



# Turområder

Universell utforming for aktive og sosiale liv





## KOMMUNESEKTORENS ORGANISASJON

The Norwegian Association of Local and  
Regional Authorities

**FORSIDEBILDE:** Turveien Hamaren i Fyresdal er del av i kommunens ambisjon om å bli landets beste på folkehelse. Les mer på side 32. (Foto: Fredrik Naumann/Felix Features)

### Ansvarlige redaktører:

Anne Gamme og  
Christian Hellevang

### Utvikling og produksjon:

Marianne Alfsen og  
Lena Storvand / Felix Media

### Journalister:

Lena Storvand, Bente Frøytlog og  
Cecilie Klem / Felix Media

### Fotograf:

Fredrik Naumann / Felix Features

### Grafisk formgivning:

Bly.as

### Trykk:

Byråservice

### Utgivelsesår: 2024

ISBN 978-82-93866-43-5

### Dette heftet er utgitt av KS

KS er kommunesektorens interesse- og arbeidsgiverorganisasjon. Alle landets 357 kommuner og 15 fylkeskommuner (per 1. januar 2024), er medlemmer, samt om lag 500 kommunale, interkommunale og fylkeskommunale bedrifter.

«Tilgjengelighet for alle gjennom universell utforming er et sentralt prinsipp for å nå viktige grupper, og skal tilstrebes der det er hensiktsmessig og der det ikke er negativt for naturverdier og opplevelseskvaliteter.»

Om friluftsliv, fra regjeringens handlingsplan «Bærekraft og likeverd – et universelt utformet Norge 2021–2025»

## Innhold

- 3 Ut på tur!
- 4 OSLO: Sommertur på skinner
- 8 OSLO: Sjøen for alle
- 10 OSLO: Bør være en selvfølge
- 12 BAMBLE: Fort for folket
- 16 VESTBY: Fra togbro til turvei
- 21 OSLO: Fjorden for alle
- 24 GJØVIK: Sammen i skogen
- 29 GJØVIK: Helse i hvert skritt
- 32 FYRESDAL: På tur over trærne
- 38 For langt mellom doene
- 42 Slik definerer vi universell utforming i Norge



## Ut på tur!

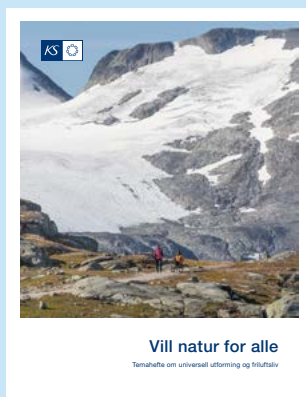
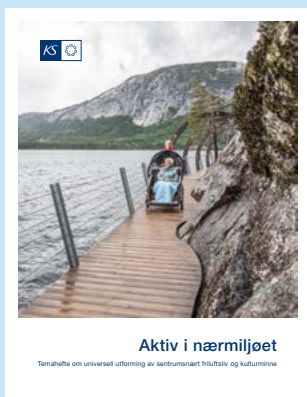
Friluftsliv er dypt forankret i vår identitet og kulturarv, og bidrar til livskvalitet og helse. Jo flere som kan være aktive i hverdagen i sitt eget nærmiljø, jo bedre for folkehelsen. Gode turveier nær der folk bor, og enkel adkomst til sjø og vannveier, er viktig.

I dette heftet viser vi frem et knippe eksempler på universelt utformede turområder, som bidrar til at enda flere kan være aktive, sosiale og høste opplevelser i naturen – 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.

Alle prosjekter støter på utfordringer. Eksemplene i heftet er ikke ment som fasit på hva som er godt nok – men som inspirasjon og læring. Vi har bevisst utfordret alle vi har intervjuet til å svare på hva de kunne gjort annerledes.

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



**FLERE HEFTER:** For enda flere eksempler på universell utforming som får folk ut på tur, bestill heftene «Aktiv i nærmiljøet» (2021), «Vill natur for alle» (2021) og «Tur for alle» (2023) fra [ordre@lupro.no](mailto:ordre@lupro.no). Alle KS' hefter er gratis.



# Sommertur på skinner

Ut av døren. Bort til holdeplassen. Inn på bussen. Ned på brygga.  
Inn på båten. Ut til sommerparadiset. Alt uten store hindre.



## «Det er ikke noen god følelse å måtte be om hjelp.»

---

Amir Hashani

En liten båttur utenfor Oslo ligger Langøyene. Det er dit han skal, Amir Hashani, den samfunnsengasjerte 33-åringen som stadig er på hjul rundt om i hovedstaden.

– Jeg liker å være på farta, sier han, som flyttet til Kværnerbyen i 2021.

### MÅ VÆRE FOR ALLE

At det skjer uten store hindre betyr alt.

– Det er ikke noen god følelse å måtte be om hjelp – eller måtte ta taxi fordi du ikke kommer inn på bussen. Funksjonshemmede blir diskriminert på så mange områder, vi kjemper hele tiden hardt for våre rettigheter. Tilbudene skal være for alle, slår Amir fast.

Bussholdeplassen er rett nede i veien, noen holdeplasser senere er det klart for avstigning på Nationaltheatret, få strakser unna kaienlegget på Aker Brygge. Derfra kjører Amir rett ombord på den elektriske Ruter-båten, som er universelt utformet. En infotavle informerer om kommende avstigninger, høytaleranlegget likeså, selv om lyden er kranglete denne dagen. Så bærer det ut av båten og inn på Langøyene.

←

**BØLGEBRYTER:** En bred bølgebryter med rekkverk leder ut til badebingen.

### UMULIG FØR

Gangveiene strekker seg over digre gressletter, leder til badeanlegg, kiosk, og en rekke toaletter. Øya er et yndet turmål, men lenge var den umulig å oppleve for Amir.

– Uten grepene som nå er tatt, hadde jeg kanskje kommet meg inn på land her, men jeg hadde aldri kommet lenger enn det. Det hadde vært sånn at ja, her er det kjempefint, men du kan bare glemme å se mer, det er ikke for deg, forklarer Hashani.

– Da hadde det bare vært å ta båten tilbake.

### ENKELT NÅ

Men nå entrer han området som har vært gjennom en kraftig transformasjon, sjekker ut amfiet og bølgebryteren, nærmer seg badebingen, slår fast at badetemperaturene i Norge ikke er helt for ham, stopper ved kiosken, suser videre, høyere, når toppen, med utsikt til båtanløp og fastland.

At han plutselig står fast i en bratt bakke skyldes kun hans eget vågemot.

– Jeg liker å ta sjanser, det går som oftes bra, ler han, vel vitende om at akkurat denne veien ikke var ment for rullestol.

– Jeg visste ikke at det var et så stort og fint sted her ute, det er veldig gøy å se alt som er gjort her. Jeg vil absolutt tilbake. ●

→



### 1. HJEMMEFRA

Turen starter rett utenfor leiligheten der Amir Hashani bor.



### 2. PÅ VEI

Første stopp på vei til Langøyene er bussturen til Nationalteatret i Oslo.



### 3. BUSS

God plass til rullestolen på bussen denne dagen.



### 7. NYTT KAIOMRÅDE

Det gamle kaiområdet ble revet opp og erstattet av en flytebrygge og venteområde.



### 8. SNACKS I FARTA

Gangveien leder rett fram til kiosken, som stod ferdig i 2023, og fortsetter videre.



### 9. AMFI

Støttemuren er formet som et amfi. Amir kan trille hele veien bort.



#### 4. KURS MOT BRYGGA

Aker Brygge neste.



#### 5. RETT OM BORD

Fra Aker Brygge går ferden om bord i hurtigbåten.



#### 6. FULL OVERSIKT

Både skjermer og høyttalere informerer om neste stopp. Heis i båten gjør at Amir kan komme opp på soldekket under overfarten.



#### 10. BØLGEBRYTER

En bred bølgebryter med rekkverk leder ut til badebingen.



#### 11. GOD UTSIKT

Stiene går på kryss og tvers på Langøyene. Mange passer for rullestol, noen er for bratte.



#### 12. RETUR

Å reise hjem igjen går like lett, uten hjelp.



# Sjøen for alle

Nye kaianlegg og båter har gjort øyene utenfor Oslo til et turmål for alle.

Før var både båter og brygger en kronglete affære. Nå er det elektriske, universelt utformede båter som frakter folk fra hovedstaden til flere øyer i indre Oslofjord.

Kaianleggene har ulike løsninger, felles for alle er at man enkelt kommer seg på land samme om man går, triller eller ruller.

– Når du bygger nye ting skal du ifølge lovverket legge til rette for flest mulig. Det er et resultat av politisk vilje som vi nedover i systemet legger til grunn i vårt arbeid.

Slik lyder oppsummeringen til Halvor Jutulstad, leder for plan- og infrastruktur i Ruter.

– Det er ikke Ruter som eier bryggene, heller ikke vi som pusser dem opp, men det

er vi som stiller krav. I Ruter er vi svært opptatt av å jobbe for løsninger som gjør at alle skal ha muligheten til å benytte tilbudet vårt, understreker Jutulstad.

Det kan blant annet handle om valg av brygger.

– For eksempel at en flytebrygge er det beste for kundene våre, fordi den alltid vil ha riktig høyde. Noen steder er det bygget brygger med to nivåer. Flytebrygge krever mer vedlikehold, men Langøyene er en av de mest brukte bryggene og vi hadde et sterkt ønske om en slik løsning der, og Oslo kommune valgte å høre på oss, sier Jutulstad.

Det er Oslo kommune som eier bryggeområdene, og som står for byggingen. ●





### **Dette er gjort:**

#### **2021**

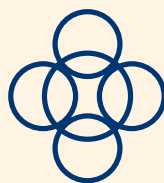
- Eiendoms- og byfornyelsesetaten bygget en ny universelt utformet flytebrygge på Langøyene.
- Bymiljøetaten bygget om bryggen på Hovedøya til en flytebrygge.
- Oslo havn bygget nye brygger med to nivåer på Lindøya og Nakholmen.
- Boreal erstattet den gamle flytebrygga på Aker Brygge med en ny. Den gamle ble gjenbrukt på Hovedøya.

#### **2022**

- Bymiljøetaten bygget ny brygge i to nivåer på Gressholmen.

«I Ruter er vi svært opptatt av å jobbe for løsninger som gjør at alle skal ha muligheten til å benytte tilbudet vårt.»

Halvor Jutulstad



# Bør være en selvfølge

Universell utforming bør være så selvfølgelig at det ikke trengs å nevnes, mener prosjektleder Truls Korsæth.

Korsæth har bidratt til forvandlingen av Langøyene.

– Det er en attraksjon å ha en så flott badeøy rett utenfor hovedstaden. Hvis den ikke var tilrettelagt, ville det være helt feil, fastslår prosjektlederen i Bymiljøetaten i Oslo kommune.

I en årrekke, fra begynnelsen av 1900-tallet ble deler av Langøyene brukt til søppeldeponi (fra 1908 til det ble avvirket i 1948). Mange tiår etter at virksomheten ble avvirket, ble det i 2013 oppdaget lekkasjer fra giftig avfall. Senere startet arbeidet med å lage nytt overdekke, og sikre fyllingen både i sjøen og på landsiden.

## LA NYE PLANER

I den forbindelse ble det også lagt nye planer for området. Resultatet er nytt kaianlegg, nye turveier, nye toalettbygg/servicebygg, ny kiosk og en strandsone. Første del var ferdig i 2022

og sommeren 2023 var den første reelle drifts-sesongen.

– Vi laget et badeanlegg for alle, med en lang og bred bølgebryter som alle kan komme utpå og bruke som plattform for soling, og med en badebinge. Det ble noe helt annet enn bare en stor, åpen strand, sier prosjektlederen, som mener universell utforming egentlig ikke burde være noe tema.

– I mitt hode er det så selvfølgelig, så hvorfor skal vi engang måtte nevne det?

## VEDLIKEHOLD VIKTIG

For at området skal fungere er vedlikehold alfa og omega.

– For eksempel å passe på at grusen er av en slik beskaffenhet at den passer for rullestolbrukere. Etter kraftige regnskyll, for eksempel. Man må ikke la ting gå til forfall, da er det lettere for folk å gi blaffen i å holde det fint. ●



### Løsningene:

- Ny kai
- Publikumstoletter/servicebygg flere steder
- Støttemur i naturstein mellom strand og slette, formet som et amfi
- Tilrettelagte gangveier som er tilpasset universell utforming
- Kioskbygg
- HC-rampe fra stranden og ut i sjøen, med en badebinge koblet på
- Sandvolleyballbane

### Dette kunne vi gjort annerledes:

– Hadde det vært mer penger, ville jeg nok laget en bølgebryter på andre siden, for å ramme inn stranden. Og med tanke på det driftsmessige kunne dusjene kanskje vært utformet litt annerledes, sier Truls Korsæth.

«I mitt hode er det så selvfølgelig, så hvorfor skal vi engang måtte nevne det?»

Truls Korsæth

# Fort for folket

Det var ikke så mye som skulle til for å åpne Tangen fort for folket.

– Altså, kroppen er ferskvare, så du må holde den i gang. Hvis ikke, så går det ikke!

Arvid Laume er klar i sin tale, og lever som han snakker. 88-åringen er på sin daglige rundtur ved Tangen fort, rett utenfor Langesund sentrum i Bamble.

Under andre verdenskrig bygget okkupasjonsmakten bunkere, tunneler og fjellhaller i området. Frem til 1996 ble det brukt av Sjøforsvaret, to år senere åpnet staten det for allmennheten, og i 2018 tok Bamble kommune et større grep som gjorde det tilgjengelig for alle.

## PÅ HJUL ELLER BEN

En av de flittige brukerne av det fredete naturreservatet er Arvid Laume. Etter en alvorlig sykkelulykke i 2018 var han ute av stand til å gå, men etter iherdig opptrening klarte han først å forsere 50 meter, så 100. På en god dag kan han nå fint holde det gående i tre kvarter. Dagsformen avgjør lengden, men han tar uansett turen til fortet i Bamble.

Oftest går han, noen ganger bruker han sitt motoriserte kjøretøy, og samme hva han velger, er det null problem å ta seg frem. For Bamble kommune har altså tatt grep.

Mange av stiene er varsomt utvidet og har fått egnet dekke som ivaretar røtter, og som

samtidig tåler heftig regn. I tillegg er en rekke humper, hull og utfordrende sti-vinkler erstattet med tilsvarende gang- og trillevennlige løsninger.

I motsatt ende av porten, på sjøsiden, er det anlagt en sløyfe med smidd rekkverk. Tidligere var det umulig å komme helt ut på tuppen for å nyte utsikten. Her er det også montert kikkerter i to høyder, og etablert sitteplasser i form av solide benker med armlener. Også langs stiene er det rikelig muligheter for pauser på slike.

## PÅ HILS

– Det er helt imponerende, skryter Laume, og fortsetter:

– Her kan du gå så sakte du vil, så fort du vil, langt eller kort, og bli akkurat så lenge du vil. Og at det er mange benker utover, det er helt maks. Dessuten er det veldig godt å gå på dette underlaget. Asfalt er ikke noe for meg, sier han, som er vokst opp rett i nærheten. Han bodde imidlertid utenbygds i over 70 år før han flyttet tilbake etter at han ble alene.

På sin daglige tur året rundt treffer han folk fra hele distriktet.

– Alt fra barnehager på tur, til eldre folk, det er mange faste som går her, et ektepar tar til og med turen fra Skien hver dag. Det er så populært at det nesten er for mange her, fleiper han.



**SER LANGT:** Heftig utsikt fra turområdet. Herfra ser man helt til Langøya fyr, og videre inn mot Vestfold.





«Så lenge du er helt frisk, tenker du kanskje ikke over disse tingene, men det skal ikke mye til før det blir kronglete.»

Arvid Laume



**1) TUR HVER DAG:** Hver dag tar Arvid Laume seg en tur, han går gjerne ved Tangen fort.

**2) NYTT:** Det ser kanskje gammelt ut, men rekkverket er nysmidd – og utformet for å passe inn.

**3) HISTORIEN:** Før var dette et kystfort. Fortet ble lagt ned i 1993. Nå er det et åpent turområde.



## → GJORDE JOBBEN SELV

En rekke aktører var involvert i planleggingen av prosjektet: Fylkesmannens miljøavdeling, fylkeskommunen, ergoterapitjenesten, rådet for mennesker med nedsatt funksjonsevne og representanter for frivilligheten. Målet var finne løsningene som kunne ta vare på den skjøre, unike naturen og samtidig gjøre området tilgjengelig. Prosjektet kostet en snau million kroner.

– Det var egentlig ikke så mye som skulle til for å åpne fortet for folket. I dette prosjektet gikk pengene til arbeidet, pluss benker og bord, jeg synes vi har fått til mye for en billig penge, sier driftsleder Bjørn Salvesen.

Selve jobben gjorde Bamble kommune selv. Det var en bonus i seg selv, mener driftslederen.

– De som jobbet på det, ble veldig stolte av å lage noe slikt som dette og tok veldig eierskap til prosjektet, det i seg selv er også verdifullt, påpeker han.

## ØKT BEVISSTHET

Ved siden av jobben drev Arvid Laume i mange år med førerhunder. Familien var førverter og via dette arbeidet økte bevisstheten om hindrene mange mennesker møter i hverdagen.

– Jeg er opptatt av at det skal være greit å bo i Norge om man er ung, gammel, funksjonsfrisk eller funksjonshemmet, for å si det på den måten. Og nå blir vi bare flere og flere eldre, det er en utfordring. Så lenge du er helt frisk, tenker du kanskje ikke over disse tingene, men det skal ikke mye til før det blir kronglete. Det er nok å brette et bein. Først da skjønner man hvor vanskelig det kan være, sier 88 år gamle Arvid Laume. ●



Bjørn Salvesen,  
driftsleder

## Løsningene:

- Gjerder og rekkverk, blant annet på bunkeren ved kommandoplassen i syd
- Gjerde og kort mur på utsiktsplassen over Rognsfjorden i vest
- Rekkverk på trappen ved oljebunkersen, som leder opp til hovedstien
- Utbedring av stinettet i form av utvidelse, dekke og transportløsninger
- Benker med armlener plassert med jevne mellomrom
- Bord
- Tre tilgjengelige utkikkspunkt på løypa
- Kikkerter på ett av utkikkspunktene
- Hogst for bedre utsikt

## Dette kunne vi gjort annerledes:

– Det er klart vi hadde ønsket å ha mer penger til å gjøre enda mer. Men jeg synes vi har utnyttet midlene vi fikk til prosjektet veldig godt innenfor det vi hadde lov til å gjøre på dette området, sier Bjørn Salvesen.

«At kommunens egne folk gjorde jobben ga en ytterligere bonus, for folkene fikk ekstra eierskap til prosjektet.»

Bjørn Salvesen

**HØYT OVER HØLEN:** Marianne Brattås var glødende engasjert i kampen for bevaring av Hølenviadukten, og er glad for at togbroen er gjenåpnet som turvei.



## Fra togbro til turvei

Med et godt grep om krykkene marsjer Marianne Brattås (49) over Hølenviadukten – den gamle jernbanebroen som er blitt en lett tilgjengelig og populær turvei.

– Jeg må ut på tur, mange ganger i uka, sier Marianne.

I dag har hun gått fra hjemmet sitt på nord-siden av sentrum til Hølenviadukten. Krykkene bruker hun fordi hun har artrose.

– Det er bedre å få litt småvondt i kroppen etter at jeg har vært aktiv, enn å stivne helt fordi jeg har sittet i ro. Jeg bruker gjerne turveien som utgangspunkt for å gå videre inn i skogen – med krykker der også.

### **KAMP FOR KULTURMINNE**

Vestlandsdialekten røper at den ivrige mosjonisten er innflytter i Hølen, det lille tettstedet under den gamle jernbanebroen i Vestby kommune. Da hun etablerte seg her, hadde togtrafikken på Østfoldbanen for lengst blitt flyttet over på nytt dobbeltspor. Hølenviadukten var avsperrert og forfalt i flere år mens diskusjonen gikk om hva som skulle skje med den: Rives eller bevares?



## «Det er bedre å få litt småvondt i kroppen etter at jeg har vært aktiv, enn å stivne helt fordi jeg har sittet i ro.»

Marianne Brattås

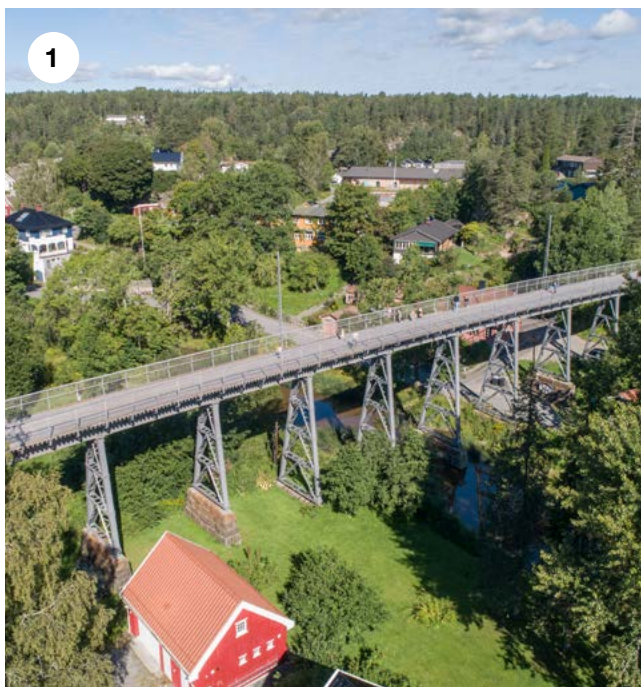
Marianne var blant dem som engasjerte seg for restaurering:

– Viadukten er et kulturminne og har alltid vært viktig for Hølen, som et bindeledd mellom sør og nord og som et kjennetegn. Broen er veldig iøynefallende der den går høyt over elva, du ser den fra mange retninger, sier hun.

Etter hvert ble det anlagt turveier på begge sider av broen, men viadukten sto igjen som et brudd og «missing link». Turgåere måtte ned i Hølen sentrum og opp igjen på andre siden av

elva hvis de ville følge turveien.

Saken ble løst da Vestby kommune kjøpte Hølenviadukten av Bane Nor for én krone – mens Bane Nor, fylkeskommunen og Miljødirektoratet var med på å finansiere rehabiliteringen. Broen gjenåpnet i nyoppusset drakt sommeren 2021, som en lett tilgjengelig gang- og sykkelvei. Nå knytter viadukten sammen sør- og nordsiden av Hølen, og skaper en sammenhengende turvei på fem kilometer fra Kjennstjernet til Sonsveien stasjon. Hele turveistrekningen er et statlig sikret friluftsområde. →



**1) PÅ BANEN:** 150 meter lange Hølenviadukten binder sammen den gamle togtraseen mellom Kjenn og Sonsveien stasjon til en sammenhengende turvei. **2) SUSER AV GÅRDE:** Togsplattene er borte og på selve brua ligger nå et tredekke som passer for gående, syklende og alle andre på og med hjul.



**NATUR OG KULTURHISTORIE:** Portalen med «Smaalensbanen» markerer starten på turveien i nord.

## → TRANSPORTÅRE MIDT I NATUREN

Esben Eyde, friluftskonsulent i Vestby kommune, er storfornøyd. Den nye turveien passer for de fleste, uavhengig av funksjonsnivå, uten at store grep måtte tas.

– Det er jo genialt å bruke gamle jernbanespor: De er i utgangspunktet flate, sier han.

Med på kjøpet får man spennende kulturhistorie, småbroer og andre elementer fra den gang toget gikk langs traseen. Turveien og viadukten er skiltet med informasjon om Hølen og Smaalensbanen.

Kommunen har ikke hatt tellere i funksjon, og har derfor ikke nøyaktige tall på hvor mange som bruker veien.

– Det har tatt litt tid for folk som bor i området å innarbeide nye vaner, men det siste året ser vi

at stadig flere bruker veien både som turløype og som transportåre til skole, barnehage, jobb og togstasjon, sier Esben Eyde.

Broen er også et trekkplaster i seg selv, mange kommer for å se på den.

Friluftskonsulenten er glad for alt som gjør det enklere for folk å komme seg ut.

– En ting er verdien av å holde seg i form, men det er også veldokumentert at det å være ute i naturen er bra for oss. Selv om turveien ligger i et ganske urbant område, ikke så langt fra trafikken på Osloveien, får man likevel gode naturopplevelser, sier han.

Kristina Dignes, fagkoordinator for friluftsliv i Viken fylkeskommune, er av samme oppfatning.

– Det har vært viktig å få på plass et turtillbud



**PUST I BAKKEN:** Rasteplass med benker og bord ved Kjennstjernet.

som er naturlig flatt, i et område hvor det ellers ikke er mye tilrettelagt, sier hun og fortsetter:

– Det aller beste med denne turveien er jo at den er attraktiv for alle – uten å være laget spesielt for folk med funksjonsnedsettelse.

### **POPULÆRT**

Ute på Hølenviadukten stopper turgåer Marianne opp og hviler seg på krykkene mens hun nyter utsikten fra den luftige broen.

– Det er fint å se Hølen ovenfra, mener hun.

Forbi henne passerer syklister, barn fra aktivitetsskolen og folk til fots.

– Selv om jeg liker å gå i skogen, er det også fint med et tilrettelagt tilbud. Jeg er ikke i tvil om at vi er blitt flere som går tur i Hølen. ●



Kristina Dignes,  
fagkoordinator for  
friluftsliv i Viken  
fylkeskommune

### **Løsningene:**

- Rehabilitering jernbanebro til flat og lett tilgjengelig gang-, sykkel- og turvei
- Broen binder sammen allerede eksisterende turveier til en sammenhengende trasé på fem kilometer mellom Kjenn og Sonsveien stasjon i Vestby
- Nye gjerder, rekkverk og håndløpere
- Tredekke på den 150 meter lange broen, asfalt og grus av varierende kvalitet på turveien nord og sør for broen
- Belysning
- Benker
- Skilting med informasjon og «Smaalensbanen» og Hølen tettsted

### **Dette kunne vi gjort annerledes:**

– Bedre adkomstmuligheter fra Hølen sentrum opp på broen. Dagens to adkomster fra sentrum er noe bratt på begge sider av elven. Med rullestol bør du enten ha sterke armer eller el-stol, sier Kristina Dignes, fagkoordinator for friluftsliv i Viken fylkeskommune.

– Bedre dekke på turstien sør for broen. Her inneholder grusen kassert asfalt, som er grov og ikke ideell å rulle på. Det er en merkbar forskjell fra dekket på nordsiden, hvor det er lagt en finere type subbus-grus, som pakker seg til et fast og stabilt underlag, sier friluftskonsulent Esben Eyde i Vestby kommune.

**NYTT TILBUD I OSLO:** Sonia Marløv ruller enkelt og greit ut på baderampen på Huk. Det jevne underlaget er fint også for alle som bare trenger et stødig underlag for å komme seg ut i vannet



# Fjorden for alle

Rullestolen er ingen hindring når Sonia Marløv (25) skal teste den nye baderampen på Huk i Oslo. Temperaturen i vannet er det verre med.

– Jeg bader aldri i Norge, men hva gjør man ikke for saken, sier hun leende og sikter til engasjementet sitt for universell utforming.

Sonia bruker rullestol og har blant annet vært med på å kartlegge tilgjengeligheten i kollektivtrafikken i Oslo for Ruter. I dag har hun tatt bussen fra Nydalen, hvor hun bor, ut til den populære stranda Huk på Bygdøy.

## MÅTTE UTBEDRES

På Huk har kommunen gjort adkomsten lettere tilgjengelig for alle ut til badeplassen. Det er bygget en bred og sammenhengende badeplattform i tre, 60 meter lang, med en rampe hvor man kommer seg trygt ut i vannet enten man bruker rullestol eller trenger et stødig underlag å gå på. Tidligere måtte man krysse sanden for å komme frem til den gamle baderampen. Nå slipper man å være engstelig for å snuble i sanden eller stå fast med hjulene.

– Vi fikk mange henvendelser fra publikum som ønsket seg bedre tilgjengelighet, enten de skulle bade eller gå tur, sier arkitekt og prosjektleder Jens Åke Jensen i Bymiljøetaten.

– Mange opplevde det som utrygt å ferdes her, sier han.

Området på Huk var uoversiktlig, med asfaltstier som plutselig sluttet og gikk over i gruspartier. Kantlinjer manglet flere steder, og deler av asfalten smuldret opp og gled ut i sanden.

## PASSER FOR MANGE

Anlegget med ny baderampe sto klart til badesesongen 2023, og Sonia ruller ut til vannkanten uten problemer. Rullestolen står igjen på rampen mens hun støtter seg videre utover på rekkverket. Det er 20 år siden sist hun badet i Norge.

– Unnskyld, nå kommer det nok noen gloser, advarer hun idet tærne treffer vannflaten.

Garvede badedamer lenger ut på brygga melder om maks 16 grader i Oslofjorden denne sensommerdagen. Men Sonia dypper seg bestemt. Og glosene – som ikke skal gjengis – kommer som bestilt.

Dukkerten blir ikke lang. Hun tar seg hutrende tilbake til rullestolen.

– Baderampen er fin, men det er steinete på bunnen der man går uti, og det er litt vanskelig for meg, sier hun før hun ruller av gårde for å skifte på et av HC-toalettene i servicebygget. →



**1) GODT SYNLIG:** Siste del av håndløperne er markert med gult. **2) PRAKTISK OG MILJØVENNLIG:** Den nye adkomsten og baderampen er 60 meter lang og gjør det mulig å komme seg til vannkanten uten å krysse sanden. Trerampen ligger oppå terrenget, og kan fjernes uten å lage sår i naturen.

## → HØRTE PÅ BRUKERNE

Bymiljøetaten la vekt på brukermedvirkning gjennom prosessen med ny baderampe – noe som førte til konkrete endringer fra tegnebord til ferdig resultat: Den første skissen til tredekket var smalere, men ble bygget bredere etter innspill fra brukergruppene. Dermed ble det bedre plass og folk kan møte og passere hverandre uten å gå ut på siden av rampen.

– Flyten ble bedre, og det oppleves tryggere, mener Jens Åke Jensen.

## NATURHENSYN

Tredekket har tydelige kantlinjer, men ikke rekkverk før man er ute på selve baderampen. Rekkverk hele veien kunne vært nyttig for

enkelte brukergrupper, men ville gitt et mer ruvende uttrykk.

Målet har vært å ikke ødelegge naturopplevelsen – samtidig som området ble mer tilgjengelig for flere grupper. Huk er et naturvern-område, hvor det ikke er lov med permanente inngrep på svabergene. Det er ikke sprengt bort stein i forbindelse med arbeidet.

– Alt er gjort så skånsomt som mulig. Vi har lagt duk, fundamentert og bygget tredekket slik at det kan løftes bort igjen, forklarer prosjektlederen.

Tredekket ble valgt fordi det oppleves som et varmere og mer naturlig materiale enn betong i strandsonen.

– Tredekket koster mer å vedlikeholde, men Huk er en av Oslos mest besøkte strender, og vi



**3) PÅ BADERAMPEN:** Ny utedusj med to høyder, midlertidig stengt på grunn av vannlekkasje da bildet ble tatt.

må også tenke på å lage et område som er inviterende og inkluderende, sier Jensen.

Han understreker:

– Et område som Huk blir aldri «ferdig» universelt utformet. Nå får vi se hvordan folk opplever løsningene i denne fasen, og så bygger vi videre på de erfaringene i neste fase.

### IKKE OVERBEVIST

Etter badet sitter Sonia godt innpakket i varm hettegenser prydet med logoen til favorittartisten, TIX.

– Frister det med flere dukkerter i fremtiden?

– Nei, nei, nei! Rullestolrampe eller ikke: Det er for kaldt å bade i Norge – det kommer jeg fortsatt bare til å gjøre når jeg er i varmere land. ●



Jens Åke Jensen,  
arkitekt i Bymiljøetaten,  
Oslo kommune

### Løsningene:

- Sammenhengende 60 meter lang og bred trerampe sikrer adkomst ut på stranda
- Tredekke som er enkelt å gå og rulle på
- Baderampe hvor rullestol kan komme helt ut i vannet
- Håndløpere på begge sider av baderampen
- Badestige ved brygga
- Benker
- Utedusj med to forskjellige høyder
- Utforming tilpasset terrenget i strandsonen
- Trekonstruksjon som kan demonteres uten å lage sår i naturen

### Prislapp:

3,5 millioner kroner

### Dette kunne vi gjort annerledes:

– Undersøkt og prøvd ut nedsenket rampeløsning i sjøen for rullestolbrukere som må bade i stolen. Det ville krevd annen plassering og alternativ fundamentering; det er ikke lov å støpe betongfundament på sjøbunnen, sier Jens Åke Jensen, arkitekt i Bymiljøetaten, Oslo kommune.

# Sammen i skogen

**Harald Fjeldstad (41) er en aktiv type  
– også etter ulykken hvor han ble lam.**

27 år gammel falt feier Fjeldstad ned fra et tak og ble lam. 14 år senere er han, datteren Julie (6) og den viltre valpen Fant på vei ut i skogen ved Øverby, en liten kjøretur hjemmefra. Forrige gang gjorde de det til en koselig dagstur, hadde med niste og var ute i godt over 2,5 timer.

– Vi prøver å få jentungen til å bli like glad i naturen som det vi selv er. Det gjelder å komme seg ut, sier Harald.

## **AKTIV ÅRET RUNDT**

Tidligere var dette en smal, hulleste sti, full av snuble-røtter, groper og utilgjengelige strekk. Så tok Gjøvik kommune grep og forvandlet den til en tursti for alle. Det er rikelig med parkering på grusplassen rett ved.

– Jeg har alltid vært veldig aktiv, og glad i å stå på ski, spille hockey og sykle, sier Harald. Det gjør han fortsatt.

– Piggekjelke med hjul om sommeren, langrennskjelke om vinteren, armsykkel og kjelke til hockey, ramser 41-åringen opp, og legger til:

– Jeg har trent så mye, ikke helt klart å skru av bryteren, men jeg spiller ikke hockey aktivt len-

ger. Jeg må ta det litt roligere, jeg har jo familie – og en kropp som bærer preg av litt slitasjer.

Retten ved skogsstien ligger et asfaltert løypeanlegg.

– Der pigger jeg gjerne langrenn om vinteren.

## **VIRKELIG MED**

For mange år siden hadde Harald en bokser ved navn Odin, nå er det cairnterrieren Fant som ivrer innover stinettet som snor seg rundt i skogen. Som regel bruker han manuell rullestol, men denne sensommerdagen er det den elektriske som gjelder. Da er han garantert trygg fremkomst.

– Jeg er den typen som fort kan tenke «vi bare prøver!», men med denne vet jeg at jeg kommer meg trygt frem. Når jeg er ute med jentungen, er jeg mer påpasselig. Da vil jeg nødig sette meg fast.

Han har også en type beltegående elektrisk stol som kan ta seg frem i tøffere terreng.

– Den bruker jeg også mye på vinteren når vesla skal bort i akebakken. På den måten kan jeg virkelig være med, ikke bare vente et stykke unna, forklarer han.



«Her kan hele  
familien virkelig komme  
seg ut i skogen, kose seg  
og dele naturopplevelsen.  
Det viktigste er at vi  
er samlet.»

---

Harald Fjeldstad





## → BEFRIENDE

Før Harald Fjeldstad skadet seg, var han ikke særlig bevisst på universell utforming.

– Nei, det var egentlig ikke i mine tanker, jeg kjente for eksempel ingen som satt i rullestol.

Men etter ulykken opplevde han viktigheten og verdien av det.

– For mange kan det være en bøyg å komme seg ut, og det er ikke morsomt å oppleve at det ikke er tatt hensyn til, om det så er snakk om manglende HC-toaletter på en festival. Er det ikke lagt til rette, blir det bare ekstra styr og det legger et lokk på stemninga. Da føler du deg jo ikke inkludert i det hele tatt.

Denne turstien opplever han som befriende.

– Det er noe helt annet enn å trille på en vei. Her kan hele familien virkelig komme seg ut i skogen, kose seg og dele naturopplevelsen. Det viktigste er at vi er samlet. ●

**1) DELE OPPLEVELSEN:** Å virkelig komme seg ut i naturen er noe helt annet enn å være tilskuer, mener Harald. **2) ROM FOR RAST:** Med plass til rullestol.

**3) LETT Å PARKERE:** Med p-plass rett ved, er det enkelt å komme seg ut på tur.



### Løsningene:

- Utvidet sti
  - Lagt grusdekke
  - Forvandlet utilgjengelige strekk til fremkommelig sti
  - Satt opp skilt med inspirasjon til øvelser langs stien
  - Satt opp enkle treningsapparater langs stien
  - Etablert HC-toalett
- 

### Dette kunne vi gjort annerledes:

- Flere turstier i Øverby er oppgradert med DNT-skilt. Stier som egner seg for elektrisk rullestol burde ha et eget HC-symbol.
- Nytt HC-toalett langs tursti med grusdekke har trinnfri adkomst, men mangler sideplass utenfor døren. Mangler håndtak for enklere forflytning.
- Ny dagsturhytte mangler foreløpig adkomst helt inn pga. terrenget. Med elektrisk rullestol kommer man frem til området utenfor hytta. Området har bål plass.
- Store steiner stikker opp noen få steder på de gruslagte turstiene. Disse bør fjernes eller merkes.
- Mye av utbedringen er gjort ved hjelp av stor, frivillig innsats fra DNT. Jobben er «blitt til litt etterhvert som man går». Mer samarbeid og kommunikasjon gjennom hele prosessen med brukere, fagkompetanse og utførere ville kanskje gitt et enda bedre resultat. Uansett: Dette ville aldri vært mulig uten innsatsen, og det er aldri for sent å forbedre.

### Husk vedlikeholdet

– Vedlikehold av grusveiene kan være utfordrende. Regnskyll kan skylle ut grusen noen steder og gjøre veien ufremkommelig for elektrisk rullestol. Det bør være en plan for hvem som har ansvar for ettersyn og vedlikehold av stinettet, understreker Elin Marie Slåtsveen.

# En løype for alle

## Løypenettet ved Øverby er stort og innholdsrikt – og oppgradert for økt fremkommelighet og aktivitet

I flere tiår har Gjøvik-folket benyttet seg av løypenettet, en liten kjøretur utenfor sentrum. Det inneholder asfaltert løype, smale stier og brede, gruslagte turveier.

– Jeg jobber mye mot seniorer, og det er viktig å legge til rette for enkle aktiviteter i nærområdet. Mange vegrer seg litt for å ta turen ut, og slutter kanskje med det, men det er kjempeviktig å opprettholde aktivitetsnivået, trene balanse og styrke. Den asfalterte løypa passer for alle rullende; rullestol, rullator og barnevogn. Det er en fin og flittig brukt runde.

Det sier Elin Marie Slåtsveen, ergoterapeut som jobber med Friskliv Senior i Gjøvik kommune.

I 2020 fikk kommunen folkehelsemidler fra Helsedirektoratet for å utvikle deler av løypa. Resultatet er enkle apparater, for eksempel et balansehinder, og skilt som tipser om enkle øvelser.

– Tanken var å få folk ut i naturen. Det er kanskje lettere når det er noen apparater der ute – og tenker til å hvile seg på, sier ergoterapeuten.

I tillegg har altså kommunen, i samarbeid med DNT, utbedret noen kilometer av stinettet, slik at det er rullevennlig for alle – for eksempel Harald Fjeldstad.



«Enkle grep får flere ut på tur.»

Elin Marie Slåtsveen

**TI MIL:** Hver måned går  
Lasse Eie ti mil.



# Helse i hvert skritt

Før var det knapt mulig å gå langs sjøen. Nå er det fritt frem for alle.  
– Jeg går her hver dag, det betyr så mye for helsa, sier Lasse Eie (77).

Det var ikke helt gitt hvilken vei det skulle gå da den pensjonerte læreren måtte opereres for tredje gang.

– Legen sa det var sånn 50–50, sier Lasse Eie nøkternt.

Kiloene raste av, og etter operasjonen var formen på ingen måte på topp, men en dag tenkte han: «Hvordan skal jeg få opp noen krefter?»

Dessuten lengtet han etter frisk luft. Så, en dag i 2014 begynte han bare å gå.

– Det er ingen tung trening, jeg rusler og går, men jeg er i alle fall på beina, og går faktisk ti mil i måneden – året rundt.

Mange av disse legger han til Mjøspromenaden, rett i nærheten av der han bor. For der det før knapt var fremkommelig, med kratt og trange, tilfeldige stier, folder promenaden seg nå ut.

## FLERE HINDRE

– Gjøvik grenser jo til Mjøsa, og folk har i alle år etterlyst tilgang til vannet og et fint strandområde. Men det har vært forskjellige hindre, for eksempel industri, og en diger fyllplass har også vært en utfordring, forklarer Erik Månun, eiendomsforvalter i Gjøvik kommune

Lenge var det uklart hva som skulle skje med området, som ligger i gangavstand fra Gjøvik sentrum. Så viste det seg at grunnforholdene på Huntonstranda ikke tillot bygging, grunnen inneholder nemlig store mengder metangass. En medvirkningsprosess senere konkluderte med en foreløpig løsning: Å anlegge to opplyste basketballbaner. Første ball ble kastet der i 2022. Rett ved banene ligger en stor parkeringsplass. Derfra er det bare å sette kursen for promenaden, et kort strekk unna. Promenaden, →



→ som gradvis har blitt etablert, er om lag tre kilometer lang, skal forlenges ytterligere i 2024, og ender i dag i Rambekkvika. Den inneholder småbåthavn, badestrender, lekeapparater, treningsapparater og et friluftshus som rommer badstu og kajakkutleie. Det finnes i tillegg to HC-tilpassede toalettanlegg på promenaden. Gamle trebenker ble i 2020 erstattet av solide, orange benker med armlener, som lyser opp på stien med jevne mellomrom.

### ALLTID PÅ TUR

Lasse Eie er typen som holder både kropp og sjel i vigør.

– Jeg vil ikke la livet gå i reprise, jeg vil lære noe nytt og holde meg ung i hodet.

77-åringen bryr seg aldri om været, ut på tur skal han uansett. Lenge gikk han i tospann med datterens hund, Skadi, helt til hunden ble syk og måtte avlives.

– Det fine med hund er, for det første, at du

har et ansvar, for det andre er det selskap, og for det tredje så begynner du lettere å prate med folk. Altså, jeg hadde ikke begynt å snakke med fremmede folk langs promenaden om jeg ikke gikk her med Skadi, smiler Lasse, og legger til at han treffer så mange positive folk på sin ferd.

– Som sikkert har vært ute for tøffere ting enn meg.

Denne dagen er det overskyet, og få folk langs promenaden.

– Men når det er sol er det gjerne fullt av folk, sier Lasse.

Han er storfornøyd med turløypa; beliggenheten, bredden, benkene og belysningen. Men han har likevel et ønske han legger frem for kommunens Erik Månum:

– Det er en ting vi pensjonistene som treffes langs her snakker mye om, og som vi savner. Det hadde vært veldig bra med en liten kaffekiosk, så vi kunne sette oss nedpå og ta oss en kopp kaffe. ●



Erik Månum,  
eiendomsforvalter  
i Gjøvik kommune

### Løsningene:

- P-plass rett ved promenaden
- Promenaden er en bred gangvei
- Fast grusdekke
- Kontrast via gress på hver side av gangveien
- Benker med armlener
- Belysning
- HC-toalett i friluftshus, som også rommer badstu og kajaker til utleie
- Badstuen og kajakkutleie driftes av Gjøvik DNT, toalettene av kommunen
- Opplyste basketballbaner rett ved parkeringen
- Festivalområde (Fredvikfestivalen).
- Båthavn for seilbåter
- Treningsapparater
- Lekeapparater for barn
- Gressplener som blir brukt som møteplasser både av ungdom og familier

### Dette kunne vi gjort annerledes:

– Dette er et prosjekt som har utviklet seg over tid, og som det er stadig flere planer for i fremtiden, hvor brukermedvirkning blir mer gjeldende. Hadde vi begynt helt på nytt i dag, ville vi kanskje hatt med brukerne mer med fra start, sier Erik Månum.

- 1) BENK MED UTSIKT:** Solide benker er plassert med jevne mellomrom langs promenaden.
- 2) FRILUFTSHUSET I FREDVIKA:** Huset rommer både kajakk for utleie, badstu for booking og toaletter.
- 3) GÅR FOR HELSEN:** Lasse Eie tok beina fatt for helsen skyld, og siden har den pensjonerte ungdomsskolelæreren fortsatt med det.



# På tur over trærne

Rullestol? Barnevogn? Krykker?  
Null problem. Tretoppveien i Telemark  
– svimlende høyt opp i luften –  
er bygget for alle som tør.







**LITE INNGREP:** Målet var skånsomt inngrep i skogen for å få på plass stien. Noen av stolpene ble heist på plass med helikopter, andre kjørt på plass med lett utstyr

→ Hm, hva skulle de finne på nå? Første byggetrinn, turveien Hamaren i Fyresdal, var for lengst etablert og omfavnet av folket, sentrumsnær og universelt utformet som den er. Så, i 2019, lekte kommunens folk med nye tanker om trinn to i forbindelse med Kulturdepartementets tilskuddsordning til nyskapende aktivitetsarenaer.

Arbeidstittelen var «Hamaren mot nye høyder».

– Nettopp fordi vi ønsket å komme opp i høyden på et eller annet vis. Og så skulle det selvsagt være et universelt utformet prosjekt.

Det sier skogbrukssjef Aslak Momrak-Haugan, mens han viser vei i retning Tretoppveien og minnes de første reaksjonene på planene.

### SÅ POTENSIALET

– Mange synes at dette var galematias. For det var dette Fyresdal kommune planla: En kilometer lang, to meter bred spiralførm

tursti, koblet på turveien Hamaren, bygget i tre, metervis over tretoppene – 15 meter på det høyeste, med benker, utkikkspunkt – og stigningsgrad som passer for alle.

– Men mange så potensialet i det. Turveien Hamaren rettet seg mot bygdefolket, og inngår i kommunens ambisjon om å bli landets beste på folkehelse. Vi har jo himla mye fin natur, men for mange kan det bli for bratt og tungt å komme seg ut. Hamaren ble et lavterskeltilbud, et nærfriluftsområde tett på skole, barnehage, pleie- og omsorg, sier Momrak-Haugan.

### STRØMMER TIL

– Tretoppveien er av kommersiell karakter, noe som kan trekke turister hit, sier skogbrukssjefen, som har vært byggeleder for begge prosjektene.

– Vi hadde veldig tro på Tretoppveien og kunne bare ikke gi oss.



**TOK TUREN:** Norunn Ova Johnsen (76), Reidun Brauti (77) og Berit Verstad (78) er glade å gå tur, og synes Tretoppveien er storveis.

Kulturdepartementet bidro med 4 millioner kroner, én million kom fra lokale bidragsytere (private og næringsliv), 4,5 millioner kom fra andre tilskuddsytere og kommunen la 7,5 millioner kroner i potten.

Fire år etter de første idédrodningene i juni 2023, åpnet Tretoppveien – til lokalbefolkningens og tilreisendes begeistring.

Ambisjonen var 30 000 besøkende første år. Allerede i september 2023 hadde de passert 53 000. Selve konstruksjonen imponerer de aller fleste, men det folk skryter aller mest av, er den universelle utformingen.

– At det er for alle, på tvers av alder og funksjonsnivå, slår Momrak-Haugan fast.

### STORFORNØYD TRIO

Det er en munter tur-trio helt enig i. Norunn Ova Johnsen (76), Reidun Brauti (77) og Berit Verstad



**PREMIEN:** Først så Aslak Momrak-Haugan & co for seg utsikt fra hele stien, men det danske arkitektfirmaet, EFFEKT Architects, mente effekten ville bli en helt annen ved å gå seg opp til selve utkikkspunktet, hvor man kan se Vikfjellet.

«Turveien Hamaren inngår i kommunens ambisjon om å bli landets beste på folkehelse.»

Aslak Momrak-Haugan

(78) er alle fra Lunner, og har satt kurs for Tretoppveien sammen med resten av turgjengen fra Idrettslaget Skade. Damene har kjørt ti mil for å utforske løypa.

– Det er så nydelig å komme seg ut i frisk luft, og her kan vi gå uten å slite oss ihjel. Vi er så imponert, veien er jo så fint laget, skryter trioen, som alle har vært her flere ganger allerede.

De går så ofte de kan, og fast med idrettslaget hver tirsdag. Turen til Tretoppveien er den årlige utflukten, med rast og kaffe underveis.





**SATSER PÅ NATUREN:** – Fyresdal bestemte seg tidlig for at den ikke skulle satse veldig tungt på hytteliv, men heller naturopplevelser, forteller skogbrukssjefen.

- – Å gå er både bra for kroppen og sosialt. Når du går merker du nesten ikke at du trener, ler de. Damene er overrasket over hvor lite skummel høyden oppleves. I utgangspunktet er det ingen av dem som er så barske med det, men her går det fint.
- Det kan ha med rekkverket å gjøre, og at veien er så god og bred, sier de.

### SUVEREN STIGNING

Helt på toppen, forbi det store utkikkspunktet, sitter svigerinnene Ada Bustgaard (79) og Lisbeth Bustgaard (73) med kaffe og niste og oppsummerer debuten i Tretoppveien.

– Det er rett og slett nydelig! Det å se naturen på denne måten, fjellene, vannet, ja, det er helt spesielt, sier de. Begge er flittige turgåere, men for Lisbeth har det vært litt vanskeligere på grunn av operasjon i benet.

- Så jeg har litt problemer med balansen, og i skogen må jeg alltid gå med staver. Her var det helt suverent å gå for meg, jeg tror det må være noe med stigningen, vanligvis ville jeg vært mye mer sliten enn jeg er nå. Dette var rett og slett plankekjøring. ●



**BARNAS IDÉ:** Utformingen av gapahuken i tre ble til i tett samarbeid med skolebarn, som tegnet sine ønsker.



Aslak Momrak-Haugen,  
Skogbrukssjef  
i Fyresdal kommune

### Løsningene:

- Tretoppvei på en kilometer
- Veien er to meter bred
- Bygget i tre
- Et par steder overstiger stien stigningsgraden på fire prosent. Dialog med Norges Handikapforbund munnet ut i dispensasjon
- Benk av gjenbruksmaterialer på utkikkspunktet
- HC-toalett i begynnelsen av turen
- Toalettet vaskes to ganger daglig, alle søppelkasser tømmes daglig

### Dette kunne vi gjort annerledes:

– I det store bildet er det lite vi ville gjort annerledes. Vi havna midt oppi koronapandemien og krig i Europa, med påfølgende høye trelast- og stålpriser. Dette kunne veltet hele prosjektet, men politikerne så mulighetene og hjalp oss gjennom. Slike prosjekter skal gjennom mange prosesser, og det er ikke alltid offentlig byråkrati skaper høyest fremdrift. Det må man ta høyde for i planlegging av spenstige ideer, sier Aslak Momrak-Haugen.

**1) PUST PÅ TOPPEN:** Etter den kilometer lange turen koser svigerinnene Ada og Lisbeth (t.v.) Bustgaard seg med kaffe og niste. **2) KLAR TALE:** Fristende utforming til tross, sykler og skateboard ville gitt kaotiske tilstander på stien.

# For langt mellom doene

Mangelen på tilgjengelige toaletter hindrer folk i å leve livet de ønsker.

Gjennomsnittsmennesket går på do inntil åtte ganger i døgnet. Mennesker med ulike helseutfordringer går oftere. Det samme gjør gjerne eldre, barn og gravide. Sommeren 2023 la Transportøkonomisk Institutt (TØI) frem rapporten «Toalettets rolle i det offentlige rom». Den belyser betydningen av tilgjengelige toaletter – og konsekvensene når disse ikke finnes.

## KRISELØSNINGER

– Manglende tilbud har store konsekvenser. Mange får ikke deltatt i samfunnet på lik linje med andre. Det er blant annet problematisk å komme seg på jobb, være med på sosiale aktiviteter og gå tur, fastslår Anja Fleten Nielsen. Hun er seniorrådgiver i TØI og står bak rapporten.

– Det viktigste funnet er at det er veldig mange som ikke kan reise fordi det ikke finnes et godt nok toalett-tilbud på transport og i det offentlige rom. Noen ser seg nødt til å flytte nærmere jobben fordi det ikke har vært tilstrekkelig toalett-tilbud på jobbreisen. Andre unngår omtrent alt av aktiviteter og slutter å besøke venner som bor for langt unna. En informant hadde levd nærmest isolert i 30 år. En av informantene er nødt til å kjøre i bobil for å komme seg til legen. Bobilen har nemlig toalett. Andre har med seg

nødtoalett i egen bil. Atter andre lar være å spise eller drikke før de skal avsted. Det kan igjen føre til at de blir dårligere, sier Fleten Nielsen.

## LIKE DÅRLIG OVERALT

Utgangspunktet for arbeidet med rapporten var en henvendelse fra Mage-tarmforbundet. Det førte til en undersøkelse om hvilke barrierer denne gruppen møter innen transport og i det offentlige rom, og hvilke tiltak som trengs, forteller seniorrådgiveren.

– Ingen hadde undersøkt dette på denne måten tidligere, og det var en veldig åpen studie, forklarer hun.

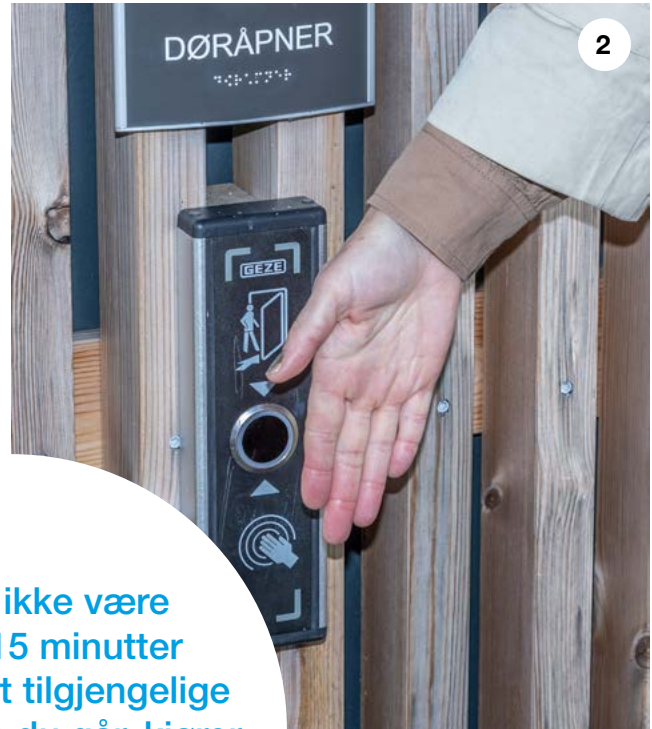
Fleten Nielsen sier at man tidligere nok har gått mer tradisjonelt til verks.

– I den grad man har belyst dette med toaletter, så har det vært med hovedfokus på universell utforming: Rullestolbrukere, blinde og til en viss grad hørselshemmede. Disse gruppene er kanskje mer synlige enn andre, det er lettere å forstå at det er problematisk, derfor har man kanskje hatt fokuset der, sier seniorrådgiveren.

## VIKTIGE INFORMANTER

Ti informanter fra foreningen bidro til å belyse utfordringene.

**1) SKILTING ER VIKTIG:** Her fra en tursti i Stavern. **2) ENKEL ADGANG:** Det hjelper lite med HC-toalett om døren må låses opp. Denne løsningen i Mjøsparken gir kjapp adgang. **3–4) TRYGT PÅ TUR:** Å gå et sted hvor man treffer folk og det er et toalett kjennes trygt, mener Vegard Alfsen (84). Han er flittig bruker av den universelt utformede Bryggestien i Sarpsborg.



«Det bør ikke være mer enn 15 minutter mellom hvert tilgjengelige toalett, enten du går, kjører eller tar T-bane.»

Anja Fleten Nielsen





**UNIVERSELT UTFORMET:** Telemark har satset stort på turveier, og underveis ligger dette toalettanlegget.



**VED SKJERVFSOSSEN:** Toalett ved populært turområde.

→ – Vi var opptatt av å ha stor geografisk spredning og de vi intervjuet representerer ulike landsdeler: Oslo, Vestland, Rogaland, Trøndelag, Viken, Nordland, Agder og Innlandet. Vi fant ut at det er like dårlig tilbud over hele landet, sier hun.

For et godt toalett-tilbud handler om mer enn utformingen av selve toalettene og adkomsten til disse. Plassering og frekvens er også helt essensiell.

– For eksempel bør det ikke være mer enn 15 minutter mellom hvert tilgjengelige toalett, enten du går, kjører eller tar t-bane. Alle doene må være godt skiltet og opplyst, tilgjengelige hele døgnet, hele året, være gratis, og ikke ha noen form for kodeløsning. For mange haster det veldig med å komme seg på do, det nytter ikke å fomme med en kode eller kort, eller vente i kø, påpeker hun.

### TRENGER PRIVATLIV

I tillegg gjelder det at doene gir rom for personlig stell, for eksempel ved skifte av stomi.

– Det betyr lukkede rom med egen vask frem-

for båser med vask utenfor. Rommene må være tilbaketrukket, lydisolerte og selvsagt tilrettelagt for rullestol.

Flere av informantene fortalte at de har fått kjeft fordi de brukte HC-toaletter, da deres funksjonsnedsettelse ikke er synlige.

Medlemmene i Mage-tarmforbundet har kort som viser at de har ekstra behov for toalett. Dette kan brukes for å vise personell at de behøver å låne toalett, eller til andre kunder i køen.

– Men det er jo mange flere grupper som kan ha behov for et HC-toalett, så egentlig burde det være et offentlig kort som man kan få utdelt hos eksempelvis lege.

### IKKE KRAV OM HYPPIGHET

Lovverket legger føringer på hvordan toaletter skal være.

– For eksempel at minst ett skal være tilrettelagt for HC når man bygger et anlegg. Men det står ikke at man må bygge, poengterer hun.

Seniorrådgiveren i TØI lurer på hvorfor toalett-tilbudet i Norge er så dårlig.





**I FARTA:** Doer rett ved tursti langs kysten i Stavern.



**FLERE ANLEGG:** På Langøyene utenfor Oslo er det flere nye toalettanlegg.

– Man kan sikkert skylde på økonomien. Men det finnes mange eksempler fra andre land hvor de har løst det. I London har alle toalettene på togstasjonene vært gratis siden 2019. På Waterloo passerer 94 millioner passasjerer i året. I Paris er det ca. ti minutters gange mellom hvert toalett. Det gjør det mye enklere å ta seg rundt. Og en av informantene hadde vært i Japan, hvor det alltid var rikelig med toaletter på turområder. Hvis vi vil at folk skal kunne delta så lenge som mulig i samfunnet og at samfunnet skal være for alle, ja, så må det legges til rette for det, konkluderer seniorrådgiver Anja Fleten Nielsen. ●

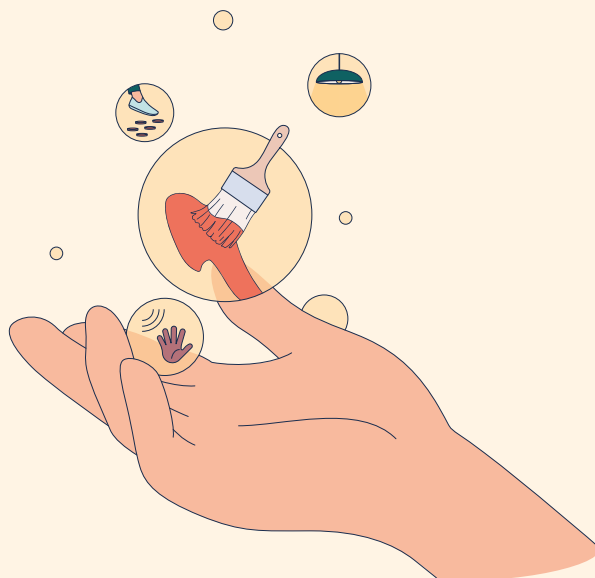


**DO MED UTSIKT:** Do på Sognefjellet med utsikt blant annet mot Hurrungane.



«Manglende tilbud har store konsekvenser. Mange får ikke deltatt i samfunnet på lik linje med andre.»

Anja Fleten Nielsen



# 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](mailto:ks@ks.no)

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