokorset i Skedsmo kommune er under planlegging etter initiativ av Seniorsaken i Skedsmo som i en årrekke har jobbet med å få bygget et bofellesskap. De har imidlertid hatt vanskeligheter med å få egnet tomt. De har nå inngått en samarbeidsavtale med det lokale boligbyggelaget, BORI, som vil være hovedentreprenør og levere leiligheter for salg. Det planlegges i alt ca. 80

²⁵ <http://www.aftenposten.no/bolig/article2894829.ece>, utskrift 27.10.2014.

²⁶ <http://www.trollaseniorboliger.com/index.php/om-trolla-seniorboliger/18-drommen>

seniorboliger i tre bofellesskap på en tomt som de har fått tilsagn om å kjøpe til takst av kommunen, såkalt ”rettet salg”, på samme vilkår som den lokale DES klubben. Boligene er planlagt slik at hver bolig avgir ca. 10 prosent av arealet til fordel for felleslokaler. Det betyr at ved kjøp av en leilighet på 60kvm betaler man for i alt 66 kvm, slik at de 6 kvm ekstra legges til fellesarealene²⁷.

Blakstad gård i Asker planlegger å søke om omdisponering av en tomt for å bygge seniorboliger for de som drømmer om å bli gammel på en gård. Formålet er å tilby et miljø der seniorer kan få kontakt med dyr, muligheter for ridning eller delta i hagestell. Det er planlagt helseavdeling med trim- og aktivitetsrom²⁸.



Blakstad gård – bli gammel på gård

Sentrumshagen, Hamar, boliger med servicevert. Morgenstjernen er et selskap som har spesialisert seg på helse- og omsorgsbygg, men de satser også på boliger på det ordinære boligmarkedet med en såkalt servicevert og ulike servicetilbud. Det er for tiden prosjekter under utvikling i Kristiansand og Hamar²⁹.

«**Framtidssboliger med fellesskap**» er tittelen på et prosjekt som er under planlegging i Oslo på initiativ av arkitekter og planleggere som har erfaring med prosjektering av bofellesskap, se nettsidene.³⁰

²⁷ Kilde: Mail fra Solveig Granberg 06.11.2014

²⁸ http://gardsutvikling.net/?a_id=669#, utskrift 05.11.2014

²⁹ <http://morgenstjernen.no/>

³⁰ <http://www.seniorbofellesskap.com/410650425> utskrift 16.12.2014

Nye fremtidige boligløsninger

I rapporten BOLIG+ skisseres ulike fremtidige boligløsninger, blant annet større boligprosjekter med et bredere service- og tjenestetilbud i bebyggelsen (Schmidt m.fl. 2013). Flere seniorer vil ha muligheter for å kjøpe tjenester fra private i fremtiden. Det skyldes dels at flere har god økonomi, dels at den yngre generasjon er mer vant til å kjøpe tjenester. På den andre siden vil det også være behov for bedre tilrettelegging for de som ønsker å etablere boliger med felleslokaler basert på samvirke som et rimeligere alternativ.

Både i Sverige og Danmark har man hatt idéverksteder for å skissere nye boligløsninger for seniorer. Visjonene går også der i retning av større boligprosjekter med flere muligheter for å kjøpe service og tjenester og et bredere tilbud av felleslokaler og aktiviteter som også nabolaget skal kunne ta i bruk. Det kan også bidra til å sikre driften av slike servicetilbud. I Danmark har en skissert et konsept som kalles seniorhuset med et større antall boliger og flere ulike service- og aktivitetstilbud.³¹

I Sverige har man også hatt visjoner om boligprosjekter med nærhet til felleslokaler som skal inneholde for eksempel kafé, kiosk, frisør, restaurant med mer i første etasjen, og som er åpne for nabolaget, se Kärnekull (2011). Disse visjonene har mye til felles med Stolplyckan som omtalt tidligere.

Victoria park i Malmö er et større boligområde som er bygget i tråd med de visjonene om nye boligløsninger en har diskutert i Danmark og Sverige. Prosjektet beskrives som et livsstilskonsept med boliger for «ett bekvämare liv helt enkelt» som det fremgår av nettsiden. Området er bygget ut i flere etapper med mer enn 200 boliger, felles lounge med resepsjon, restaurant, spa, park med tennisbaner med mer



Victoria park i Malmö er et eksempel på et livsstilskonsept med boliger med basseng og en rekke fellestilbud. Boligene er ikke forbeholdt seniorer, men er for "alle". Illustrasjon fra nettsiden.

³¹

<http://www.aeldresagen.dk/Documents/Seniorhuse%20i%20Danmark%20pjece%20i%20ny%20udgave.pdf>

³² <http://www.victoriapark.se/?id=8>

I Nederland finnes det en non-profit organisasjon, Stifting Humanitas, som har bygget og driver større boligprosjekter med et bredere tjenestetilbud for seniorer. Non-profit betyr at de ikke skal ta ut utbytte av virksomheten³³. Boligene er forbeholdt seniorer, men servicetilbudene skal også betjene beboere i nabolaget. Prosjektene har gjerne en romslig foyér som minner om en hotellresepsjon, se også Kärnekull (2011).

Fellesskap – muligheter og utfordringer

Erfaringer fra boliger med «nogo attåt» tyder på at felles lokaler og muligheter for å delta i felles aktiviteter oppleves som positivt av beboerne. Beboerne legger vekt på at man har flere valgmuligheter og større frihet med slike boformer. Man kan velge om man vil delta eller ikke. En beboer beskriver bomiljøet slik:

«Vi har egne leiligheter... og vi har noe i tillegg, vi har et pluss, og den plussen kan du gjøre så stor eller liten du vil. Det er en boform med mange muligheter... muligheten for et rikere liv» (Schmidt m.fl. 2013:94)

Det oppleves som enklere å reise bort fordi man vet at naboene følger med om det skulle skje noe mens man er borte. Samtidig gir denne boformen en opplevelse av tilhørighet og trygghet, noe som blir stadig viktigere jo eldre man blir. Mange forteller at de har blitt bedre kjent med naboene enn der de bodde tidligere. Det gir en opplevelse av at man passer på hverandre, men uten å trække ned dørstokken til hverandre. Mange sier også at de er mer fysisk og sosialt aktive enn tidligere. Det er beboernes egen erfaring at de mener at en slik boform bidrar til bedre helse (Schmidt m.fl. 2013). Forskning viser at kvaliteter ved nabolaget kan ha betydning for egen helse. Bomiljø som er godt tilrettelagt med møteplasser og tilgang til friområder med muligheter for fysisk aktivitet kan bidra til bedre helse, både fysisk og psykisk helse (Helgesen m.fl. 2014). Vi har også sett at det finnes et potensial for gjensidig nabohjelp i slike prosjekter. Man hjelper hverandre med småtjenester, men uten å være hjemmehjelp for hverandre. Noen er gode på å fikse pc-er, andre er gode til å spille piano, fylle ut skjemaer eller reparere biler. Til sammen kan man få til det utroligste! Den danske foreningen: Boligtrivsel i centrum” hadde som motto:

”Hvorfor kede sig ihjel når man kan dø af grin sammen”³⁴

Det de beboerne var mest misfornøyd med var dårlige bygningstekniske løsninger som for eksempel tunge dører, bad som ikke er brukbare for bevegelseshemmede eller vinduer som er vanskelige å vaske fra innsiden (Schmidt m.fl. 2013).

Det er bygget et stort antall bofellesskap i Danmark, både seniorbofellesskap og aldersintegrerte bofellesskap. Bofellesskapene består vanligvis av ca. 20 boliger i rekkehus rundt et tun med et felleshus. Forskning fra Danmark bekrefter det vi har sett i den norske undersøkelsen. Eldre velger en slik boform dels for å få en

³³ <http://www.stichtinghumanitas.nl/site/>

³⁴ Hvorfor kjede seg til døde alene, når man kan le seg i hjel sammen.

tilgjengelig bolig dels fordi det gir større trygghet i hverdagen. Det vurderes også som en trygghet for familien, som kanskje ikke bor i nærheten (Hansen 2000). Pedersen (2013) beskriver danske seniorbofellesskap som et eksperiment som har lyktes. 68 prosent sier de er meget tilfredse og 27 prosent sier de er tilfredse med boformen. Så å si alle sier at de er trygge/meget trygge, og 88 prosent sier de har fått nye venner eller gode bekjente i bofellesskapet. Beboerne bruker felleshuset i gjennomsnitt én gang i uka. De fleste har felles middager en gang i uka og felles kaffe en gang i uka. Mange har turgrupper eller trimgrupper i felleshuset (Pedersen 2013).

Å bo i et fellesskap kan også romme noen *utfordringer*, for eksempel at man kan være redd for å bli invadert av naboen eller for konflikter. For å sikre privatlivets fred hadde man i noen boligprosjekter innarbeidet felles kjøreregler om det, for eksempel at man møtes i felleslokalene, ikke hjemme hos hverandre. Andre hadde litteraturgrupper eller andre mindre grupper som også kunne møtes hos hverandre (Schmidt m.fl.2013). Seniorene i en dansk undersøkelse var på forhånd redde for å få mindre privatliv i et bofellesskap, men det viste seg å ikke bli slik i virkeligheten (Pedersen 2013). Å bo i et fellesskap med andre betyr at man må bli enige om felles anliggender. Beboernes erfaringer med dette er at det kan hende en må bruke tid på å bli enige, eller at man må gjøre om vedtak fordi tidligere løsninger ikke fungerte. Samtidig så de det som positivt at man hadde mer og bedre innflytelse på bomiljøet enn i et vanlig borettslag. De konflikter beboere rapporterte om kunne for eksempel handle om naboer som parkerte der man ikke skulle parkere eller barn som bråker i gårdsrommet. Det er konflikter en også kan finne i vanlige borettslag og sameier (Schmidt m.fl.2013, 1991). Forskning fra Danmark viser at langt de fleste er fornøyde, og at bare tre prosent av beboerne vurderte å flytte på grunn av konflikter (Pedersen 2013).

Det sies at ”krake søker make”, at vi gjerne søker sammen med mennesker vi ligner sosialt. Margrethe Kähler fra Seniorsagen i Danmark hevder at det også kan være viktig av og til å møte motbør for å holde seg levende, og at en frisk diskusjon kan være nyttig:

”Møde ligesinnede og få stimulation, anerkendelse og struktur på tiden. Helt nødvendige ingredienser i et godt liv. Og trøls bøv³⁵, så du holder krudtet tørt og energien levende” Kähler 2004:27.

Møter og diskusjoner med andre kan med andre ord være viktige ingredienser for å holde seg i gang.

Fellesskap med seniorer eller aldersblandet?

Noen seniorer foretrekker å bo sammen med andre på omtrent samme alder. Hvor nedre aldersgrense går i prosjektene kan likevel variere fra 40+ til 65+, men ligger ofte rundt 55+. Det forutsettes som regel at man ikke har hjemmeboende barn. Mulighetene med denne boformen er blant annet at beboerne opplever å være i samme situasjon, mange er hjemme på dagtid og har dermed potensielt flere muligheter for å delta i felles aktiviteter. Utfordringen med boligfellesskap bestående av seniorer kan være hvordan en skal rekruttere nye/ynge beboere når leiligheter blir ledige etter hvert som tiden går og de opprinnelige beboerne blir eldre. Det kan være

³⁵ Trassig plunder og heft.

en særlig utfordring i mindre prosjekter eller prosjekter som ikke har en attraktiv beliggenhet eller andre kvaliteter. Noen boligprosjekter har også bestemmelser om at man ikke kan være eldre enn for eksempel 70 år eller 75 år ved innflytting for å unngå at det blir for mange for gamle.

Andre foretrekker et fellesskap med både yngre og eldre, inkludert barnefamilier, fordi en ønsker mer liv og røre. Kähler argumenterer for aldersblandet bofellesskap: "Filosofien er at det er sunt at bo i et fellesskap, hvor alle ikke er et spejlbillede af en selv" (Kähler 2004:35). Selvaags Plussboliger var opprinnelig forbeholdt eldre, men en valgte å gå bort fra det blant annet fordi nye boligkjøpere opplever det som feil. De ser ikke seg selv som gamle (Schmidt 2013). Erfaringer fra Danmark tyder på at de som bor i aldersintegrerte bofellesskap oftere har felles middager. Felles middager er ofte viktige arenaer for sosial kontakt, slik at disse beboerne føler seg mindre ensomme sammenlignet med eldre som bor i seniorbofellesskap (Hansen m.fl.2000).

Hvordan få til nye boligløsninger?

Boligbyggelag, utbyggere og eiendomsutviklere som tilbyr boliger på det ordinære boligmarkedet har et særlig ansvar for å tilby boliger som er egnet for den økende gruppen seniorer. Slike boliger bør inngå som en naturlig del av den ordinære boligbyggingen. Utbyggerne bør også bidra til å utvikle nye boligløsninger for seniorer og folk flest. Tidligere studier tyder på at det er større etterspørsel blant seniorene etter boliger med felleslokaler enn det som tilbys på boligmarkedet. Det er størst interesse for felles trimrom og felles oppholdsrom. Det er også mange som etterspør hjelp til tyngre husarbeid (Brevik og Schmidt 2005). Spørsmålet er derfor, hvordan kan en få frem et boligtilbud i tråd med seniorenes ønsker?

Kommunens rolle

Kommunene har et ansvar for å tilby boliger til ulike grupper boligsøkende. Tromsø kommune forsøker nå å bringe sammen utbyggere og interesserte seniorer for å få bygget flere seniorboliger og nye boligprosjekter med felleslokaler. Kommunen vurderer i tillegg å investere i en viss andel av leilighetene i seniorboligprosjekter for fremleie til de som har behov for bolig. Det kan samtidig bidra til å redusere risikoen for utbygger. Kommunen ser fordelene ved slike boformer ikke bare for de eldre, men også for kommunen som leverandør av omsorgstjenester (Tromsø kommune 2013)³⁶. Ta kontakt med din kommune, kanskje de kan hjelpe deg i gang!

Hvordan realisere et boligprosjekt i egen regi?

Flere grupper av beboere har forsøkt å etablere boligprosjekter i egen regi. Erfaringer fra de som har realisert slike boligprosjekter tilsier at det er en fordel dersom man har deltakere i gruppen som har kompetanse fra planlegging, eiendomsutvikling, juss og økonomi. Man vil også være avhengig av støtte og velvilje i kommunen.

³⁶ <http://www.tromso.kommune.no/helse-strategi-for-utvikling-av-eiendommer-til-helse-og-omsorg.5418226-121711.html> utskrift 08.01.2015

Utfordringen er hvordan en får samlet en gruppe potensielle beboere og hvordan man får realisert prosjektet. Den største utfordringen er å få tak i en egnet tomt og finansiere tomtekjøpet. Det indikerer at det kan være en fordel å kontakte et boligbyggelag eller andre utbyggere, som sitter på tomtereserver, spesielt dersom en planlegger et prosjekt med mer enn 5-10 boliger. Andre vegrer seg mot det fordi man er redd for å miste noe av styringen på prosjektet. For å sikre beboernes innflytelse kan en etablere en referansegruppe av fremtidige beboere som deltar i planleggingen av prosjektet. En annen utfordring er at planleggingen tar tid, slik at man må starte i tide og tenke langsiktig.

Skyttertunet i Kongsberg ble bygget i regi av beboerne. De etablerte tidlig et aksjeselskap og tok opp lån for å finansiere tomtekjøpet. De fikk kjøpt en tomt av Kongsberg kommune til kommunal takst. De fremhever betydningen av gode samarbeidspartnere, både med arkitekten i planleggingen og med entreprenøren i byggefasen. De gir følgende gode råd, se også egen nettside³⁷:

- Velg standard hustegning med muligheter for individuell tilpasning
- Konsensusprosessen er viktig for å få eierskap til alle løsninger
- Bruk arkitekten som fagperson og ”dommer” i valg av husplassering osv.
- Totalentreprise mot eget aksjeselskap ga gunstig pris på boligene uten fordyrende meglere
- Viktig å føre protokoll over fremdrift og alle møter

Bringebærlia borettslag i Drøbak ble bygget i regi av et boligbyggelag, som inviterte interessenter og politikere til å delta i planleggingen av prosjektet. Seks måneder senere ble det etablert en referansegruppe der man diskuterte prosjektet og fikk til mange forbedringer underveis. Noen av deltakerne så seg som potensielle innflyttere i prosjektet. Beboerne har hatt muligheter for å gjøre individuelle tilvalg i leiligheten. Utbygger er Seniorbo AS og tidligere Follo boligbyggelag. Seniorbo AS besto av en gruppe investorer som hadde kjøpt en tomt i Drøbak der man ønsket å bygge seniorboliger. Boligbyggelaget har fokusert spesielt på tilgjengelighet og tilpasning til svaksynte (Kilde: Mail fra Nils Kolstadløkken, 3. 11. 2014, artikkel i Aftenposten)³⁸.

Det finnes andre tilsvarende prosjekter etablert på initiativ fra et boligbyggelag, og der en referansegruppe blant potensielle beboere har deltatt i planleggingen, se for eksempel Friisgate bofellesskap i Oslo etablert av USBL i 1985 (Schmidt 1991).

³⁷ www.seniortun.no

³⁸ <http://www.aftenposten.no/bolig/article2894829.ece>, utskrift 27.10.2014

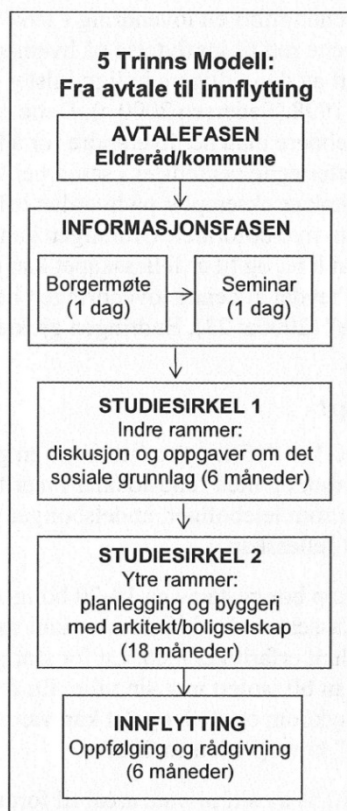
Eksempler fra andre land

Modell fra Danmark – ”Boligtrivsel i centrum” som fødselshjelper

Boligforbrukerorganisasjonen ”Boligtrivsel i centrum”³⁹ har fungert som fødselshjelper i etableringen av ca. 60 nye seniorbofellesskap i Danmark. De beskriver en modell i fem trinn, der første trinn er en avtale om forpliktende

samarbeid med kommunen og elderrådet, blant annet for å sikre seg en egnet tomt. Deretter inviterer man interesserte til et informasjonsmøte og et seminar. De som ønsker å gå videre inviteres til å delta i en studiesirkel der en diskuterer prosjektets innhold og de ytre rammene med arkitekten før en innhenter anbud og byggeprosessen starter. De fleste boligene er leieboliger bygget i regi av en boligforening som fungerer som byggherre og økonomisk ansvarlig for prosjektet. Noen boliger er organisert som såkalte andelsboliger⁴⁰. En representant fra «Boligtrivsel i centrum» har fungert som veileder i prosessen (Pedersen 2000).

Roskilde kommune i Danmark er en foregangskommune som både tilbyr råd og veiledning til grupper av beboere som planlegger å bygge et bofellesskap, og de har regulert tomter som er egnet for seniortun og bofellesskap⁴¹. Danske kommuner har i større grad enn norske kommuner egne tomter som de kan regulere selv.



Illustrasjon over som viser prosessen ved etablering av bofellesskap i Trondheim

³⁹ Organisasjonen fungerte som en boligforbrukerorganisasjon med bred støtte fra både offentlige og private, fra 1964 til den ble lagt ned i 2005, se www.boligtrivsel.dk. Foreningen har enerett på navn og logo til juni 2015.

⁴⁰ En andelsbolig tilsvarer en norsk borettslagsbolig, men danske andelsboliger er prisregulerte.

⁴¹ www.roskilde.kommune.dk



Munkesøgård i Roskilde er et større boligområde som har seniorbofellesskap, bofellesskap for ungdom og bofellesskap med familieboliger.

Det er bygget flere nye seniorbofellesskap i Sverige i senere år. Mange er bygget som blokkbebyggelse med felles lokaler i 1. etasje, og de er vanligvis bygget i regi av et boligbyggelag. Det finnes en egen nettside med informasjon om svenske kollektivhus⁴².



Sjöfarten i Stockholm er et seniorbofellesskap med 46 leiligheter og fellesrom, bygget i 2008.

⁴² www.kollektivhus.nu

5 Bruk av velferdsteknologi

Den digitale hverdagen er allerede en realitet for de fleste som bruker pc, nettbrett, smarttelefoner osv. for å betale regninger i nettbanken eller bestille varer og tjenester via internett. Teknologi for sosial kontakt som for eksempel Skype eller sosiale nettsamfunn gir nye muligheter for kontakt med familie og venner. Kommunikasjon med offentlige myndigheter skjer også i økende grad via nettet. Denne teknologien utvikles raskt, og det er viktig å henge med på nye dippedutter som skal forenkle hverdagen vår. Mange holder seg oppdatert gjennom bruk av slikt utstyr i jobben. Alternativt kan du sjekke med seniorsenteret i din kommune eller seniornett om mulige kurstilbud. Seniornett⁴³ har ca. 170 lokale dataklubber rundt om i landet som tilbyr basiskunnskap også til de som ikke har tatt spranget ut i den digitale hverdagen.

Velferdsteknologiske løsninger skal styrke den enkeltes mulighet til å klare seg selv i hverdagen og mestre egen livssituasjon. I dette ligger også økt trygghet for brukerne og deres pårørende.

Smarthusteknologi er en samlebetegnelse for informasjons- og kommunikasjonsteknologi anvendt i boliger, der de ulike komponentene kommuniserer med hverandre og via et lokalt nettverk. Smarthusteknologi kan installeres i eksisterende boliger, men er enklere og rimelige å installere i nye boliger. Det finnes imidlertid andre og enklere løsninger, for eksempel sensorer med ledlys som går på batteri og som kan kjøpes i vanlig butikk.

Flere kommuner har innredet demonstrasjonsleiligheter der man kan få informasjon og se i virkeligheten hvordan slik teknologi kan brukes. Der kan du gå på besøk og få gode råd! Eksempler på slike demonstrasjonsleiligheter er Almas hus i Oslo⁴⁴, seniorleiligheten i Fredrikstad⁴⁵ og et nytt senter for utprøving av teknologi i Bergen⁴⁶.

⁴³ <http://www.seniornett.no/> utskrift 10.02.2015

⁴⁴

http://www.helseetaten.oslo.kommune.no/eldre/geriatrik_ressurssenter/almas_hus/ utskrift 14.01.2015

⁴⁵

https://www.fredrikstad.kommune.no/Documents/Prosjekter/Innovativ_helse_og_velferdsteknologi/eSenior-visningsleilighet-for-velferd-og-smarthusteknologi-i-Fredrikstad.pdf utskrift 14.10.2015

⁴⁶

<http://www.husbanken.no/universell-utforming/velferdsteknologi/nytt-laboratorium-for-omsorgsteknologi/>

Utskrift 14.01.2015

Det finnes også eksempler på nye boligprosjekter som er tilrettelagt for bruk av velferdsteknologi. Bjerknes Park i Bergen er et prosjekt med i alt 108 nye boliger der alle er utstyrt med en såkalt smarthusløsning som kan gi beboerne muligheter for å koble seg til ulike tjenester ved behov. Det kan dreie seg om styring av ulike funksjoner så som lys, varme, ulike elektriske installasjoner og sensorer som utløser alarm. Systemet skal også kunne etablere kontakt og samhandling med de som skal levere hjemmebasert omsorg.⁴⁷

Noen kommuner har prøvd ut bruk av velferds- eller omsorgsteknologi i praksis. Lindås kommune har for eksempel installert slik teknologi hos ca. 130 brukere i kommunen. Tjenesten bygger på den vanlige trygghetsalarmer ved at en tar i bruk sensorer som varsler uønskede hendelser som for eksempel fall eller dersom noen går ute nattetid. Erfaringen viser at uønskede hendelser har blitt varslet og at både brukerne og pårørende opplever økt trygghet i det daglige.⁴⁸

Velferdsteknologi kan inndeles i ulike typer etter hvilke behov de møter og hvordan de kan fungere for brukerne, se også rapporten: "Velferdsteknologi i boliger" som inneholder en god oversikt over slik teknologi.⁴⁹

Trygghets- og sikkerhetsteknologi. Trygghetsalarmer er den mest kjente og vanlige teknologi for å gi økt trygghet og sikkerhet i hverdagen. Trygghetsalarmer gir toveiskontakt, og det utvikles etter hvert sporingsteknologi via GPS og mobiltelefon slik at den også brukes utendørs. Andre eksempler på slik teknologi er adgangskontroll for å se hvem som ringer på, boligalarmer og komfyrvakt. Flere nye komfyrer har innebygget komfyrvakt slik at man unngår tørrkoking. En bevegelssdetektor som automatisk tenner lys for eksempel dersom man må opp om natten kan bidra til å hindre ulykker.

Kompensasjons- og velværeteknologi omfatter et stort antall produkter. Det dreier seg blant annet om forflytningshjelpemidler og ganghjelpemidler. Omgivelseskontroll kan styre belysning, gardiner, solavskjerming, varme og lignende enten via fjernkontroll eller sensorteknologi. Robotstøvsuger er et hjelpemiddel i hjemmet som begynner å bli populært. Det finnes også datateknologi som kan stimulere til fysisk trening eller huskehjelp som hjelper med å huske å ta medisin, passe på avtaler og organisere hverdagens aktiviteter.

Teknologi for sosial kontakt som smarttelefoner med videokommunikasjonsmuligheter, Facebook, Twitter, YouTube og Skype gir mange muligheter for kontakt med familie og venner.

⁴⁷ <http://husbanken.no/universell-utforming/velferdsteknologi/velferdsteknologi-bjerknes-plass/> utskrift 13.01.2015

⁴⁸ <http://biblioteket.husbanken.no/arkiv/dok/Komp/Omsorgsteknologi%20i%20kommunene%20Lindasprosjektet.pdf> utskrift 13.01.2015

⁴⁹ http://sintef.no/project/Velferdsteknologi/Velferdsteknologi_i_boliger_Rapport_revidert_120312.pdf utskrift 11.11.2014

Teknologi for behandling og pleie kan tas i bruk for eksempel for oppfølging og kontakt med brukere når det gjelder medisinbruk eller måling av blodtrykk osv.

Muligheter og utfordringer med bruk av velferdsteknologi

Teknologien er i rask endring, og det utvikles stadig nye løsninger som skal gi økte muligheter for trygghet, trivsel og mestring i hverdagen. På den andre siden kan det være en viss skepsis til bruk av slik teknologi dersom en opplever at teknologi brukes som erstatning for menneskelig hjelp og nærvær. Det er derfor viktig at slik teknologi ikke blir brukt som erstatning for omsorg og tilsyn, og at brukernes medvirkning blir ivare tatt. Andre utfordringer kan være at teknologien oppleves som lite fleksibel og dårlig tilpasset brukernes behov, at teknologien oppleves som ustabil eller sårbar. Noen typer teknologi kan utfordre etiske standarder dersom brukerne opplever å bli overvåket i eget hjem. Bruk av sporingsteknologi kan reise en del slike etiske dilemmaer. På den andre siden har pårørende til personer med demens opplevd at teknologien gir brukeren større bevegelsesfrihet, og både de pårørende og brukerne opplever økt trygghet i hverdagen. De ser ikke teknologien som et inngrep i brukerens frihet.

Litteratur

Denizou og Bøhlerengen

Grann, O. (2014): Livskvalitet hele veien! Z-forlag

Husbanken, NAV, fylkesmannen Sør-Trøndelag, Trondheim kommune, Sør-Trøndelag fylkeskommune (2014): Kunnskap til rett tid – funksjonsattest bolig

Husbanken (2014): Tilskudd til tilpasning. Eksempelsamling

Husbanken, NAV (2012): Boligtilpasning

Kæhler, M. (2004): Bofællesskab fra drøm til virkelighed. København: Ældresagen

Kärnekull, K. (2011): Bygga för seniorer. Stockholm. Svensk byggtjänst

Norges Blindforbund (2009): Estetisk, trygt og tilgjengelig – en veileder for universelt utformede boliger.

Norges Blindforbund (2007): Lys- å se eller ikke se. Sammenhengen mellom lys, farger og alder.

Norges Handikapforbund (2014): Tilgjengelige boliger. Tilpasning av eksisterende boliger

Norges Handikapforbund (2013): Bruk dine rettigheter. Bolig

Norges Handikapforbund (2013): Bruk dine rettigheter. Tekniske hjelpemidler

Norges Handikapforbund (2012): Toalett og bad. Detaljer som teller.

Norges Handikapforbund (2011): Tilgjengelige bygg og uteområder

Norges Handikapforbund (2001): Kjøkkenet – valg og løsninger.

Norsk Standard (2009): Universell utforming av byggverk. Del 2: Boliger. Norsk Standard NS 11001-2:2009

Pedersen, M. (2000): Seniorbofællesskaber, hvorfor og hvordan. København. Boligtrivsel i centrum.

Pedersen, M. (2013): Det store eksperiment. København. Statens byggeforskningsinstitut/Aalborg universitet

Schmidt, L. Holm, A. Kvinge, T. og Nørve, S. (2013): BOLIG+ Nye boligløsninger for eldre og folk flest. Oslo: NIBR 2013:19

Schmidt, L. (2008): Hvordan kjøpe en bolig som ikke finnes. En studie av kjøp og salg av nye boliger på prospekt. NIBR rapport 2008:24

Schmidt, L. (1991): Boliger med nogo attåt - nye bofællesskap i et historisk perspektiv. Husbanken

Veileder – Boliger for den tredje alder

Schmidt, L. (1987): Bo midt i livet. Om gode boliger for eldre og andre små husstander. Oslo. Husbanken

SINTEF /NBBL (udat.) Få oppslutning om oppgradering. Veileder for styrer i borettslag og sameier.

Wågø, S. og Støa, E. (2007): Seniorboliger i Trolla. Beboermedvirkning. Milepælsrapport.

Noen aktuelle lenker

www.seniorportalene.no

www.seniorsaken.no

www.husbanken.no

www.regjeringen.no/nb/aktuelt/statens-seniorrad/id750590/

www.seniorbofellesskap.com

www.des-norge.no

www.doyen.no

www.plusservice.no

www.kollektivhus.nu

www.boligtrivsel.dk

www.aeldresagen.dk

Vedlegg

Sjekkliste for vurdering av boligens beliggenhet

Sjekkliste for vurdering av bebyggelse og uterom

Sjekkliste for vurdering av boligens planløsning

Vedlegg 1

Sjekkliste, boligens beliggenhet

Brukerkrav	Brukerkrav	Kriterier	Ja	Nei	Kommentarer
Helse og sikkerhet	Ren luft	>150 m til firefelts motorvei > 75 meter fra to-firefelts hovedvei			
	Stillhet – unngå støy fra veitrafikk/bane/tog	< 65 dbA målt utenfor husveggen			
	Sikker ferdsel til fots og på sykkel	Tilgang til gang- sykkelvei mellom bolig og butikker/kollektivtrafikk/friområder osv.			
Sosiale forhold	Nærhet til familie/venner				
	Trygt bomiljø	Snakk med beboere/kjentfolk			
	Tilgjengelighet for bevegelseshemmede	Tilgjengelig boenhet iht. byggeforskriftene i nye boliger, bl.a. krav til heis. Utemiljø tilrettelagt med tilgang til butikker, service, kollektivtrafikk osv.			
	Muligheter for aktiviteter og sosial kontakt	Eldresenter innen maks. 1 km Grendehus/velhus innen maks. 1 km Innendørs idrettsanlegg maks. 1 km Møte plasser utendørs, parker, torg osv. maks. 500 m			
Tilgang til butikker, service, offentlige tjenester og kollektivtrafikk	Muligheter for å dekke daglige service- og tjenestebehov	Dagligvarebutikk, maks. 500 m Sosial- og helsetjeneste, maks 1 km Lokalsenter med flere butikk- og servicetilbud, maks 1 km Buss/tog eller trikk, maks 300 m			
Tilgang til parker og friområder	Nærturterreng - nærhet til regulert friområde	Maks 200 m til regulert friområde større enn 5 daa			
	Muligheter for fysisk aktivitet utendørs	Maks. 500 m til turvei/grønne korridorer Maks. 500 m til friområde hvor man kan gå en tur på ca. 2 km			
Kulturhistoriske og visuelle kvaliteter	Eksisterende eller nye ”herlighetsverdier”	Utsiktspunkter, tilgang til strandsonen, verdifull vegetasjon			
	Kulturhistoriske verdier	Eldre bygninger og andre kulturminner i bruk og bra stand			
	Ryddig og hyggelig nærmiljø, mht. vedlikehold, belysning og lignende	Gå tur og bli kjent i området			

Vedlegg 2

Sjekkliste, boligens planløsning og brukbarhet⁵⁰

Brukerkrav	Brukerkrav	Kriterier	Ja	Nei	Kommentarer
Tilgjengelighet for bevegelseshemmede	Trinnfri atkomst fra parkeringsplass Trinnfri atkomst fra gate/vei	Dører: Inngangsdør: Fri bredde min.0,9m innvendige dører, fri bredde min.0,8m Terskel maks. 2,5 cm Trapper/ramper/krav til heis – se TEK 10			
	Alle nødvendige rom på inngangsplanet	Stue, kjøkken, bad og minst ett parsengsoverom på inngangsplanet			
Gode sol- og dagslysforhold Egnethet for synshemmede	Gode sol- og dagslysforhold i kjøkken, stue, soverom	Boliger på tre rom og større bør ha fasade mot to sider (TEK 10 §8-3) Vinduslysflate på min. 10% av golvareal, i stue min. 15-20%			
	God kunstig belysning ute og inne	Minst ett oppholdsrom skal ha orientering som ikke er ensidig mot nord eller nordøst			
God planløsning og funksjonalitet	Kjøkken	Minimum 4 meter kjøkkenbenk Primært L- eller U-form Treroms bolig og større: mulighet for å skille ut kjøkken som eget rom med vindu			
	Stue	Møblering - Plass til salong (sofa og to stoler eller 3+2+1) - Spiseplass til 6 personer i toroms bolig - 8 personer i treroms bolig Minimums stuebredde (fasadebredde) 3,6m Minimums samlet areal stue og kjøkken: - Toroms bolig: 25 kvm - Treroms bolig: 30 kvm - Fireroms bolig: 35 kvm			

⁵⁰ Se også byggeforskriftene, TEK 10, med detaljerte krav til tilgjengelig boenhet

	Bad	Plass til wc, vask, dusj, vaskemaskin og tørk av klær. Rom med wc skal ha skjermet atkomst Krav til tilgjengelig boenhet – se TEK 10			
	Bod	Utvendig sportsbod min. 5 kvm Innvendig bod min. 3 kvm			
	Entre	Garderobeskap min. 1 m, plass til stol og entrèmøbel Mulighet for vindfang i værutsatte strøk. Mulighet for to dører mellom oppholdsrom og korridor i boligblokk kan redusere støy			
	Privat uteplass	Stor nok - Balkong: min. 1,5mx3,0m - På terreng: min. 3,0x3,0 m Gode solforhold - Skal ikke være ensidig nord/nordøst vendt - 5 timer sol ved jevndøgn (TEK 10§8-3) - Avstand til motstående bebyggelse minimum 3 ganger bygningshøyden - Skjermet mot støy og forurensning Skjermet mot vind			

Vedlegg 3

Sjekkliste, bebyggelsen og de felles utearealer⁵¹

Brukerkrav	Brukerkrav	Kriterier	Ja	Nei	Kommentarer
Tilgjengelighet for bevegelseshemmede	Trinnfri atkomst til felles uteareal	Heis/ramper i stedet for trapper TEK 10 kapittel 8: krav til uteareal og plassering av byggverk			
Tatt hensyn til allergikere	Unngå vegetasjon som forårsaker pollenallergi	Unngå bjørk, or og hassel			
Variert vegetasjon	- bunndekke, gress/blomster - mellomsjikt i form av busker - større trær	Vurderes ved befaring/kart/bebyggelsesplan			
”herlighetsverdier”	Tilgang til vann og sjø for alle Utsikt fra flest mulig boliger/uteplasser	Vurderes ved befaring/kart/bebyggelsesplan			
Gode felles utearealer for opphold og lek	Tilstrekkelige arealer for uteopphold - skjermet fra områder for lek - vegetasjon som kan gi skygge - skjermet mot støy og forurensning - skjermet mot vind - skjermet for innsyn	Vurderes ved befaring/kart/bebyggelsesplan Be om dokumentasjon			
Felles uteareal skjermet mot garasje/parkering	Underjordisk parkering med heis/atomst til boligplan Gjesteparkering i parkeringskjeller/gate (ikke i gårdsrom)	Vurderes ved befaring/kart/bebyggelsesplan			
Plass for praktiske formål	Overdekket plass for sykler Plass for kildesortering Plass for snølagring	Vurderes ved befaring/kart/bebyggelsesplan			

⁵¹ Se også krav til universell utforming av utearealer i TEK 10, kap. 8: Uteareal og plassering av byggverk

Solbelyste og lune utearealer	Felles uteareal bør ha 5 timer sol ved jevndøgn ⁵²	Vurderes ved befaring/kart/bebyggelsesplan Avstand til tilstøtende bebyggelse min. 3 ganger bygningens høyde (TEK 10 §8-3) Måles på kart Be om dokumentasjon og sol/skyggediagram			
Robuste materialer, beplantning og utstyr	God materialbruk på - overflater (ategolv, trapper, gjerder osv.) - møblering (benker og bord) - annet utstyr				
Byggeteknisk standard og vedlikehold		Sjekkes ved befaring Sjekk prospekt/tekniske beskrivelser/tilstandsrapport Bruk bygningsteknisk kyndig person ved visning			

⁵² TEK 10 §8-3: "Alle boenheter og felles uteareal bør være solbelyst minst fem timer ved vår- og høstjevndøgn"

Norsk institutt for by- og region-forskning (NIBR) er et uavhengig, samfunnsvitenskapelig forskningsinstitutt som utvikler og formidler forskningsbasert kunnskap til nytte for beslutningstakere og samfunnsborgere.

NIBR tilbyr handlingsorientert og beslutningsrelevant forskning og utredning for oppdragsgivere i offentlig og privat sektor og konkurrerer om oppdrag nasjonalt og internasjonalt. Instituttet legger vekt på å være en konkurransedyktig bidragsyter til programforskningen i Norges forskningsråd og til internasjonale forskningsprogrammer, bl.a. i regi av EU. NIBR er en frittstående stiftelse, og realisering av instituttets forskningsmål forutsetter at driften går med økonomisk overskudd. Alt overskudd tilbakeføres til NIBR og brukes i tråd med instituttets formål.

NIBRs kjernekompetanse er by- og regionforskning. Dette er et bredt tverrfaglig og flerfaglig samfunnsvitenskapelig forskningsfelt som bl.a. omfatter: analyser av samfunnsforhold og samfunnsendring i urbane og rurale samfunn og på tvers av regioner, sektorer og nivåer, analyser av regional utvikling og verdiskaping, areal- og boligplanlegging, forvaltning, demokrati og velferdsutvikling innenfor og på tvers av lokale samfunn, territorielle samfunnsanalyser koplet til studier av bærekraftig utvikling.

By- og regionforskning er et internasjonalt forskningsfelt, og NIBR engasjerer seg aktivt i internasjonal forskning på instituttets satsingsområder.

NIBR har 65 forskere med samfunnsfaglig og planfaglig bakgrunn. Staben omfatter sosiologer, statsvitere, økonomer, demografer, antropologer, geografer, arkitekter og sivilingeniører.

Norsk institutt for by- og regionforskning (NIBR)

Gaustadalléen 21
0349 OSLO
Telefon: 22 95 88 00
Telefaks: 22 60 77 74
E-post: nibr@nibr.no
www.nibr.no

NIBR er en del av CIENS

CIENS er et strategisk forskningssamarbeid mellom uavhengige forskningsinstitutter og Universitetet i Oslo. CIENS er et nasjonalt og internasjonalt senter for tverr- og flerfaglig forskning om miljø og samfunn. Senteret er basert på felles faglige strategier og forskningsprogram, og samarbeider om forsknings- og formidlingsoppgaver. Gjennom CIENS er rundt 500 forskere samlokalisert i Forskningsparken.

SAMMENDRAG: Formålet med denne veilederen er å stimulere yngre eldre til å vurdere sitt eventuelle behov for boligtiltak med henblikk på egen alderdom. Vi ser på hvordan eldre kan realisere et mål om å bli boende i egen bolig så lenge som mulig. Målgruppen for veilederen er eldre og deres organisasjoner, ansvarlige for boligtilbud og hjemmetjenester i kommuner, NAV's hjelpemiddelsentraler mfl.