

Tur for alle

Universell utforming for aktive liv



KOMMUNESEKTORENS ORGANISASJON

The Norwegian Association of Local and
Regional Authorities

Ansvarlige redaktører:

Anne Gamme og
Christian Hellevang

Utvikling og produksjon:

Marianne Alfsen og
Lena Storvand / Felix Media

Journalister:

Lena Storvand, Cecilie Klem
og Bente Frøytlog / Felix Media

Fotograf:

Fredrik Naumann / Felix Features

Grafisk formgivning:

Bly.as

Trykk:

Byråservice

Utgivelsesår: 2023

ISBN 978-82-93866-28-2

Dette heftet er utgitt av KS

KS er kommunesektorens
interesse- og arbeidsgiverorganisasjon.
Alle landets 356 kommuner og 11
fylkeskommuner er medlemmer,
samt om lag 500 kommunale,
interkommunale og fylkeskommunale
bedrifter.

Innhold

- 3 Velkommen ut!
- 4 Forener naturopplevelse med tilgjengelighet
- 8 Marinen marinerer trondheimsfolket i sol
- 11 Til Olavskilden på hjul
- 12 Turveien som vokser
- 13 Sjekk det skiltet!
- 15 Den svevende turveien
- 18 Knallfarget lekeplass
- 19 Nytt byrom i Bergen
- 20 Én ungdoms idé ble flerbrukspark for alle
- 27 Viser vei for de rullende
- 30 Grønn lunge på gammel grunn
- 36 Slik definerer vi universell utforming i Norge

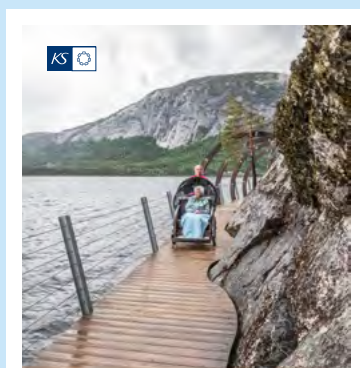


Velkommen ut!

I dette heftet viser vi frem et knippe gode eksempler på universelt utformede uterom og turstier, som har bidratt til at enda flere kan være aktive og høste opplevelser i naturen i sitt eget nærmiljø – uavhengig av funksjonsnivå.

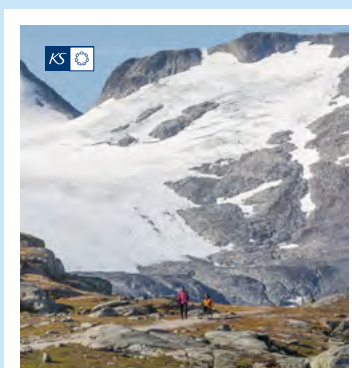
Temaheftet er inspirert av medlemmene i KS' kommunenettverk for universell utforming, som ble opprettet i 2013. Målet er å bidra til et inkluderende samfunn gjennom å dele erfaringer og fjerne hindre.

KS kommunenettverk for universell utforming er finansiert med midler fra Kulturdepartementet.



Aktiv i nærmiljøet

Temahefte om universell utforming av sentrumsnært friluftsliv og kulturminne



Vill natur for alle

Temahefte om universell utforming og friluftsliv

FLERE HEFTER: For enda flere eksempler på universell utforming som får folk ut på tur, bestill heftene «Aktiv i nærmiljøet» og «Vill natur for alle» fra ordre@lupro.no. Alle KS' hefter er gratis.

►
NED TIL VANNET: Veien til kajakkanlegget har asfalt og gjerde. Selve anlegget har DNT etablert. Turistforeningen står også for driften av det.

Forener naturopplevelse med tilgjengelighet

Hvordan skape et turområde som funker for alle uten å gjøre store inngrep i naturen? Det var utfordringen Ås kommune bestemte seg for å løse.

Grethe Johnsen, prosjektleder i Ås kommune klipper båndet på hunden Troika, deretter leder duoen an innover på Breivoll, et område innerst i Bunnefjorden en liten kjøretur sør for hovedstaden: Gressletter, eldgamle trær, strand og skog på samme sted, et yndet utfartssted for mange som gjerne ville beholde det akkurat som det var.

– De største skeptikerne til inngrep i naturen kan være sånne som meg, jeg er gammel orienteringsløper og var av typen som knapt ville ha en sti i det hele tatt, sier Johnsen.

DEMENT MOR

Men det var før. Både gjennom arbeidet i kommunen og erfaringene med sin mor, vet hun at naturen ikke kan forbli urørt.

– Moren min var et idrettsmenneske. Før hun ble dement bodde hun for seg selv og gikk ti kilometer tre ganger i uken. Så flyttet hun til et demenssenter, og det ble noen år hvor jeg forsøkte å få henne med ut på turer. Da så jeg virkelig hvor stort behov også den gruppen har for tilrettelegging. Her, for eksempel, ville hun nok ikke våget å sette ned foten, sier Grete og peker på en bratt sti.

– Den står på lista over ting vi gjerne vil ha gjort noe med. Vi tar det litt etter litt, og jo mer vi gjør her, dess flere ideer og behov dukker opp.

EFFEKTIVE GREP

Mye er imidlertid gjort allerede, og det uten de store innhugg i verken natur eller budsjett.



SLAK OG BRED: Riktig stigningsgrad og dekke med 0,7 subbus gir tilgjengelig turvei.



«De største skeptikerne til inngrep i naturen kan være sånne som meg.»

Grethe Johnsen, prosjektleder i Ås kommune

→ Breivoll er et statlig sikret friluftsområde, og Ås kommune har eid området siden 1960-tallet. For noen få år siden inngikk kommunen leieavtale med DNT for den nordligste delen av området.

– Hovedformålet med statlig sikrede friluftsområder er at de skal være tilgjengelig for allmennheten. Det betyr selvsagt alle – uansett funksjonsnivå, understreker Johnsen.

Veier er asfaltert, stier er gjort brede og har fått riktig helningsgrad og dekke. Badebinge

er montert, HC-parkering er tydelig merket og spredt ut over ulike områder, skiltene er tydelige og gapahuk med plass til rullestol på plass, HC-toalett likeså. Og utenfor hovedhuset på DNTs Breivoll gård triller Anders Nupen Hansen. Han er på Breivoll i forbindelse med prosjektet Godt tilgjengelige turer.

– En utrolig fin plass! Å kunne komme seg ut i naturen er noe jeg virkelig brenner for, å ha et slikt område har alt å si, sier Nupen Hansen.



OPPDRAG: – Å ha et område som dette har alt å si, mener Anders Nupen Hansen. Han er medlem av Handikapforbundets sentralstyre, leder i Landsforeningen for ryggmargsskadde og var på Breivoll i forbindelse med prosjektet Tilgjengelige turer.

Han er leder i Landsforeningen for ryggmargsskadde, og medlem av Handikapforbundets sentralstyre.

– Vi har sett på stien her, og den er veldig godt tilrettelagt. Men dette området rommer så mye mer enn den, for opplevelsen handler også om muligheten alt det andre her gir, med gressletter, ballbane og strand, skryter Nupen Hansen. ●



KORT FORTALT

Hva: Turområde ved Breivoll, Ås.

Utfordring: Få på plass løsninger som forener tilgjengelighet og naturopplevelse.

Løsning: Rikelig med HC-parkering fordelt på flere p-områder, HC-toalett, badebenge, gapahuk med plass til rullestol, brede turveier med riktig dekke, skilting, planering.

1) BADEBINGE: Badebingen kom på plass sommeren 2020. Den erstattet en utrangert baderampe fra 1960-tallet som var plassert på et annet sted.

2) Plass til 20: Gapahuken var ferdig bygget våren 2022. En del vipper enkelt opp og legges helt tilbake. Slik får en i rullestol plass helt inntil og på samme nivå.

Marinen marinerer trondheimsfolket i sol

Medlemmene i turlaget har gått Marinen opp og ned mange ganger. Nå trives de enda bedre i den solfylte aktivitetsparken.



GLAD TURGJENG: Turlaget fra Løkkan frivillighetsentral er begeistra for nye Marinen. Fra venstre Signe Klette Evensen, Synnøve Ressem, Brit Rokkones, Ragnhild Aleksandra Vigen og Siri Helen Strømsnes. Maria Lindberg (midten) og sønnen Ola Lånke Lindberg koser seg også i høstsola.

«Det er så bra med tiltak som gjør at folk får utfolde seg.»

Ragnhild Aleksandra Vigen (93)

Ragnhild Aleksandra Vigen (93) ser bort mot Elgseterbrua over Nidelva i Trondheim og peker.

– Jeg gikk ofte hit etter jobb på solrike dager og la meg på plenen nedi bakken nedenfor den katolske kirka. Det var et kumløkk der, det var min faste plass, sier hun.

Vi står på grusveien midt i parken Marinen ved Nidelvas bredd, et steinkast fra Nidarosdomen.

Det er ikke lenge siden byggegjerdene ble fjernet og anleggsmaskinene rullet vekk. I slutten av oktober 2022 ble snoren klippet for et transformert parkanlegg på det sørvendte, solrike området.

MER FOLK

Vi møter Ragnhild Aleksandra Vigen og venninnene hennes i turgruppa fra Løkkan frivillighetssentral. De er en gjeng med imponerende aldersspenn og en felles interesse: De elsker å gå og er mye ute på tur i byen. Turlaget møtes én gang i uka og har snart tiårsjubileum.

De er enige om at både Marinens funksjonalitet og tilgjengelighet har gått noen gode hakk opp.

– Det er blitt mer folk her. Det er så bra med tiltak som gjør at folk får utfolde seg. Dessuten er det et nydelig sted å sitte på våren når sola har kommet. Da er det krokus oppi bakkene her, sier Ragnhild.

SÅ REV UNDER BRUA

Brit Rokkones og Signe Klette Evensen har med seg bikkjene sine, en golden retriever og en liten blandingshund.

– Jeg og sønnen min så faktisk en rev her, rett under Elgseterbrua der borte. Hundene ble selvfølgelig veldig ivrige, forteller Rokkones.

Vintersola skinner på turlaget som går sammen bortover mot Elgseter bru.

Alle er enige om at Trondheim kommune har lyktes i å skape møteplasser ute i byen. Og at Marinen har blitt et sted med flere typer folk enn før.

Så forsvinner det turglade laget opp den nye trappa, mot Erkebisppegården og Nidarosdomen.

HAR GITT PLESS TIL FLERE

Ned den samme trappa kommer prosjektleder Jorunn Munkeby. Hun er landskapsarkitekt





og jobber i avdelingen Kommunalteknikk i Trondheim kommune.

Hun forteller at det var nettopp denne nye trappa i granitt som var starten på transformasjonen av Marinen.

– Her var det en veldig dårlig trapp som var mye avstengt og skummel å gå i. I tillegg var trappen nærmest usynlig ovenfra, noe som gjorde det vanskelig å orientere seg i området, forteller hun.

Den nye trappen er bred og har både sidestilte og midtstilte håndløpere. Det er benker for hvile på toppen.

Det er også laget en gangvei ned til parkanlegget. Den er slakere enn den opprinnelige og bedre for rullende brukere. Nede på selve Marinen er det svære grønne plener bort mot elvebredden og en lang rekke benker. Flest til å sitte på og noen til å ligge på.

Lekeplassen på mellomnivået på vei opp til Erkebispegården og Nidarosdomen er laget for barn fra tenårene og nedover. Her er det gummidekke som det er enkelt å trille på, enten man har barnevogn eller rullestol. Karusellen har plass til rullestol og en sikringsmekanisme sørger for at det er helt trygt for stolbrukere.

KLATREKUNST

Ved grusveien nede på flata og oppe på mellomnivået ved lekeplassen, er det langbord og benker med god atkomst for rullende. Her kan små og store sitte og spise.

– Det er grus helt inntil bordene, så det skal være enkelt å trille inntil, forteller Jorunn.

Kunsten i Marinen er også en viktig del av tilretteleggingen for aktivitet. Kunstner Jens Munk Clemmensen er nemlig både kunstner og



2

1) EN BENK I SOLEN:

Det er satt opp et betydelig antall benker langs grusveien med utsikt til Nidelva og de store plenene som er så karakteristiske for Marinen. De brede liggebenkene er et kjærkomment tilskudd på varme dager.

2) KARUSELL FOR

ALLE: Jorunn Munkeby er landskapsarkitekt i avdelingen Kommunalteknikk i Trondheim kommune. Her viser hun hvordan karusellen virker. Den er tilrettelagt for rullestolbrukere.

klatrer. Klatresteinen han har laget til Marinen veier 12,7 tonn, og henter struktur fra de gamle steinmurene rundt omkring i parken.

– Den er laget som en båt som kommer opp av jorda med baugen. Og så minner den jo litt om spiret på Nidarosdomen, forklarer Munkeby.

ET HJØRNE Å VÆRE AKTIV I

I det nordøstlige hjørnet av parken er det bygget en splitter ny trimpark.

– Her har vi lagt et dekke som gjør det enkelt å trille helt inntil alle treningsapparatene, viser Munkeby.

Et nytt, offentlig toalett med handikapavlukke er satt opp rett ved trimparken. Det er formet som et hus med saltak og trepanel for å blande seg med trehusbebyggelsen langs elva. ●

KORT FORTALT

Hva: Parkområde i Midtbyen i Trondheim, like ved Nidarosdomen og Erkebispesgården. Oppgradering ferdig oktober 2022. Navnet Marinen skriver seg fra da området tilhørte sjømilitæretaten. Strekker seg fra Nidaros Pilegrimsgård til Hadrians plass ved Elgseter bru.

Utfordring: Lage en bypark for alle som mange har lyst til å bruke.

Løsning: Rikelig med HC-parkering fordelt på flere p-områder, HC-toalett, badebenge, gapahuk med plass til rullestol, brede turveier med riktig dekke, skilting, planering.



Til Olavskilden på hjul

Selveste Olavskilden har fått en oppgradering. Før lå den noen trinn ned i en liten grop, nå er den historisk viktige kilden – som er hentet opp og fram som en drikkefontene – tilgjengelig for rullende. Siri Helen Strømsnes (bildet) minnes at hun hentet vann her som barn.

Historien om Olavskilden begynner med Olav den helliges fall på Stiklestad i 1030. Hans legeme skal ha blitt midlertidig gravlagt ved Nidelva, nær der Nidarosdomene senere ble reist. Da kisten året etter ble tatt opp, sprang det frem en kilde som folk i ettertiden betraktet som undergjørende og et yndet pilgrimsmål. ●

Sjekk det skiltet!

Hva:

Skilt i sentrum av Son.

Utfordring:

Formidle historisk informasjon til alle.

Løsning:

Fire skilt langs bryggen i Son sentrum. Skiltene ble satt opp i perioden 2017–2022. Skiltene er skråstilt og tiltet med tanke på rullestolbrukere. Skiltplatene har taktil tekst, punktskrift, gode kontraster og størrelser. Skiltramme- og ben ble utformet for å passe inn i bybildet. Ved å skanne en taktil qr-kode kommer man til en film om Sons historie. Filmen er på norsk og engelsk. Skiltene inneholder også lenke til Vikens nettsider om byen.



«Å gå tur et sted det er folk, gir ekstra trygghet.»

Vegard Alfsen (83)



NÆR TURLYKKE:

Vegard Alfsen og Per Kristian Fodstad har vandret mye sammen i inn- og utland. Hjemme i Sarpsborg har de bryggestien rett i nærheten.

Den svevende turveien

De har vært kompiser i over 50 år og vandret sammen i både inn- og utland. Nå er Vegards syn svært svekket, men han kan likevel trygt gå tur i nærmiljøet.

40 prosent syn på det høyre øyet, kun informasjon om lys og skygge på det venstre og et stykk ankelprotese. Det er fasit for 83 år gamle Vegard Alfsen fra Sarpsborg.

– Synet har vært dårlig i mange år, og gått ekstra på det siste halvannet året, men jeg er blitt vant til det, sier 83 år gamle Vegard Alfsen, født, oppvokst og innbitt sarping.

Nå står han klar ved bryggestien i hjembyen sammen med Per Kristian Fodstad. Bryggestien som starter i Glengshølen er et bredt tredekke som slynger seg etter fjellets form, og svever over en av Glommas blindtarmer.

STED MED HISTORIE

Inn på parkeringsplassen svinger tredjemann, Aage Rishøi (83). Han er styreleder og Per Kristian er sekretær i dugnadslaget Tur- og Lysløypa i Sarpsborgmarka (TSL) som i samarbeid med Sarpsborg kommune har fått på plass denne turstien.

Karene mimrer og peker:

– Tidligere var dette rett og slett et fyllingsområde med masser fra diverse steder. Det var nesten som en søppelplass, minnes Aage Rishøi.

– Da ungene var små gikk de over her på vei til skolen, det var et gjørmehøl, de kom alltid møkkete hjem, supplerer Per Kristian Fodstad.

Enda lenger tilbake, da Vegard Alfsen & co var guttunger, var dette kaianlegget til dampskipet Krabben.

– Skipet tok med seg folk og fe fra bygdene, og på lørdagene la det til kai her, bønder, hester og kuer gikk herfra og opp til lilletorget inne i sentrum, forteller trioene, som har vokst opp med synet av tømmer i denne fjorden.

– Borregaard ligger jo rett i nærheten og fløtet tømmer helt frem til 1986. Tømmeret overvintret på svære vaser, og ble forankret med vaiere festet i fjellet.

SVENSK INSPIRASJON

Og festene, de synes fortsatt i fjellet langs den flittig brukte turstien som ligger et lite, tilstrekkelig flatt stykke, fra parkeringsplassen. At det endte med en «svevende» løsning var ikke den opprinnelige planen. Den gikk nemlig ut på å fylle ut med masse og etablere en turvei oppå.

– Det ble ikke noe av, for det viste seg at massen raste ut, forklarer de.



PLASS FOR PAUSE: Bryggestien har en rekke benker og bord hvor rullestoler kan komme helt inntil.

TOALETT PÅ Plass: Dugnadslaget fikk HC-toalett på plass, Sarpsborg kommune tar hånd om driften.



→ – Men en som jobbet i kommunen hadde merket seg at svenskene var gode til å forankre slike stier i fjell. Dermed endte kommunen på denne løsningen, i første omgang rundt 400 meter som sto klar i 2016, deretter snaut 500 meter til i 2019. Han rakk akkurat å se den ferdig før han døde av kreft.

ROM FOR RAST

Stien, et resultat av spleiselaget mellom TLS og Sarpsborg kommune, er universelt utformet, har en rekke benker og ender i et område med fire gapahuker, bord, griller og et HC-toalett. Stien er koblet til det øvrige turnettet på rundt 40 kilometer. TLS har to faste dugnadsdager i uka, to egne biler og en mengde utstyr for å holde stier og områder i orden. De er drevne søknadsskriverer og skaffer penger via stiftelser og andre kanaler, som spons.

– Vi er som en liten bedrift og alle jobber gratis. Vegard Alfsen skryter varmt av gjengen:
– Det de har gjort for fremkommelighet er helt enestående, det kan ikke fullroses nok!

Både han og Per Kristian har vært vandringsmenn i en halv mannsalder, og tråkket sammen på ferieturer i blant annet Skottland og Cornwall – og på kryss og tvers i Sarpsborg.



UT HVER DAG

Vegard og Lisbeth Alfsen går gjerne turer flere ganger i uken.

– Vi kommer oss ut nesten hver dag. Hvis jeg skal gå i skogen må vi ta følge, jeg tør ikke å gå aleine, for det er fort gjort å gå overende og knekke armer eller bein.

Lisbeth hjelper meg, sier «der er en rot», og «der er en stein» og «vær forsiktig», så da går det bra. Tre dager i uken jobber hun som frivillig på den lokale Røde Kors-butikken, men jeg kan jo ikke sitte hjemme med pledd over knærne, for da blir du dau, da orker du til slutt ingenting! Og hit til bryggestien kan jeg trygt komme meg på egenhånd, det er jo bare en kort tur hjemmefra, forklarer Alfsen.



SAMARBEID: Bryggestien er etablert i samarbeid mellom dugnadslaget Tur- og Lysløypa i Sarpsborgmarka (TSL) og Sarpsborg kommune. Per Kristian Fodstad (t.h.) er sekretær og svært aktiv i TSL, her på høsttur med turkamerat Vegard Alfsen.

I over 50 år har de bodd i rekkehus rett i nærheten.

– Da ungene var små tenkte vi på å kjøpe enebolig, men ungene ville ikke flytte fra gata hvor det alltid var noen å leke med.

TRYGG TUR

Å gå tur et sted det er folk, gir ekstra trygghet, synes Vegard. Og folk er det mange av på bryggestien. Han hilser og vinker til høyre og venstre, selv på en hverdagslig torsdag formiddag.

– Jeg liker å gå fort, jeg rusler ikke, selv om jeg har en litt lavere hastighet på grunn av ankel-en. Før pleide jeg å løpe lysløypa flere ganger i uka. Løpetiden min er over, nå er jeg glad for at jeg kan gå. ●

KORT FORTALT

Hva: Bryggesti i Sarpsborg

Utfordring: Turvei i kystlandskap

Løsning: Bred sti bygget i tre. Stien er festet i fjell og svever over vannet.

Parkeringsplass nær stien, enkel tilgang til stiens begynnelse, mange benker og bord underveis. Stien ender i en rasteplass med gapahuker og HC-toalett. Stien er en del av et stort nettverk av stier i Sarpsborg.

Knallfarget lekeplass

Hva:

Damsgård lekeplass. Universelt utformet lekeplass på Laksevåg i Bergen, ligger i bakken nedenfor Damsgård Hovedgård. Åpnet 2021.

Løsning:

Lekeplassen er tilgjengelig for alle brukergrupper og sikrer likeverdig lek. Rullestoltilpasset svingkarusell. Mykt underlag over hele plassen. Trinnfrie og trillevennlige nivåer. Klatrestativ hvor de som ikke kan klatre opp, kommer seg inntil og under. Rutsjebane, griller og benker.



FARGEKLATT: Klatrestativet med de lange «fangarmene» minner om en selvlysende manet. Dekket under er mykt og trillevennlig.

Nytt byrom i Bergen

Hva:

Møllendal allmenning, friluftsområde med bydelshus i Bergen.

Utfordring:

Å lage en ny arena for fellesskap i en bydel i utvikling.
Skape kontakt mellom boliger, næringsbygg, park og sjøfront.

Løsning:

Ny «storstue» for bydelsarrangementer, nytt badeanlegg, urbant torg, aktivitetsplass og grønne områder. Det er lagt vekt på å skape mange ulike soner og bruksmuligheter. Allmenningen er universelt utformet for alle alders- og brukergrupper. Naturlige ledelinjer i dekket, i tillegg til hovedledelinjer med LED-lys fra Kunsthøgskolen ned til kaien. Tilgjengeliggjøre sjøfronten gjennom etablering av ulike nivåer ned mot sjøen. Flytebryggene er tilgjengelig og trillevennlige, men ikke universelt utformet på grunn av flo og fjære.



MØTEPLASS: Paviljongen på Møllendal allmenning – sentralt plassert mellom sjøfronten og veien til elveparken – brukes som bydelshus og til lokale arrangementer.



Én ungdoms idé ble flerbrukspark for alle

Egentlig skulle Dalen aktivitetspark være en ungdomspark, men ungdommen ville inkludere alle. Resultatet er en innholdsrik park utenom det vanlige, med noe å finne på for alle og enhver.

TIL MYE: Det er både ballbinge, sandvolleyballbane og flere sandkasser i Dalen. Her er det tilrettelagt for aktivitet for mennesker i alle aldre og for alle funksjonsnivåer. (Foto: Glen Musk)





VIKTIG FORBINDELSE: Det kan kanskje se ut som en beskjeden liten sti, men det er en viktig del av transformasjonen av uteområdet. Grusveien forbinder parken med resten av det nordøstlige Saupstad. (Foto: Glen Musk)

→ Vi går langs veien fra kjøpesenteret i Saupstad, midt i et tettbygd boligområde i bydelen som har vært gjennom et omfattende områdeløft siden 2013. Inn en gangvei og rundt en sving blir vi møtt av et stort, frodig blomsterbed og en slak nedoverbakke med gatelykter som perler på en snor. Vi er i Dalen aktivitetspark, et av de tydeligste resultatene av områdeløftet.

Før var dette området en rotete og mørk blindvei. Det lå et driftsanlegg for et borettslag her og området ble oppfattet som et utrygt og lite hyggelig sted å være.

Nå er det et variert og mangfoldig parkanlegg som lokalbefolkningen har et sterkt eierskap til. Ungdommene i nærområdet har nemlig vært med på å planlegge og forme parken helt fra starten. Engasjementet har gått i arv fra ung-

domsråd til ungdomsråd i de årene det tok å planlegge og bygge parken.

INKLUDERENDE UTEROM

Sigrid Gilleberg er landskapsarkitekt i Trondheim kommune og har jobbet med områdeløftet på Saupstad-Kolstad.

– Vi har satset mye på at uterommene skal være inkluderende og gode møtesteder for bydelens innbyggere. Vi ser at det gir god sosial bærekraft, sier hun.

Hun forteller at det som først var planlagt som en ungdomspark, til slutt ble en park for alle.

– Ungdommene ville inkludere alle, sånn at så mange som mulig kunne være i parken og ha det bra der, forklarer hun.

Gilleberg forteller om en dyktig lærer som



SAMLINGSPLASS: Midt i parken er det plassert et langbord med benker under en pergola med gjennomskinnelig tak. – Det er en kjærkommen samlingsplass for grupper av barnehagebarn eller elever som er på utflukt, forteller prosjektleder Sigrud Gulleberg. (Foto: Glen Musk).

integreerte områdeløftet i undervisningen i valgfaget Demokrati i praksis. Det var en av elevene som kom opp med ideen om å jobbe for å få en ny park i bydelen. Plasseringen ga seg nesten selv. Det måtte bli nedi den svingete lille dalen med blindvei og driftsstasjon.

MANGE ROM FOR AKTIVITET

Etter mye jobbing og en del politisk tautrekking, ble midlene bevilget over både kommune- og statsbudsjettet. Det konkrete arbeidet med å bygge parken kunne begynne. Det skjedde med stor grad av medvirkning fra ungdom og ungdomsrådet i bydelen.

Resultatet er en park med masse innhold og god variasjon. Noe av det første man ser er et område med høye arker i limtre som skaper en

god romfølelse. Asfalt og grus er byttet ut med tredekke. Her kan man ha mange typer arrangementer og forestillinger. De enkle, bygde strukturerne danner en utendørscene med strømuttak til lyd og lysanlegg. Det er ingen høy kant rundt scenen, alt her er trinnløst og på bakkeplan.

LEKEANLEGG FOR ALLE

I forlengelsen av sceneområdet er det en skatepark som glir over i et parkouranlegg med metallgjerder i ulike størrelser og fasonger.

– Alle disse tre sonene blir brukt til ulike aktiviteter avhengig av hvem som bruker dem. Anlegget er veldig fleksibelt, forteller Gilleberg.



UTESCENE: Limtrearkene i midten av parkens nederste nivå utgjør en scene og har strømuttak. Dekket er trinnløst og tilrettelagt for at alle skal kunne bruke det til forestillinger, konserter og samvær. (Foto: Glen Musk)

→ I enden av parken er det et lekeområde for småbarn og en bratt snarvei. Den er én av de to forbindelsene som kobler parken til gangveiene i området.

Her går folk selv selv om det er bratt, og det er gjort tiltak for å gjøre snarveien brukbar for flere. Den er opparbeidet med grusdekke og det er satt opp håndløper og benker i topp og bunn for de som trenger å sette seg ned.

– Det er i det hele tatt lagt opp til mange steder å hvile, sitte og oppholde seg i alle deler av parken, sier landskapsarkitekten.

VARIERT INNHOLD

Hun forklarer at Saupstad-Kolstad alltid har hatt romslige uteområder, mye grønne plener og små, frodige skogholt.

– Men det har vært veldig lite innhold i grøntstrukturen. Det har vært få steder å møtes og lite tilrettelegging for lek og aktivitet, sier hun.

Ett av målene med Dalen aktivitetspark har vært å legge til rette for variert aktivitet for alle befolkningsgruppene i området. Den skal fungere for alle, uavhengig av bakgrunn, kulturell tilhørighet og funksjonsgrad. ●





KORT FORTALT

Hva: Dalen aktivitetspark, åpnet høsten 2020. Ideen om en park kom fra en elev og ble en del av områdeløftet for bydelene Saupstad og Kolstad, som startet i 2013. Tegnet og prosjektert i samarbeid med Ungdomsrådet i bydelen og lokale grupper med ungdom i en omfattende medvirkningsprosess. Området er eid av Ringvegen borettslag, som leier ut området til kommunen.

Utfordring: En snarvei fra parken ned til området Bjørndalen i nordøst var planlagt. Så ble det oppdaget kvikkleire i grunnen og planene ble skrinlagt. Snarveien skulle koble parken på et område det manglet forbindelse til.

Løsning: Snarveien som allerede fantes i det nordøstlige hjørnet ble oppgradert og gruslagt. Det ble montert en håndløper i to høydenivåer. Stien leder opp til en av gatetunveiene som leder til gatenettet. Det ble i tillegg laget en trapp midt i parken som forbinder den med andre gangveistrukturer.



EN GOD TRAPP: Sigrid Gilleberg, landskapsarkitekt og prosjektleder i Trondheim kommune, på tur opp trappen til parkens øverste nivå. Trappen er bred og god å gå i. Den har midtstilt håndløper i to høyder og tydelige ledende elementer. Det er benker med rygglenner underveis, og på toppen er det trebenker med armlener på begge sider (Foto: Fredrik Naumann / Felix Features).



Kunst i parken

Kunst skaper opplevelser for alle. Dalen aktivitetspark er utsmykket med fire mandalaer malt på asfalten. De er tegnet av en av ungdommene som var med på medvirkningsprosessen. Erik Piroelts skulptur neanderthalerkjæresten har blikket rettet mot stjernene og sitter ved en ring steiner hvor det er plass til et imaginært leirbål. Skulpturen henger sammen med astronautapen ved inngangen til parken, begge laget som en del av Kunst i offentlig rom-programmet for Saupstad i Trondheim.



Foto: Glen Musk og Fredrik Naumann/Felix Features

KORT FORTALT

Hva: Turmål i Bergen og omegn som passer rullestolbrukere.

Utfordring: Manglende informasjon om turmål gjør det vanskelig for mange rullestolbrukere å komme seg ut på tur.

Løsning: Kartlegging av egnede turløyper, informasjon legges ut på ut.no og bergenoghordalandturlag.no.



HVER GRAD TELLER: Solvei Harila Skjold (til venstre) har ikke mistet mobilen – hun bruker en app for å måle stigning og skråning på turstien. – På en skrå vei ruller du skjevt, og det er forferdelig ubehagelig, forklarer Annett Eidsvåg Garvik.

Viser vei for de rullende

To ildsjeler på hjul kartlegger turmål i Bergen og omegn for å få flere rullestolbrukere ut på tur.

– STOPP HER! SKAL VI MÅLE?

Annett Eidsvåg Garvik og Solvei Harila Skjold triller nedover en av turveiene fra Fløyen med god fart på rullestolene. Nå stanser de nedenfor en av de utallige hårnålssvingene. Veien er ikke bare bratt, grusdekket er brått blitt både steinete og temmelig skrått. Solvei vipper fram en mobil og legger den ned på bakken. Det finnes en app for alt, og hun har åpnet appen «Clinometer». Den måler blant annet stigning og tverrfall, altså hvor mye veien skrår.

– På en skrå vei, ruller du skjevt. Og det kan være forferdelig ubehagelig, forklarer Annett.

– Med rullestol er skråningen ofte vel så utfordrende som stigningen.

HØY TERSKEL FOR MANGE

De to turvenninnene står bak prosjektet «Ti på hjul Bergen» for Den Norske Turistforening (DNT). Hvert år kartlegger de ti forskjellige turer som passer for rullestolbrukere. Informasjon med bilder, filmsnutter og detaljerte beskrivelser av turmål og løyper, legges ut på blant annet

ut.no, den største turbasen i Norge.

– Jeg er glad i å være på tur, og det er fint å hjelpe til med å gjøre turene mer tilgjengelig for andre, sier Solvei.

– Det har vært vanskelig for folk å finne ut om turmål egner seg for rullestol – den informasjonen fantes ikke tidligere, sier hun.

Annett understreker at god informasjon er avgjørende for rullestolbrukere som trenger svar på helt grunnleggende ting: Hva slags dekke er det på veien? Kommer jeg meg frem? Kan jeg bli stående fast? Er det fare for å skli? Er det høye kanter på ruten? Finnes det HC-parkering i nærheten? Eller HC-toalett?

– Terskelen for å komme seg ut er ofte høy når man har en funksjonsnedsettelse. Med informasjon som gjør det enklere og tryggere for folk, håper vi terskelen blir litt lavere, sier hun.

Solvei nikker og legger til:

– Jeg vet om mange som ikke tør å prøve å dra på tur. Mange har hatt negative opplevelser på turer som ikke har fungert.





OPPTUR: Fløibanen og alle holdeplassene er tilrettelagt for barnevogner og rullestolbrukere. På hver avgang er det plass til maks tre rullestoler eller barnevogner.



NYTTIG VERKTØY: Nøyaktig måling må til når turveier skal kartlegges. Gopro-kamera på rullestolen og mobilapp for måling av stigning og tverrfall, det vil si skråning, er fast turutrustning.

→ **GODT FOR KROPP OG SJEL**

Solvei er psykolog i Helse Bergen og jobber med angstbehandling. Hun er overbevist om at det er viktig for psykisk og fysisk helse å komme seg ut.

– Vi vet at det å bevege seg og være ute i naturen bidrar til mindre angst og depresjoner, og at det forebygger fysisk sykdom. Så det betyr mye for folk flest, og vi i rullestol er jo som folk flest, sier hun.

Selv vokste hun opp i en friluftsfamilie, og lærte tidlig gleden ved å utfordre egne grenser.

– Mestringen du opplever når du klarer å komme deg til et turmål eller opp på en fjelltopp, tar du med deg videre i andre sammenhenger. Du tør å prøve flere nye ting, sier hun.

KJENNER PROBLEMENE BEST

Annett og Solvei mener det er viktig at det er rullestolbrukere som kartlegger turene. De har begge erfart at turer med merkelappen «rullestolvennlig» kan være alt annet enn det.

– For gående kan det være vanskelig å forestille seg hvordan en turvei fungerer på hjul. Når vi bruker rullestol selv, blir beskrivelsene våre mer presise. Vi vet rett og slett best hvilke utfordringer vi møter på og hva vi må se etter, sier Solvei.

MANGFOLD AV TURER

I tillegg påpeker de noe som burde være en selvfølge, men som ofte ignoreres: Rullestolbrukere er like forskjellige som alle andre mennesker.

– Vi er ikke en ensartet gruppe, heller ikke når vi skal ut på tur, sier Annett.

– Form og styrke varierer like mye for oss som for andre. Det som er en enkel tur for noen, kan være kjempetungt for andre.

Hun smiler og velger et eksempel hun kjenner godt:

– Solvei er et råskinn av et friluftsmenneske som legger ut på lange turer og kommer seg frem over alt. Jeg derimot, er glad i være på tur,



HØYT OVER BYEN: Bergens mest berømte utsiktspunkt, Fløyen, 320 meter over havet. Utsiktsplattformen er tilrettelagt for rullestolbrukere.

men jeg er ikke helt der, sier hun og ler godt.

Behov og ønsker er forskjellige. Nettopp derfor prøver de å legge ut så nøyaktige beskrivelser som mulig, slik at folk selv kan bedømme om turene passer for dem. Av samme grunn er bredde og variasjon i turmål og vanskelighetsgrad viktig.

– Vi velger ti turer i året, og vil ha med hele spennet: Fra de enkleste turene, som du kan trille sammen med oldemor, til de mer utfordrende, som ikke passer for alle uten at man har rett utstyr eller hjelp, sier Annett.

I informasjonen om turene pleier de å skrive hvilket utstyr som trengs. En lett, manuell rullestol er for eksempel ikke det samme som en kraftig, elektrisk.

TØFF TOPPTUR

Blant de ti turmålene Annett og Solvei kartla og la ut i 2022, var den populære turen fra Fløyen til Rundemanen, et av de sju fjellene rundt Bergen.

Turen er 7,2 kilometer lang, har en stigning på 305 høydemeter totalt, byr på nydelig utsikt fra toppen og har fått merkelappen «krevende».

– Solvei klarer turen alene. Hun bruker lang tid opp, og desto kortere tid ned igjen, røper Annett om turvenninnen og ler godt igjen.

– Snakker vi råkjøring?

– Hun kaller det ikke råkjøring, men det gjør jeg!

Annett koser seg også på kortere, enklere skogsturer, men synes likevel at turen opp til Rundemanen var en spesielt flott opplevelse – selv om hun trengte hjelp og var sliten etterpå. Mange andre har også latt seg friste til å ta turen. Registreringer hvor folk selv loggfører turene sine på appen til ut.no, viser at Rundemanen var den mest populære «Ti på hjul»-turen i 2022.

– Det er morsomt, og viser at også rullestolbrukere ønsker utfordringer, sier Solvei. ●

Grønn lunge på gammel grunn



FREMTIDENS OMRÅDE: En park for alle på historisk grunn.
(Illustrasjon: Rambøll/Henning Larsen)

Målet for Oslo middelalderby er klart: Å skape et sammenhengende kulturarvsted, en grønn, historisk lunge for alle. Men hvordan gjør de det?

Gamle bygg under digre presenninger, brummende gravemaskiner og ivrige arbeidsfolk med verneutstyr: Det er travelt i Oslo middelalderby, som ble etablert i omtrent år 1000. I over 600 år var det liv og røre i byens gater, hus, kirker og klostre, men 17. august 1624 ble den rammet av en brann så voldsom at størstedelen av byen ble utslettet. Kong Christian IV ga deretter ordre om å gjenreise byen et annet sted, nærmere Akershus festning.

BLE GLEMT

Årene gikk og det som engang var en by ble stadig mer gjemt og glemt under tykke lag med jord og eng. Men så, i forbindelse med etableringen av jernbanen på 1800-tallet, ble området gravd opp og gammel historie avdekket. Og det er den historien som skal ivaretas i det store Middelalderpark-prosjektet: Under jordens overflate skal BaneNors nye Follobane gå i tunnel. Oppå skal området både utvides – takket være tunnelen – og tilbakeføres. Målet er et sted anno 1300-tallet, som samtidig innfrir kravene til universell utforming.

Det universelt utformede trikkestoppet Middelalderparken åpnet våren 2021, hvis alt går etter planen skal den nye Middelalderparken åpnes sommeren 2024. BaneNor har en del

av prosjektet, Oslo kommune en annen: BaneNor skal tilrettelegge terrenget med historiske streter og allmenninger, etablere et amfi med sitteplasser, en aktivitetsplass og tilbakeføre ridderturneringsbanen. Oslo kommune er ansvarlig for infrastruktur, belysning, møblering, beplantning og formidlingstiltak.

HISTORISKE HENSYN

– Her møtes historien og byutviklingen. Riksantikvaren er involvert hele veien. Man skal ivareta mange ting og ingenting er enkelt. Samtidig skal man utvikle, det er mange aktører, planer og interesser, fastslår Stine W Torbergsen fra Oslo kommunes kulturretat. Hun er programleder for Middelalderbyen.

– Landskapsplanen fra 2016 skal realiseres, og de historiske hensynene veier tyngst.

Nettopp for å ivareta interesser møter hun og overingeniør-kollega Rudi Hjermann prosjektleder for Oslo kommunes tilgjengelighetsprosjekt, Jan Tore Lindskog. Han på sin side har involvert tilgjengelighetsrådgiver i Norges Handikapforbund, Elin Vang Kristiansen.

– For alle prosjekter trenger brukermedvirkning, forklarer Lindskog.

Og selv om universell utforming er implementert, gjenstår fremdeles enkelte detaljer i pro-



→ sjekteringen. Prosjektet har fått tilskudd på fem millioner kroner til universell utforming fra Tilgjengelighetsprosjektet.

MED PÅ LAGET

– Hvordan tenker du det er best at vi involverer oss så vi får med oss alt vi ønsker i forhold til universell utforming? spør Jan Tore Lindskog og utdyper:

– Teknisk krav er bare et minimumskrav, jeg

ser at vi av og til trenger noe mer, det er ofte ikke så mye som skal til, kanskje er det bare noen enkle detaljer som skaper de beste brukerløsningene.

Handikapforbundets Elin Vang Kristiansen er enig. Hun påpeker også at universell utforming ikke bare er et selvsagt krav, men at det kan gi mange nye besøkende.

– Se bare på Eidsvollsbbygningen. Da den ble



STORE PLANER: Stort område krever store og detaljerte planer. Ansvaret for området er delt mellom BaneNor og Oslo kommune. Programleder Stine W. Torbergsen viser hvordan det skal bli.

tilgjengelig, ble den så utrolig mye mer besøkt. Og Akershus slott er et bygg som nå er blitt gjort tilgjengelig for alle, ved klok bruk av løfteplattformer og ramper og som vi er veldig glade for. Slottet er et middelalder- og renessansebygg, så alder er ingen hindring, konstaterer hun.

Vang Kristiansen påpeker det hun mener mange glemmer:

- Universell utforming handler ikke bare om en liten gruppe i rullestol, nei, du må tenke på folk med barnevogn, med rullator, med stokk og med krykker. Dessuten blir varelevering og vedlikehold mye enklere på steder med universell utforming. Der det er gode gangsoner vil også synshemmede og blinde enklere komme seg rundt.

HENGER SAMMEN

Middelalderparken utgjør et svært område, snaut 6000 mål, og inneholder flere bygg og levninger etter sådanne. Inne i Bisperommet åpnet helt på tampen av november 2022 tidsmaskinen Oslo 1324, som viser hvordan det var her i tidligere tider.

- Det skal få en ny inngang bak, sier overingeniør Rudi Hjermann.

Dagens inngang er ikke mulig å bruke med rullestol eller barnevogn.

MANGE TIPS

Rett ved Ladegården er Minneparken. Den inneholder Olavsklosteret og Korskirken – og ruinene av hovedstadens aller første domkirke, Hallvardskatedralen.

- Vi etablerte en gjennomgang. Denne rampen kom opp i 2016/17, forteller Lindskog og Hjermann, som samarbeidet om denne løsningen: Før var det umulig å ta seg frem fra



FULL RULLE: Hvis alt går etter planen skal det hele være ferdig sommeren 2024. I mellomtiden jobbes det iherdig.



PÅ Plass: Før var det ikke mulig å komme inn her, men dette løste utfordringen. Rampen og plattformen går fra ruinene og bort til Olavsklosteret og Korskirken.

Minneparken og mot klosteret på hjul.

- Vi ønsker å videreføre den, sier Hjermann. Lindskog kikker seg rundt i selve kirkeruinen, og spør:

- Hvordan kan vi løse tilgjengeligheten her? Handikapforbundets Elin Vang Kristiansen tipser om løsningen ved domkirkeruinene på Hamar.

- Der er det bygget opp gangveier som ligger



→ som en bro over. Det gir både en helt annen tilgang og opplevelse.

Et stykke unna ligger Saxegården fra 1800-tallet. Under arbeidet med Follobanen fikk bygget setningsskader, og deler av murene sank nesten 40 cm. Dermed måtte bygget sikres med et indre skjelett. Delegasjonen kikker på inngangspartiet, tenker høyt om mulig løsning. Rampe er en vei å gå, å heve grunnen en annen, påpeker Lindskog.

GAMLE STIER

HC-toalett, møteplasser, og benker skal på plass i parken hvor de historiske veiene, stretene som de kalles, skal bygges i accoya, et modifisert trevirke av Radiata-furu. Så om få år kan alle trække i nye spor på gammel grunn. ●

KORT FORTALT

Hva: Oslo Middelalderby. Middelalderparken åpnes sommeren 2024.

Utfordring: Skape et sammenhengende kulturarvsted i restene etter Oslos middelalderby, både gjennom formidling av stedets historie og med etablering av kulturarenaer og møteplasser innenfor området. Parkens to hovedformål er å være formidlingssted for Oslos tidligste historie, og å være nærpark for beboere og kontorer i Gamlebyen og Bjørvika.

Løsning: Tett, konstruktivt samarbeid mellom alle aktører, ivareta kulturminnene og sikre bred involvering av interessenter. Parkens historiske dimensjon har hatt høyeste prioritet ved valg av løsninger og funksjoner som skal ha plass i parken, kombinert med fokus på inkludering, tilgjengelighet og møteplasser.



TENKE SAMMEN: – Det er ofte ikke så store ting som skal til, påpeker Jan Tore Lindskog, prosjektleder for Oslo kommunes tilgjengelighetsprosjekt, som sammen med tilgjengelighetsrådgiver i Norges Handikapforbund, Elin Vang Kristiansen. (t.v.) møtte Middelalderbyens programleder Stine W. Torbergson.



YRENDE LIV: Dette bildet ble tatt på en befaring sommeren 2022, i forbindelse med seminaret Turveger med universell utforming. Det gamle togsporet er blitt et yndet turmål for mange.

Turveien som vokser

Bred, flat og lang. Slik var den nedlagte togtraseen som forvandles til en stadig lengre turvei.

Frem til 1989 var det togene som suste avsted på traseens skinner mellom Neslandsvatn i Drangedal og Kragerø by. For noen år siden var det folkets tur, da ble første fase av turveien åpnet ved Neslandsvatn. I oktober 2022 sto fase 2, mellom Eskilt og Merkebekk, klar. Dermed er gang- og sykkelveien nå blitt hele 5,5 kilometer lang.

Gjennom forhandlinger med BaneNor Eiendom overtok Drangedal kommune traseen, som er et statlig sikret friluftsområde. Tilskudd

fra Miljødirektoratet, støtte fra Sparebankstiftelsen DNB pluss spillemidler, tilskudd og trafikksikringsmidler fra Fylkeskommunen sørget for å realisere planene om en turvei. Seniorrådgiver Roger Jensen hos Statsforvalteren sier dette om resultatet:

– Den nye turvegen er blitt kjempefin. Nær på natur, praktisk og trivelig. Den betyr mye for stedets utvikling. Som sosial møteplass, med varierte aktiviteter for lokalbefolkningen. ●

Slik definerer vi universell utforming i Norge



I Norge baserer vi forståelsen av universell utforming på en amerikansk definisjon og syv prinsipper fra 1997.

Prinsippene ble utviklet av en gruppe arkitekter, produktdesignere, ingeniører og miljødesignere tilknyttet Centre for Universal Design ved North Carolina State University i USA. Arbeidet ble ledet av Ron Mace, som på 1980-tallet formulerte begrepet «universal design».

Den amerikanske arkitekten var selv rullestolbruker. Ideen om universell utforming vokste ut av en frustrasjon over begreper som «barrier free» (uten hindre) og «accessibility» (tilgjengelighet). Han mente de var stigmatiserende, fordi de ble oppfattet som spesielle løsninger for personer med nedsatt funksjonsevne. Løsninger som eksponerte handikap og annerledeshet fremfor å integrere og fremheve de som er felles menneskelig.

Mace ønsket å introdusere et designbegrep og en designstrategi som opphevet skillet mellom «dem» og «oss», som tok høyde for

det menneskelige mangfold og endringer i livstidsperspektiv. Universell utforming skal ifølge Mace gjøre produkter og omgivelser brukervennlige for alle i størst mulig utstrekning, uten behov for tilpasning.

Norske lover og forskrifter definerer konkrete krav til universell utforming i Norge – tuftet på disse prinsippene. Men prinsippene er i seg selv nyttige rettesnorer for alle som jobber med utforming.

Utforming av produkter og omgivelser som kan brukes av alle mennesker, i så stor grad som mulig, uten behov for tilpasning eller spesiell utforming.

Syv prinsipper for universell utforming

1

LIKE MULIGHETER FOR BRUK

Utformingen skal være brukbar og tilgjengelig for personer med ulike ferdigheter.

.....

2

FLEKSIBEL I BRUK

Utformingen skal tjene et vidt spekter av individuelle preferanser og ferdigheter.

.....

3

ENKEL OG INTUITIV I BRUK

Utformingen skal være lett å forstå uten hensyn til brukerens erfaring, kunnskap, språkferdigheter eller konsentrasjonsnivå.

.....

4

FORSTÅELIG INFORMASJON

Utformingen skal kommunisere nødvendig informasjon til brukeren på en effektiv måte, uavhengig av forhold knyttet til omgivelsene eller brukerens sensoriske ferdigheter.

.....

5

TOLERANSE FOR FEIL

Utformingen skal minimalisere farer og skader som kan gi ugunstige konsekvenser, eller minimalisere utilsiktede handlinger.

.....

6

LAV FYSISK ANSTRENGELSE

Utformingen skal kunne brukes effektivt og bekvemt med et minimum av besvær.

.....

7

STØRRELSE OG Plass FOR TILGANG OG BRUK

Hensiktsmessig størrelse og plass skal muliggjøre tilgang, rekkevidde, betjening og bruk, uavhengig av brukerens kroppsstørrelse, kroppstilling eller mobilitet.

Postadresse:
Postboks 1378 Vika, 0114 Oslo

Besøksadresse:
Haakon VII's gt. 9, 0161 Oslo

Telefon: 24 13 26 00
E-post: ks@ks.no

www.ks.no