

Inkluderende uterom

som stimulerer til aktivitet



Husbanken



Forord

Gode uterom bidrar til å skape gode bomiljø. I dette ideheftet viser vi eksempler på uterom og enkeltelementer som kan stimulere til aktivitet for alle aldersgrupper. For å innhente gode eksempler, har vi blant annet henvendt oss til kommuner, landskapsarkitekter, arkitekter, entreprenører og brukerorganisasjoner. Vi har avholdt en tverrfaglig workshop for fagpersoner med ulik bakgrunn, vi har gjennomført workshop med studenter på Designinstituttet i Oslo og vi har innhentet ideer hos Ungdomsrådet i Kongsvinger. Dette heftet er blant annet basert på de innspillene som har kommet inn.

Ideheftet er utarbeidet med støtte fra Husbanken.
Vi håper heftet vil være til inspirasjon!

Oslo, november 2017
Universell Utforming AS

Innholdsliste

Del 1. Innledning	5	3.3 Innhold som gir opplevelser	26
1.1 Bakgrunn	6	3.4 Ildsjeleer og ressurspersoner	28
1.2 Formål	6	3.5 Utforming, utstyr og materialbruk	30
1.3 Målgrupper	7	3.6 Lokalisering av felles utearealer	37
1.4 Forbehold	7	3.7 Likeverdig deltagelse	39
1.5 Lovverk	7	3.7.1 Universell utforming	39
		3.7.2 Tilgjengelighet	41
		3.7.3 Orientering og veifinning	43
		3.7.4 Trygghet og sikkerhet	46
		3.7.5 Miljø	48
Del 2. Hva kjennetegner et godt uterom?	8	3.8 God kobling til nærområdet	50
		Del 4. Oppgradering av uterom	52
Del 3. Eksempler	11		
3.1 Sosiale møteplasser	12		
3.2 Fysisk aktivitet	14		



Del 5. Hvordan komme i gang? 57

5.1. Kommunal planlegging 58

5.2. Finansiering 61

Del 6. Drift og vedlikehold 63

Aktuell litteratur 66

Foto 68

Vedlegg 1.

Innspill fra workshop 70

Vedlegg 2.

Sjekkliste for uterom ved leilighetsbygg 72

Vedlegg 3.

Byggteknisk forskrift (TEK 17) 74

Del 1

Innledning



1

1. Sommerfest i Måltrostveien, Ås.

1.1

Bakgrunn

God kvalitet og inkluderende løsninger er sentralt når nye uteområder ved leilighetsbygg skal etableres eller når eksisterende utearealer skal oppgraderes. Utearealer som alle kan bruke uavhengig av alder og funksjonsevne, bidrar til å skape gode bomiljøer. Med god utforming kan uterom skape sosiale møteplasser, stimulere til aktivitet, øke trivselen og virke positivt på både fysisk og psykisk helse.

Uteområdene blir imidlertid ofte en salderingspost i byggeprosjekter, der boligene prioriteres. Det velges ofte tradisjonelt ved at det etableres en sittegruppe og en lekeplass for små barn. Dette tilfredsstiller kravet mange kommuner stiller, men gir ingen garanti for et uteområde som fungerer godt for beboerne. Det finnes få uterom som stimulerer alle aldersgrupper til å være i aktivitet. Det er behov for flere sosiale møteplasser som stimulerer til aktivitet.

For å skape gode uterom, kreves fagkompetanse innen mange fagfelt. Det må dessuten avsettes tilstrekkelig med midler til prosjektering, utførelse og vedlikehold.

1.2

Formål

Formålet med ideheftet er gjennom eksempler å inspirere til valg av gode og inkluderende løsninger som inviterer til felles opplevelser og aktivitet. Det er en målsetting å stimulere til at det bygges flere funksjonelle og innholdsrike uterom med god kvalitet. Kvaliteten på boligområdenes uterom må tillegges større vekt enn i dag.

1.3

Målgrupper

Målgruppen for ideheftet er utbyggere, entreprenører, eiendomsbesittere, borettslag, boligsameier, prosjekterende, prosjektutviklere, kommuner, fylkeskommuner og utdanningsinstitusjoner. Borettslag kan få gode ideer når de skal rehabilitere sine utearealer, kommuner og fylkeskommuner kan se eksempler på gode uteområder og utdanningsinstitusjoner kan benytte eksemplene i ideheftet i undervisningen.

1.4

Forbehold

Anleggene som vises er ikke vurdert med hensyn til universell utforming utover det som fremkommer på bilder. Eksemplene kan inneholde detaljer som ikke tilfredsstillende dagens krav til utforming. Kvalitetssikring av løsninger er alltid viktig.

1.5

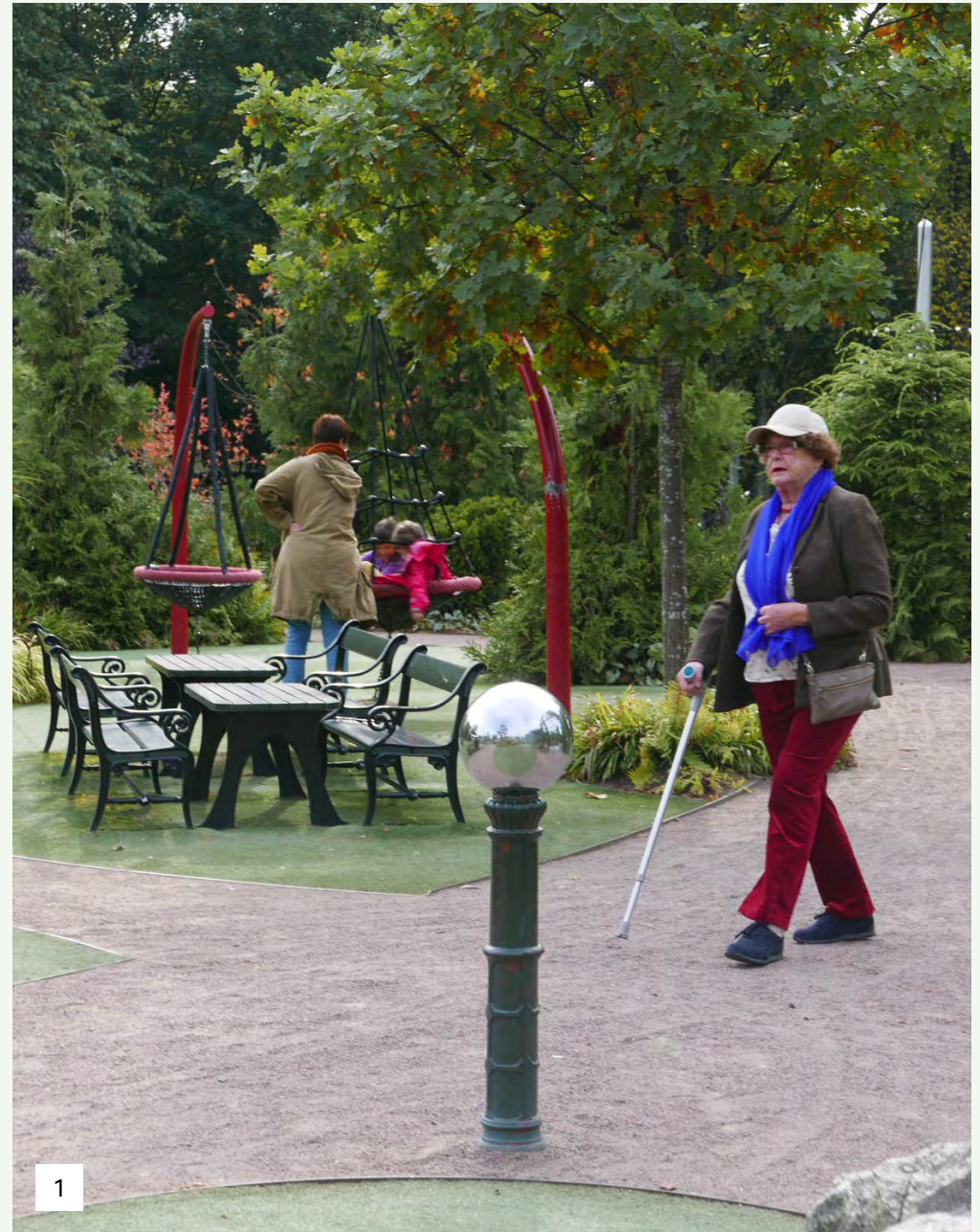
Lovverk

Plan- og bygningsloven med byggt teknisk forskrift (TEK17) angir minimumskrav til byggverk og uteområder. Forskriften består av bestemmelser og veiledning. Veiledningen forklarer forskriftens krav, utdyper innholdet i dem og gir føringer for hvordan kravene kan etterkommes. Det er tillatt, og ofte klokt å prosjektere og bygge bedre enn minimumskravene. Gjennom reguleringsbestemmelser kan kommuner stille strengere krav til utearealene enn minimumskravene.

Et utdrag av aktuelle bestemmelser som angir krav til utforming av uteareal ved leilighetsbygg, er med i vedlegg 3.

Del 2

Hva kjennetegner gode
uterom?



1

2

Kjennetegn på gode uterom

- Det er tilrettelagt for variert bruk for alle aldersgrupper.
- Det inneholder møteplasser og sitteplasser.
- Det inneholder elementer som stimulerer alle aldersgrupper til fysisk aktivitet.
- Det har god kvalitet
- Det er grønt og attraktivt. Eksisterende natur er utnyttet positivt.
- Det er solbelyst og lunt
- Det er hyggelig å være der
- Det er tilgjengelig ved at det er lett å ta seg frem for de som er dårlige til beins eller triller på hjul
- Utformingen bidrar til at det er lett å finne frem
- Det føles trygt og sikkert
- Det er godt vedlikeholdt
- Beboerne har et eierforhold til uteområdet
- Det har gode gangforbindelser til nærmiljøet

Gode uterom stimulerer alle aldersgrupper til fysisk og sosial aktivitet.



1. Vannlek. Rådhusplassen i Åndalsnes. Landskapsarkitekt: Selberg Arkitekter.
2. Rosendals Trädgård, Stockholm.
3. Finalebanen, Trondheim. Landskapsarkitekt: Asplan Viak.
4. En rolig stund i hengekøya.

Del 3

Eksempler



1

1. Klatrende barn.

3.1

Sosiale møteplasser og steder å være alene

Uterom må oppleves som gode steder å være for å bli brukt. De må ha kvaliteter som gjør at folk ønsker å oppholde seg der, og de må invitere til bruk. De må gi mulighet både for opphold, sosialt samvær, rekreasjon, lek og spill på tvers av aldersgrupper slik at voksne, eldre og barn med ulike ferdigheter gis mulighet for å delta i aktivitetene. Uterommene bør stimulere til sosial og motorisk utvikling, være åpne og inkluderende samtidig som de oppleves som trygge plasser for alle. Uterommene bør fungere som uformelle møtesteder for beboerne i området. Felles samlingspunkter skaper tilhørighet og identitet.

Vi mennesker er imidlertid forskjellige. Noen liker å være sosiale og treffe andre mennesker, andre ønsker å tilbringe tid alene og holde seg litt på avstand. Uteområder ved leilighetsbygg bør derfor ha møteplasser hvor det er naturlig å treffe andre og det bør være steder hvor man kan være alene.

Uterom bør inneholde sosiale møteplasser og steder å være alene.



1. Finalebanen, Trondheim. Landskapsarkitekt: Asplan Viak.

2. Noen ønsker å kunne være for seg selv.

3. Felles grillplass som fungerer som en sosial møteplass. Myrer borettslag, Oslo.

3.2

Fysisk aktivitet

Uterom ved leilighetsbygg bør ha innhold som stimulerer barn, ungdom, voksne og eldre til å være i fysisk aktivitet utendørs.

Barn har ulike forutsetninger for hva de mestrer, og dette bør uterommet gjenspeile både i innhold og utforming. Det må være utfordringer av ulik vanskelighetsgrad og det må være innhold for både små barn og større barn. Barn leker i tradisjonelle lekeapparater, men har også glede av naturområder, vann og andre elementer hvor de kan være kreative og bruke kroppen. Å klatre i trær gir gode opplevelser og styrker barnets fysiske og motoriske utvikling. Barn i alle aldre bør ha et nærmiljø som frister dem til å gå ut.

Det bør være sitteplasser for de voksne ved lekeplassene. Voksne med små barn vil gjerne være i nærheten når barna leker. Foreldrene og besteforeldre kan se på at barna leker, men de kan også ta del i aktivitetene, trene eller spille spill sammen med barna.

Ungdom må få være en naturlig del av sitt nærmiljø og gis anledning til å utfolde seg. Utendørs treningsapparater og muligheter for ballspill kan få ungdom til å være fysisk aktive. Utendørs treningsapparater kan også brukes av voksne og eldre og kan bidra til felles opplevelser.

Fysisk aktivitet er ikke minst viktig for eldre mennesker. En følge av at antallet eldre vil stige i årene som kommer, er at flere eldre må bo hjemme lenger. Fysisk aktivitet bidrar til at eldre mennesker beholder motoriske funksjoner, og uteområdene må derfor være utformet slik at også eldre blir fristet til å ta seg en tur ut. Det må være lett framkommelige gangveier, men det kan også være alternative gangforbindelser med trapper og litt ulendt terreng som kan bidra til trening av balanse. Treningsapparater eller installasjoner som stimulerer til styrketrening kan virke positivt på aktivitetsnivået. Hagearbeid kan bidra til at eldre er fysisk aktive. Eldre som er fysisk aktive kan få bedre fysisk helse og bedre funksjonsnivå.

Plasser for lek og aktivitet. Gummidekke virker støtdempende ved fall og gjør lekeområdene tilgjengelige for alle. Det bør være sittebenker nær lekeklassen.



1. Ladeparken, Trondheim. Landskapsarkitekt: Asplan Viak.
2. Kunstgress som dekke. Trädgårdsparken, Göteborg.
3. Finalebanen, Trondheim. Landskapsarkitekt:

- Asplan Viak.
4. Byparken, Kongsvinger. Landskapsarkitekt: Bjørbekk & Lindheim.
5. Trädgårdsparken, Göteborg.

Eksempler på utstyr som kan stimulere til aktivitet.



1. Rådhusplassen, Kongsvinger. Landskapsarkitekt:
Kongsvinger kommune
2. Finalebanen, Trondheim. Landskapsarkitekt:
Asplan Viak

3. Sandefjord sentrum.
4. Nedre Leirfoss park, Trondheim.
Landskapsarkitekt: Asplan Viak

Trampoliner er ikke bare for barn og unge. Voksne og eldre kan også ha glede av å hoppe på en trampoline. Trampoliner bør ha sikkerhetsnett, alternativt kan de graves ned i bakken slik at hoppeflaten ligger på bakkenivå.



1



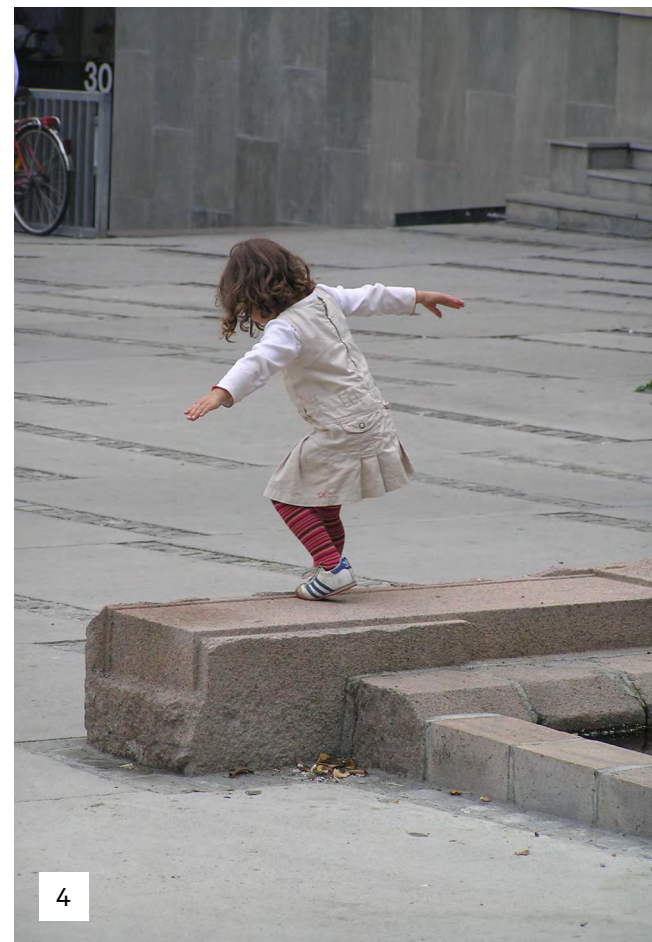
2



3

1. Lekeplass med trampoliner, Danmark.
2. Tinkern, Oslo. Landskapsarkitekt: Haug Landskap.
3. Hopping på trampoline.

Å klatre i trær, leke med vann og det som ellers er av elementer i uteområder stimulerer både motorisk utvikling og kreativitet.



1. Åholm skole, København. Landskapsarkitekt: Helle Nebelong.
2. Åsveien skole, Trondheim. Landskapsarkitekt: Løvetanna Landskap.
3. Klatring i epletre.
4. Liten jente som leker på en granittkant.

Ulike installasjoner som stimulerer til aktivitet.



1. Finalebanen, Trondheim. Landskapsarkitekt: Asplan Viak.
2. Øyane sykehjem, Hundvåg/Stavanger
3. Finalebanen, Trondheim. Landskapsarkitekt: Asplan Viak.

4. Tufteparken, Kongsvinger.
5. Klatrevegg i bruk.
6. Klintholmhavn, Danmark.

Balansetrening kan være morsomt og nyttig for gammel og ung.



1. Grorudparken, Oslo.
2. Balansetrening for ung.
3. Rundeskogen, Sandnes. Arkitekt: Helen & Hard.

4. Balansetrening for liten.
5. Fiskehejre, Danmark.

Barn, unge og eldre har glede av å huske/gynge.



1. Byparken, Kongsvinger.

2. Finalebanen, Trondheim. Landskapsarkitekt:
Asplan Viak.

3. Gynge fra Sundhed & Livsmod, Danmark.

4. Trondheim.

5. Kristiansand.

Ballspill i ulike varianter.



1. Voldsløkka, Oslo.
2. Finalebanen, Trondheim. Landskapsarkitekt: Asplan Viak.
3. Rundeskogen, Sandnes. Arkitekt: Helen & Hard.
4. Ekeberg Minigolf, Oslo.

Ferdsele på hjul i ulike varianter.



1. Sykkelbane.
2. En skater i aksjon.
3. Sykkelbane.
4. Aquarama, Kristiansand. Landskapsarkitekt: Asplan Viak.

Terrengformasjoner skaper variasjon og legger til rette for variert bruk sommer og vinter.



1. Rundeskogen, Sandnes.
Arkitekt: Helen & Hard.
2. Bø skule, Hå.
Landskapsarkitekt: Østengen & Bergo.
3. Skråninger er fine akebakker om vinteren.

Hagearbeid kan være en meningsfylt aktivitet.



1. Eldre mann som steller i hagen.
2. Blomstring.
3. Eldre dame får trim i blomsterbedet.

3.3

Innhold som gir opplevelser

Uterom bør ha innhold som gir brukerne opplevelser og som stimulerer sansene; syn, hørsel, lukt og bevegelsessansen. Grønne og frodige uterom gir varierende visuelle opplevelser gjennom året. Vakker blomstring stimulerer sansene med både farger og dufter. Blomstrende løk om våren, klare høstfarger og trær med rim gir ulike opplevelser. Sansehager, urtehager, frukttrær og grønnsakshager m.m. i forskjellige høyder gir positive opplevelser og trim til de som skal vedlikeholde. Opphøyde bed gir tilgjengelighet for de som ikke kan bøye seg ned til bakken. Vann gir liv med bevegelse og lyd. Kunst kan løfte kvaliteten på uterommet.

Uterom med innhold som gjør at de brukes, fører til både sosial og fysisk aktivitet.

Vårblomstrende løk, stauder med sommerblomstring, opphøyde bed, frukttrær og bruk av vann gir opplevelser og variasjon gjennom året. Opphøyde bed gir tilgjengelighet til de som ikke kan bøye seg ned til bakken. Kunst kan bidra til å heve kvaliteten i uterommet.



1. Liten gutt vanner tulipaner.
2. Lek med løv.
3. St. Olavs Hospital, Trondheim. Landskapsarkitekt: Asplan Viak.

4. Opphøyd staudefod i Valbyparken, København. Landskapsarkitekt Helle Nebelong.
5. Pilestredet park, Oslo. Landskapsarkitekt: Bjørbekk & Lindheim.

3.4

Ildsjeler og ressurspersoner

Ildsjeler og ressurspersoner bør innlemmes i planleggingsarbeidet. Deres positive energi kan være viktig for å få gjennomført prosesser og prosjekter, og for å sette i gang felles aktiviteter etter ferdigstilling. De kan stimuleres til å sette i gang aktiviteter som de selv er engasjert i og som kan være samlende for beboerne i et leilighetsbygg. Grillkvelder, sommerfester, hagearbeid, trening, ballspill, aerobic eller yoga på gressplenen kan være hyggelige fellesaktiviteter.

Ressurspersoner bør innlemmes i planleggingsarbeidet. De kan dra i gang sosiale aktiviteter i det ferdige anlegget. Her er noen eksempler på aktiviteter som kan egne seg i uterom. Avgrensede treningsområder for hunder kan fungere som sosial møteplass for hundeeiere.



1. Trening: Størenslunden, Brandbu.
2. Yoga på plenen.
3. Canisbanen, treningsbane for hunder ved Skøyen skole, Oslo.

4. Kjøkkenhage ved Åholm skole, København.
5. Fellestrening i Tufteparken, Kongsvinger.

3.5

Bevisst utforming, utstyr, belysning og materialbruk

Uterommene må utformes slik at de er godt egnet som møteplasser for alle aldersgrupper. Det bør være solrike sittegrupper og benker nær inngangsdørene. Det kan være variasjon i type benker, men noen benker bør ha ryggstøtte og armlener. Det skal være sitteplass for person i rullestol ved utebordene.

Verdifull vegetasjon bør tas hensyn til og ivaretas i anlegget. Vegetasjon kan skjerme mot vær og vind, gi bedre lokalklimatiske forhold og tilføre uterommet kvalitet og opplevelser. Soneinndeling og avgrensede områder ved bruk av beplantning kan skape trygghet og skjermede aktivitetsområder.

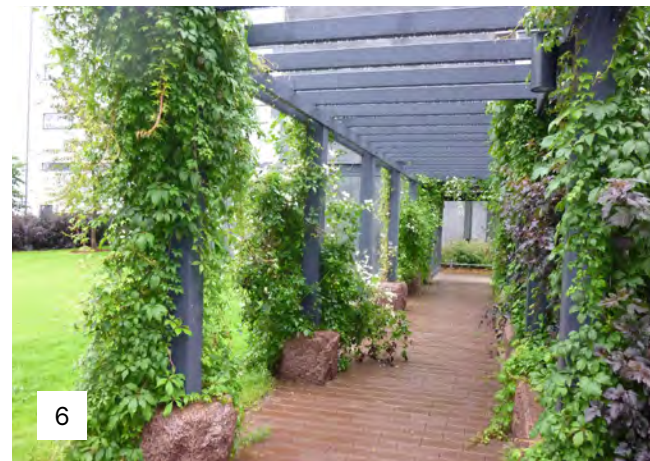
Det bør være muligheter for å oppholde seg både i sol og skygge. Takoverbygg kan skjerme for snø og regn og gi skygge når sola steker. Vann kan brukes bevisst for å skape liv, regnvann kan samles opp og brukes i anlegget. I flate områder kan bevisst bruk av terrengformasjoner skape variasjon, være romdannende og skjermende.

Allmennbelysning skal bidra til trygg og komfortabel ferdsel, gi lite blending og belyse nære omgivelser. Belysning som ivaretar ansiktsgjenkjenning er viktig for følelsen av trygghet. Gjennomtenkt plassering av stolper og belysning kan være viktige ledende elementer på vinterstid og bør derfor følge veiens/ganglinjas geometri.

Det må velges robuste materialer og utstyr som tåler intensiv bruk, har lang levetid og krever lite vedlikehold.

Uterommene må ha kvaliteter gjennom hele året.

Vegetasjon kan tilføre uterommet kvaliteter. Stauder og sommerblomster gir farger til uterommet. Verdifulle trær bør tas vare på.



1. St. Olavs Hospital, Trondheim.
Landskapsarkitekt: Asplan Viak.
2. Blomstrende stauder.
3. St. Olavs Hospital, Trondheim.
Landskapsarkitekt: Asplan Viak.

4. St. Olavs Hospital, Trondheim.
Landskapsarkitekt: Asplan Viak.
5. Sykehuset Østfold, Kalnes.
6. Klatreplanter i Helsinki, Finland.

Forming av terreng kan være romdannende og legge til rette for flate partier som er tilgjengelige for alle.



1. Åsveien skole, Trondheim. Landskapsarkitekt: Løvetanna.

2. Innherredsveien gårdsrom, Trondheim. Landskapsarkitekt: Selberg Arkitekter.

3. Ladeparken, Trondheim. Landskapsarkitekt: Asplan Viak.

Ulike former for le/takoverbygg kan gi skygge for sol og le for vind og nedbør. Benken på bildet til høyre er skjermet med et glasstak.

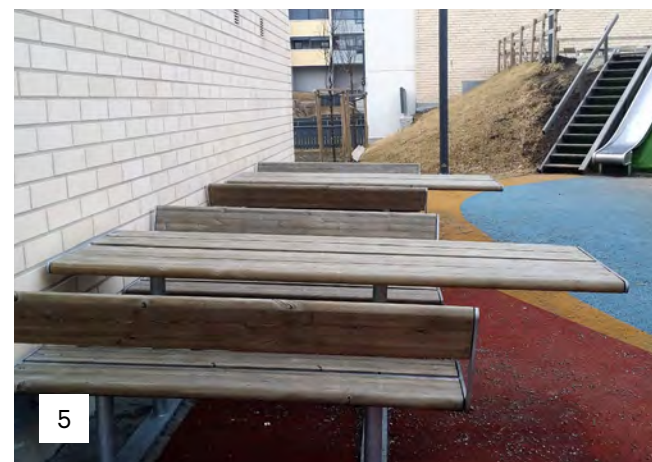


1. Ladeparken, Trondheim. Landskapsarkitekt: Asplan Viak.
2. Arvika sentrum, Sverige.
3. Sør-Tromsøya sykehjem, Tromsø. Landskapsarkitekt: Østengen & Bergo.

God og riktig belysning er viktig. Belysning som ivaretar ansiktsgjenkjenning er sentralt for følelsen av trygghet.



Det kan være variert utforming av benker. Noen benker bør ha ryggstøtte og armlener. Det må være sitteplass til en person i rullestol ved benker og utebord.



1. Drammen.
2. Ladeparken, Trondheim. Landskapsarkitekt: Asplan Viak.
3. St. Olavs Hospital, Trondheim. Landskapsarkitekt: Asplan Viak.

4. Hokksund ungdomsskole, Hokksund. Landskapsarkitekt: Østengen & Bergo.
5. Svartjern borettslag, Oslo.

Uterommet må være utformet slik at det også kan brukes til uteaktiviteter om vinteren.



1. Barn som aker.
2. Barn som leker med vann om vinteren.
3. Rundeskogen, Sandnes. Arkitekt: Helen & Hard.

3.6

Lokalisering av felles utearealer på tomta

I nye boligprosjekter ønskes høy utnyttelse. Tidlig i planleggingsprosessen må det avklares hvilke områder som er best egnet til utearealer slik at bebyggelsen holdes unna disse arealene. De deler av tomta med den gunstigste beliggenheten og de beste solforholdene bør reserveres til felles uteoppholds- og lekeareal. Egnede utearealer har gode solforhold, gode adkomstmuligheter, muligheter for flate partier og tilfredsstillende støynivå. Eksisterende vegetasjon kan øke verdien av et uteareal.

Felles uterom bør fortrinnsvis lokaliseres inntil annet grøntareal slik at det skapes større sammenhengende grøntområder. Dette er med på å stimulere til uteaktivitet. Lekeplasser for små barn bør kunne ses fra boligene.

Prosjekter er imidlertid forskjellige; noen ganger ønskes skjermede utearealer, i andre tilfeller ønsker beboerne uterom med innsyn og utsyn. Noen uteareal skal være offentlig tilgjengelige og dermed ikke bortgjemt. Slike premisser må avklares tidlig i prosessen.

De flateste og mest solfylte arealene bør forbeholdes felles utearealer i nye boligprosjekter.



3.7

Utforming som legger til rette for likeverdig deltagelse

Et inkluderende uterom tar hensyn til mangfoldet i befolkningen og er utformet slik at det sikrer likeverdig deltagelse. Det betyr at alle mennesker skal ha mulighet til å bruke uterommet og være en del av felleskapet.

3.7.1

Universell utforming

Universell utforming er en langsiktig nasjonal strategi som skal bidra til å gjøre samfunnet tilgjengelig for alle og forhindre diskriminering. Likeverd og inkludering er sentralt. Fremkommelighet, orienterbarhet og sikkerhet er sentralt. Universelt utformede omgivelser bidrar til et mer inkluderende fysisk miljø og forenkler livet til mange mennesker.

Den internasjonale definisjonen på universell utforming er beskrevet i FN-konvensjonen om rettighetene til personer med nedsatt funksjonsevne, som ble ratifisert av Norge i 2013: «Med «universell utforming» menes utforming av produkter, omgivelser, programmer og tjenester på en slik måte at de kan brukes av alle mennesker, i så stor utstrekning som mulig, uten behov for tilpassing og en spesiell utforming.»

Universell utforming handler ikke bare om å tilrettelegge for mennesker med medfødte, varige funksjonsnedsettelse. Alle vil i perioder av livet ha nytte av omgivelser som er universelt utformede; som barn, som småbarnsforeldre med barnevogn, på krykker med et brukket ben eller som eldre når bevegelse, syn, hørsel og kognitive ferdigheter reduseres. Universell utforming handler om omgivelser som er tilpasset ulike mennesker i ulike livsfaser. Det som er nødvendig for noen er bra for alle.

Alle vil i perioder av livet ha nytte av omgivelser som er universelt utformede. Og det som er nødvendig for noen er bra for alle.



1. Eldre dame på bytur.
2. Mødre på tur med barnevogner.
3. På tur med krykker.
4. Park med god fremkommelighet for rullestol.
5. Gutt på sparkesykkel.

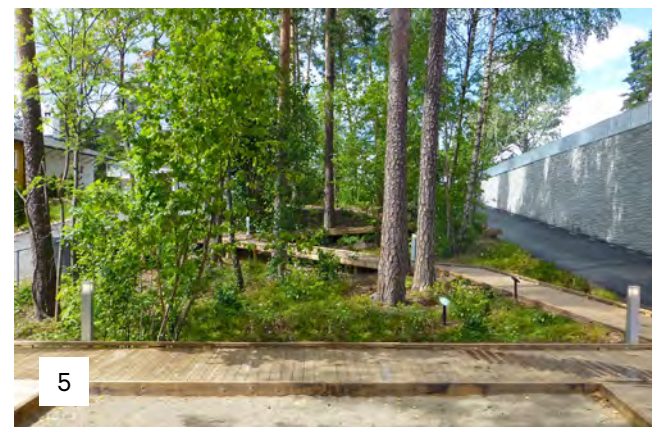
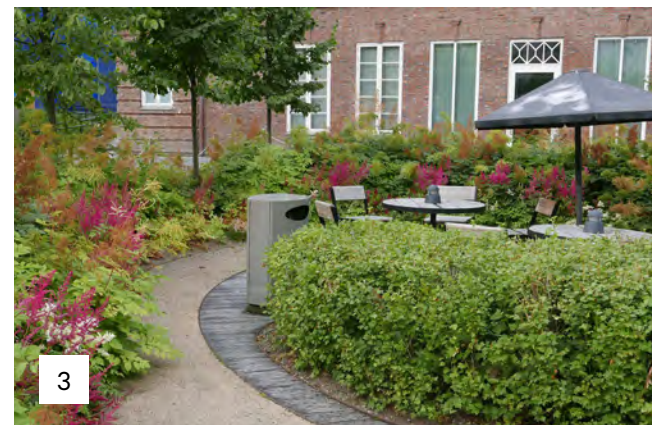
3.7.2 ————— Tilgjengelighet

Uterom må være tilgjengelige for alle brukere enten de går selv eller triller på hjul. Barnevogner, rullestoler, rullatorer, sykler og skatebrett er eksempler på fremkomstmidler på hjul. Utearealet bør legges på den flateste delen av tomta slik at forholdene ligger til rette for god tilgjengelighet. Hovedgangforbindelsene, møteplassene, aktivitetsområdene og avfallssystemet må være tilgjengelig for alle. Stigningsforholdene på gangveiene må være i henhold til krav i lovverket, og nivåforskjeller i gangsonene må unngås. Gangforbindelsene må ha fast dekke som gjør det mulig å bruke rullestol, rullator og barnevogn uten at hjulene synker ned i dekket. Dersom det etableres trapper, må det være en trinnfri mulighet i nærheten.

I et uterom må ikke nødvendigvis hele området eller alt utstyret kunne benyttes av alle. Det er imidlertid viktig at alle skal kunne delta i felleskapet. Det bør være et minimumskrav at alle skal kunne komme inntil en del av lekeanlegg eller utstyr. Det bør være noe utstyr som passer for alle, og det bør være utfordringer for alle. Gummidekke under lekeapparater gjør det mulig å komme inntil med både rullestoler og barnevogner. Dersom det er ønske om tilgjengelighet i et naturområde, kan det anlegges en gangvei med tredekke.

For barn, eldre og personer med ulike typer funksjonsnedsettelse, er det viktig at uterommet ligger i nærhet til boligen.

Hovedgangforbindelser, møteplasser og aktivitetsområder må være tilgjengelige og ha akseptable stigningsforhold. Der det anlegges trapp, bør det være trinnfri mulighet i nærheten. Gummidekke gjør lekeområder tilgjengelige for alle. Ved ønske om tilgjengelighet i naturområder, kan det anlegges gangveier med tredekke.



1. St. Olavs Hospital, Trondheim. Landskapsarkitekt: Asplan Viak.
2. Valbyparken, København. Landskapsarkitekt: Helle Nebelong.
3. St. Olavs Hospital, Trondheim. Landskapsarkitekt: Asplan Viak.

4. Tinkern, Oslo. Landskapsarkitekt: Haug Landskap
5. Bjørnsletta barne- og ungdomsskole, Oslo. Landskapsarkitekt: Østengen & Bergo.

3.7.3 ————— **Orientering og veifinning**

Alle har vi behov for at det er enkelt å finne frem første gang vi kommer til et sted. Er det vanskelig å finne frem, kan vi bli forvirret. Andre har behov for at det er enkelt å finne frem hver gang de oppholder seg et sted. Det kan for eksempel være at de har nedsatt syn eller at de har kognitive utfordringer. Dette kan gjelde mennesker i alle aldersgrupper. Mange eldre mennesker vil etter hvert få både nedsatt syn og kognitive utfordringer. Enkle, men gjennomtenkte grep i den fysiske utformingen kan bidra til å gjøre det enklere å finne frem.

Logisk oppbygging er viktig for personer med kognitive utfordringer. I et uterom med et overordnet grep som gjør det enkelt lesbart, er det lettere å forstå hvordan det skal brukes og hvor man skal bevege seg.

Gangsoner fri for hindringer og egne soner med møblering og utstyr gir ryddige og enkle omgivelser å ferdes i. Benker bør trekkes ut fra gangsonen, og aktivitetssoner bør holdes adskilt fra gangsonen.

Bevisst bruk av ulike materialer og vegetasjon kan bidra til å gjøre det lettere å kjenne seg igjen. For å gjøre ulike innganger gjenkjennelige, kan de ha forskjellig materialbruk,



fargevalg og beplantning. Utstyr i uterommet som møblering, lek- og treningsapparater og avfallssystem må være lett å se og enkelt å bruke. Gode kontraster bidrar til god synlighet. Riktig valg av belysning og plassering av belysning gjør det enklere å finne frem når det er mørkt.

Gode ledesystemer er avgjørende og må tidlig inn i planleggingen. Ledelinjene gjør det enklere for blinde og svaksynte å finne frem på egenhånd, samtidig viser de vei for alle brukere. Ledelinjer er en kjede av naturlige og/eller kunstige, ledende elementer. Naturlige ledelinjer er integrert i arkitekturen og skal være både synlige (visuelle) og følbare (taktile). Dette kan for eksempel være kantstein, murer eller overgangen mellom ulike overflater. Overgangen mellom gress og asfalt/belegg/grus fungerer som naturlige ledelinjer. Kunstige ledelinjer kan benyttes når naturlige ledelinjer ikke gir tilstrekkelig retningsinformasjon. Det er sjelden nødvendig med kunstige ledelinjer i gårdsrom eller uteareal ved leilighetsbygg. Naturlige kanter gir bedre og mer inkluderende løsninger. Det må være sammenheng i de ledende elementene.

Tydelige gangsoner fri for hindringer gir ryddige og enkle omgivelser og ferdes i. Benker og annet utstyr bør trekkes ut fra gangsonen. Kantstein og overgang mellom gress og asfalt kan fungere som naturlige ledelinjer. Fargerike blomsterbed kan være et gjenkjennende element.



1. Finalebanen, Trondheim. Landskapsarkitekt: Asplan Viak.
2. Park i Budapest.
3. Finalebanen, Trondheim. Landskapsarkitekt: Asplan Viak.

4. Ladeparken, Trondheim. Landskapsarkitekt: Asplan Viak.
5. Finalebanen, Trondheim. Landskapsarkitekt: Asplan Viak.

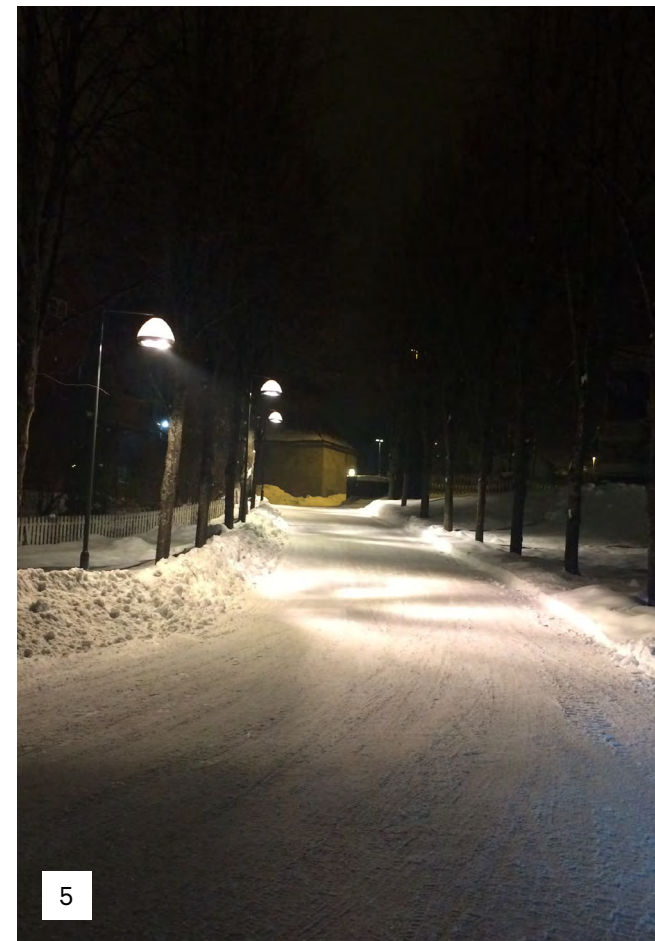
3.7.4 ————— Trygghet og sikkerhet

Trygge og sikre omgivelser er viktig for alle. Foreldre ønsker trygge omgivelser som barna kan leke i, og mange eldre må ha trygge omgivelser for at de skal våge seg ut. Fall er den hyppigste ulykkestypen hos eldre, og dette må forebygges ved bevisst utforming av de fysiske omgivelsene. Omgivelser som oppleves som trygge kan bidra til at eldre er fysisk aktive og at de ikke isolerer seg.

Omgivelser som er enkle å bruke og orientere seg i skaper trygghet. Jevnt underlag, trygge gangsoner langs naturlige ledelinjer, benker, rekkverk, håndløpere, markering av trapper og nivåforskjeller kan være med på å skape trygge og sikre utendørs omgivelser.

God belysning er viktig for følelsen av trygghet.

Jevnt underlag, trygge gangsoner langs naturlige ledelinjer, benker, rekkverk og belysning bidrar til at uterom føles trygge og sikre.



1. Smidsrød Helsehus, Nøtterøy. Landskapsarkitekt: Asplan Viak.
2. Valbyparken, København. Landskapsarkitekt Helle Nebelong.
3. Gangvei ved Sunnaas sykehus.
4. Tempe sykehjem og omsorgsboliger, Trondheim. Landskapsarkitekt: Asplan Viak.
5. Belysning på Lillehammer.

3.7.5

Miljø

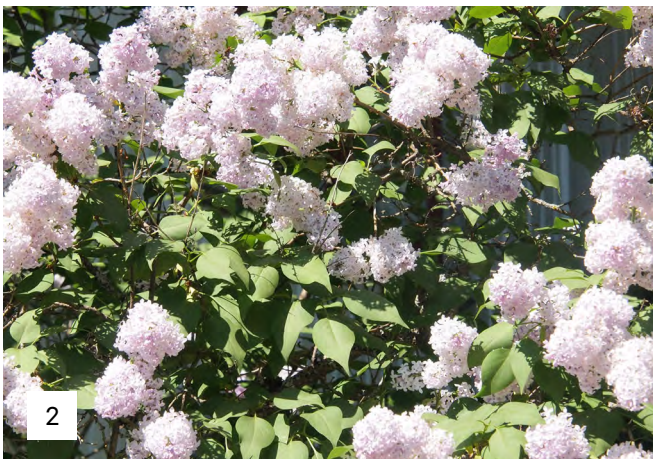
Miljøhemmede har nedsatt toleranse for luftforurensninger og/eller allergifremkallende stoffer/materialer og omfatter personer med astmatiske eller allergiske lidelser.

Allergifremkallende vekster bør unngås i uterom ved leilighetsbygg. Bjørk, hassel, or, vier, selje og hannplanter av pil bør derfor ikke plantes. Pollen fra disse vekstene kan føre til store problemer for allergikere og astmatikere.

Noen reagerer også på dufter. Duftende vegetasjon bør derfor konsentreres på enkelte områder.

- Gress trenger regelmessig klipping for å hindre spredning av pollen.
- Det bør benyttes miljøvennlig materiale og utstyr.
- Avfallsdunker bør plasseres i nærheten av sittegrupper, men ikke helt inntil.
- Uterommene må ha tilfredsstillende støyforhold.

Unngå å plante allergifremkallende vekster som for eksempel bjørk i uterom ved leilighetsbygg. Duftende vegetasjon bør konsentreres på enkelte områder.



1. Bjørk.
2. Syrin i blomstring.
3. Allergisk reaksjon.

3.8

God kobling til nærområdet

Uteområder som tilhører leilighetsbygg bør ha gode, naturlige og trygge gangforbindelser til nærområdet. Dette er viktig for alle aldersgrupper. Barn og unge kommer seg trygt frem, og det kan stimulere til at beboere tar seg en tur på butikken eller går seg en runde i nabolaget. For eldre mennesker kan tilrettelegging av gode gangforbindelser til viktige målpunkt i nærmiljøet bidra til at de holder seg fysisk aktive lenger. Mange eldre må ha en grunn til å gå ut. Korte avstander, tydelige gangsoner og mange hvilebenker langs ruten er viktig.

Det bør være gode gangforbindelser til målpunkter i nærområdet. Korte avstander, tydelige gangsoner og mange hvilebenker langs ruten er viktig.



1. Nansenparken, Oslo. Landskapsarkitekt: Bjørbekk & Lindheim.
2. Andedammen NMBU, Ås.
3. Eldre dame tar seg en hvil.

4. Ladeparken, Trondheim. Landskapsarkitekt: Asplan Viak.
5. Asfaltert snarvei til butikken i Borgarveien BRL, Fredrikstad.

Del 4

Oppgradering av uterom



1

4

Oppgradering av uterom

Ved rehabilitering av uterom må beboerne involveres. Medvirkning er sentralt. En god prosess mot beboerne er nødvendig for å skape engasjement og eierforhold til prosjektet. Beboere som føler tilhørighet til både prosess og prosjekt, blir gjerne aktive brukere i etterkant. Ressurspersoner kan bidra med kunnskap og ideer underveis og sette i gang aktiviteter når anlegget er ferdigstilt.

Ulike beboere vil imidlertid ha ulike behov og ønsker. Noen ønsker tiltak som skaper aktivitet og møteplasser, andre vil ikke legge til rette for støyende aktiviteter, noen ønsker utsiktspunkter, andre ønsker skjerming og hindring av innsyn. Hva som er riktig i det enkelte prosjekt, må vurderes spesielt. Det må bli enighet om hva som skal gjennomføres og hvordan. Og i de fleste tilfeller må det inngås kompromisser. Det kan være nyttig med profesjonell bistand for å lede prosessen fram til et ferdig oppgradert uterom. For å få gjennomført større rehabiliteringsprosjekter, kreves planlegging, kreativitet og gjennomføringsevne. I vedlegg 1 er noen av innspillene om innhold som er kommet i prosessen med dette eksempelheftet listet opp. Både denne listen og bildeeksemplene i eksempelheftet kan gi inspirasjon til utforming og valg av innhold i uterom.



Samarbeid mellom ulike aktører kan gi gode resultater. Et samarbeid mellom kommune, utbyggere, byggherrer, beboere, arkitekter, landskapsarkitekter, kunstnere, lysdesignere og/eller studenter, kan gi overraskende og kreative forslag.

Mosaikkprosjektene i Skien er resultat av tverrfaglig samarbeid. Kunstnere har hatt rollen som kreative iverksettere ved utforming av uterom. I hvert prosjekt er det kunstnere som først har fått et oppdrag og som har lagt premissene for de andre konsulentene. Hvert Mosaikkprosjekt har hatt større permanente utsmykninger, utført av lokale kunstnere. Rentala Eggertsson Arkitekter programmerte bakgårdene og ga prosjektet tittelen Mosaikk. Laurie Vestøl var Skiens prosjektleder for Mosaikk.

Meierigården i Porsgrunn er et rehabiliteringsprosjekt hvor både kunstnere og beboere har vært involvert. Grøntanlegget ble bygget på dugnad av beboerne som også skal ha ansvar for vedlikeholdet. Slike prosjekt krever engasjement, interesse og initiativ hos alle involverte.

Av og til kan det imidlertid være nok med enkle tiltak for å gjøre et uterom mer brukbart. I et borettslag i Fredrikstad ble en snarvei til butikken asfaltert. Med asfalt er stien godt synlig om sommeren, den er enklere enn før å holde fri for snø om vinteren og den blir tidligere bar om våren. For beboere med synshemming, barnevogn, trillebag eller rullestol førte asfaltering av snarveien til at turen til butikken ble enklere. Det er bilde av snarveien i kapittel 3.8.

Andre enkle tiltak som kan bidra til at flere med nedsatt funksjonsevne våger seg ut er markering av trappetrinn, oppsetting av håndløpere langs utendørs trapper, håndløpere langs gangveier med stigning og utsetting av flere benker med ryggstøtte og armlener.

Mosaikkprosjektene i Skien hvor gårdsrom ble oppgradert, er gode eksempler på godt samarbeid mellom mange aktører. Gode prosesser er nødvendig for å få gjennomført slike prosjekter.



1. Mamis gårdsrom. Arkitekt: Rintala Eggertsson Architects.
2. Ibsenpassasjen. Landskapsarkitekt: Gullik Gulliksen.

3. Ibsenpassasjen. Landskapsarkitekt: Gullik Gulliksen.

Meierigården i Porsgrunn: En kreativ prosess har bidratt til mange gode løsninger i Meierigården i Porsgrunn. Hengekøyer laget av defekte brannslanger ble laget på kurs med kunstner Grete Rokstad. Hengekøylene er hengt opp i kroker og kan erstattes med andre elementer som for eksempel liner å balansere på. Grøntanlegget ble bygget på dugnad, og beboerne skal stå for vedlikeholdet.



1. Dugnadsarbeid.
2. Fleksibel instalasjon med hengekøye.
3. Eldre damer slapper av i hengekøya.

Del 5

Hvordan komme i gang?



1

5.1

Kommunal planlegging

Kommunene har en viktig rolle som planmyndighet. De har ansvar for den overordnede planleggingen og må sikre at de riktige grepene gjøres. På den ene siden må kommunene stille krav til utbygger gjennom reguleringsbestemmelser, rekkefølgekrav og utbyggingsavtaler, på den andre siden må de legge til rette for god dialog med utbyggere og beboere. Kommunene bør oppfattes som positive bidragsytere og legge til rette for gode prosesser.

Råd som kan bidra til at det etableres gode uterom:

- Universell utforming bør ligge som premiss tidlig i planarbeidet på både kommuneplannivå og på reguleringsplannivå.
- Kommunene må legge til rette for at det skapes gode botilbud og offentlige møteplasser.
- Nye leilighetsbygg bør plasseres med nærhet til sentrumsfunksjoner og det må sikres gode og trygge gangforbindelser mellom boligene og sentrumsområdene. Dette er viktig for alle aldersgrupper, ikke minst for eldre.
- Det kan stilles krav til at deler av det opparbeidete uteområdet skal være offentlig tilgjengelig. Offentlig tilgang kan sikres gjennom offentlig ferdsels- og bruksrett.
- Uteområder på skoler og barnehager bør fungere som nærmiljøanlegg for boligområdene rundt.
- Kommunene bør stille minimumskrav til areal og kvalitet på uterom. Felles uterom må være store nok til å romme lek, ballspill og lignende.



- Kommunene bør ha gode styringsdokumenter som sikrer offentlig kontroll med formgivingen av det offentlige rom. Private eiendomsbesittere kan bidra som byutviklere.
- Normer og krav gir gode føringer, men er ikke en tilstrekkelig betingelse for god kvalitet. Utbyggere og prosjekterende må sikre god utforming.
- I et plan- eller utbyggingsforslag bør det gå klart fram hvordan både arealkrav og kvalitetskrav til uterommet er oppfylt. Det er tillatt å stille krav til utearealer og atkomst i reguleringsbestemmelser utover det som er angitt i Byggteknisk forskrift.
- Illustrasjonsplaner/utomhusplaner bør være målsatt, vise terrenghøyder og stigning på gangveger, veger, terrengbehandling, trapper, murer, parkeringsplasser og belysning. Planene bør vise bebyggelse med angitte innganger, vegetasjon, avgrensing av areal for lek og for sittegrupper samt prinsipper for materialbruk og overflater.
- Ressurspersoner bør innlemmes i planleggingsarbeidet. De kan dra i gang sosiale aktiviteter i det ferdige anlegget.

Uteområder kan opparbeides i samarbeid mellom kommunen og andre aktører. På skoler og barnehager bør uteområdene fungere som nærmiljøanlegg for boligene rundt.



1. St. Olavs Hospital, Trondheim.
Landskapsarkitekt:
Asplan Viak.
2. Hokksund ungdomsskole,
Hokksund. Landskapsarkitekt:
Østengen & Bergo .
3. St. Olavs Hospital, Trondheim.
Landskapsarkitekt:
Asplan Viak.
4. Åsveien skole, Trondheim.
Landskapsarkitekt:
Løvetanna Landskap.

5.2

Finansiering

Ved å benytte seg av ulike tilskuddsordninger og ved at flere aktører inngår samarbeid, kan det være mulig å finansiere nyetablering og oppgradering/rehabilitering av uterom. Når flere bidrar økonomisk, kan prosjekter bli gjennomførbare. Slike samarbeid kan foregå på flere måter.

Hvert år deler staten ut spillemidler til idrett og fysisk aktivitet. Kun kommuner og idrettslag kan søke, men de kan inngå samarbeid med andre aktører. Spillemidlene støtter mer enn tradisjonelle idrettsanlegg som ballbinger og fotballbaner, spillemidlene kan også benyttes til å utvikle nærmiljøanlegg i byrommene. Denne muligheten bør utnyttes bedre enn i dag.

I flere byer er det inngått samarbeid mellom kommunen og private utbyggere om opparbeidelse av byrom i forbindelse med oppføring av leiligheter. Det offentlige arealet opparbeides av private utbyggere mot at dette arealet inngår som del av uteoppholdsarealet. Dette kalles frikjøp av uteoppholdsareal. Slike samarbeidsformer åpner for nye muligheter, men stiller også store krav til ivaretagelse av beboernes behov for uterom med kvalitet.

Kommuner bør ha god oversikt over aktuelle tilskuddsordninger og de bør være hjelpelige med å finne frem til aktuelle tilskuddsordninger. Mange kommuner, lag og foreninger abonnerer på «Tilskuddsportalen» som har en oversikt over mange av tilskuddsordningene med tilhørende søknadsfrister.

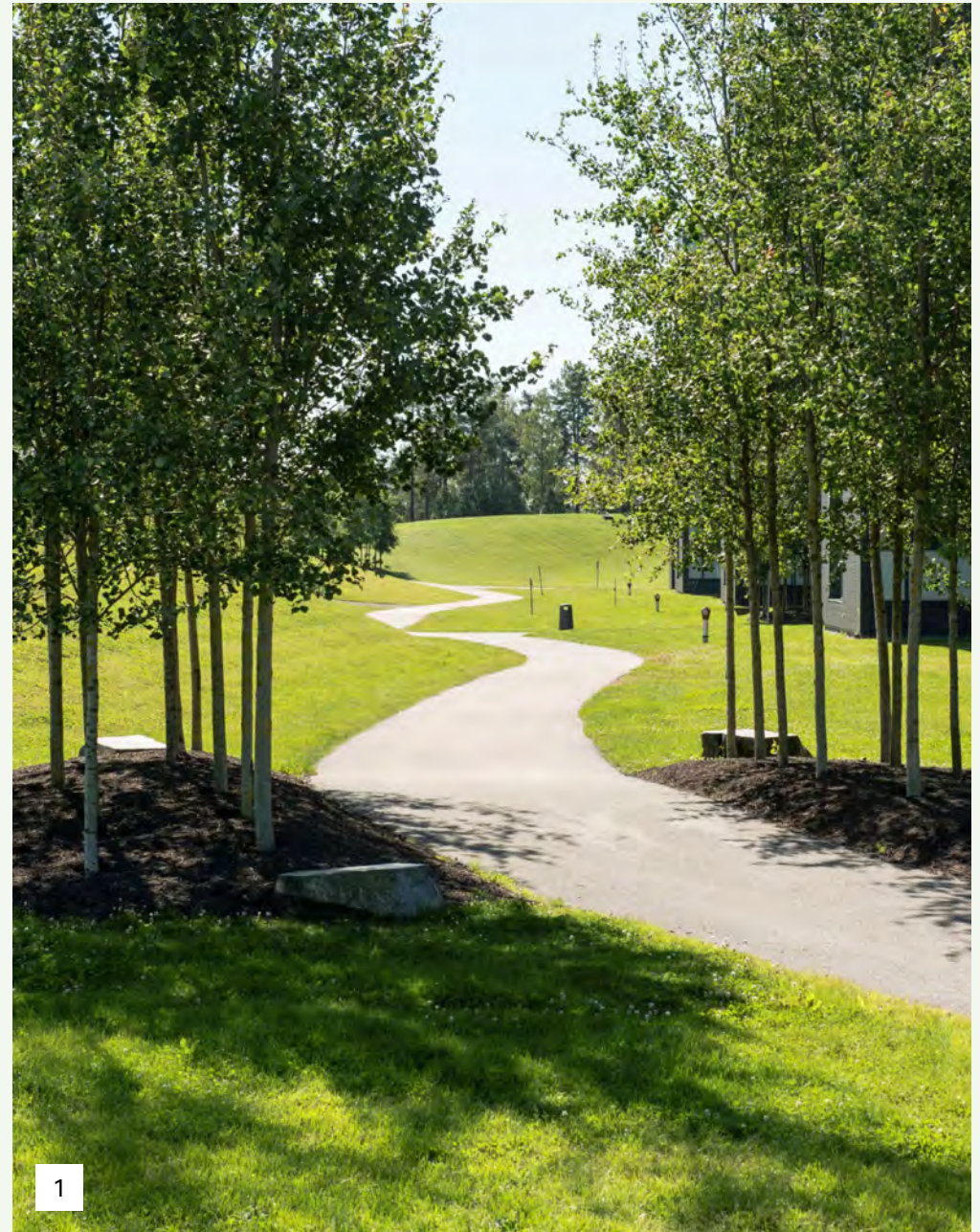
Dugnadsarbeid kan benyttes som egenandel i mange tilskuddsordninger og kan bidra til å redusere egenandelen i prosjektet. Det settes en pris på hver dugnadstime. Dugnad kan også skape samhold og eierforhold til et prosjekt. Dette er det gode eksempler på.

Nærmiljøanlegg finansiert av spillemidler.



Del 6

Drift og vedlikehold



1

6

Drift og vedlikehold

Det må tas hensyn til drift og vedlikehold i planleggingsfasen. Et anlegg som ikke får tilstrekkelig vedlikehold, vil raskt miste sin attraktivitet. Utformingen må derfor tilpasses nivået for fremtidig vedlikehold. Robuste materialer, møbler og utstyr reduserer behov for vedlikehold.

Det kan ikke stilles krav i plan eller byggesak om privat drift av offentlige friområder, men det kan inngås frivillige avtaler om dette. Kristiansand kommune har god erfaring med slike driftsavtaler. Kommunen eier arealet, men private har ansvar for vedlikeholdet. På denne måten får beboere et eierforhold til anlegget. Rene og ryddige anlegg gir forutsigbarhet for brukerne, og bidrar til at det blir mindre forsøpling og hærverk.

Uteanlegg skal også fungere om vinteren. Gode rutiner for strøing, salting og brøyting av gangsoner er nødvendig for å sikre god tilgjengelighet også om vinteren. Det må være avsatt tilstrekkelig areal til snøopplag.

Gode rutiner for strøing, salting og brøyting av gangsoner er nødvendig for å sikre god tilgjengelighet også om vinteren.



1. Vintervedlikehold må prioriteres.
2. Også trapper må være trygge om vinteren.

Aktuell litteratur

Lovverk:

- Byggteknisk forskrift. (2017). Forskrift om tekniske krav til byggverk.
- Diskriminerings- og tilgjengelighetsloven. (2013). Lov om forbud mot diskriminering på grunn av nedsatt funksjonsevne.
- Plan- og bygningsloven. (2008). Lov om planlegging og byggesaksbehandling.

Litteratur (veiledere, artikler, bøker):

- Direktoratet for byggkvalitet (2017). Tilgjengelig bolig: Prosjekteringsverktøy.
- Fylkesmannen i Oslo og Akershus og Akershus fylkeskommune (2016). Livskraftige Urbane Bomiljø Eksempelsamling.
- Haugesund kommune (2015). Veileder for uterom.
- Husbanken og Hageselskapet (2009). Veileder: Universell utforming av uteområder ved flerbolighus.
- Husbanken og Norges Blindforbund (2015). Inkluderende uteområder – Bevegelsesfrihet for synshemmede
- Kommunal- og moderniseringsdepartementet (2016). Byrom – en idehåndbok. Hvordan utvikle byromsnettverk i byer og tettsteder.
- Kristiansand kommune (2014). Rapport: «Godt og trygt lys der du går og sykler» – Med forslag til Belysningsnormal.
- Kristiansand kommune (2015). Normaler for utomhusanlegg i Kristiansand kommune.
- Lindheim (2016). Spor. Bjørbekk & Lindheim.
- Norsk Form Stiftelsen for Design og Arkitektur i Norge og Senter for byøkologi (2012). Uterom for en billig penge.

- Norsk Standard (2009). NS 11005-1:2014 Universell utforming av opparbeidete uteområder.
- Norsk Standard (2014). Universell utforming av byggverk – Veifinning.
- Oslo kommune, Helseetaten, Geriatrisk ressurscenter (2013). Demensvennlige omgivelser - Grønne utemiljøer - naturlige og tilrettelagte.
- Skien kommune (2017). Mosaikk erfaringer, tips og gode råd fra Skien.
- Statens vegvesen og Direktoratet for byggkvalitet (2015). Arkitektoniske virkemidler for orientering og veifinning, Faglige råd.
- Trondheim kommune (2013). Krav til uterom – veileder.

Foto

Side	Illustrasjon	© Copyright			
1	1	Universell Utforming AS	19	6	Sundhed & Livsmød
5	1	Karen-Anne Noer	20	1	Universell Utforming AS
8	1	Universell Utforming AS	20	2	Trine Presterud
10	1	Selberg Arkitekter	20	3	Emile Ashley
10	2	Karen-Anne Noer	20	4	Universell Utforming AS
10	3	Universell Utforming AS	20	5	Sunded & Livsmød
10	4	Karen-Anne Noer	21	1	Universell Utforming AS
11	1	Gunn Schmitthenner	21	2	Universell Utforming AS
13	1	Universell Utforming AS	21	3	Sundhed & Livsmød
13	2	Karen-Anne Noer	21	4	Wenche Lindberg
13	3	Universell Utforming AS	21	5	Universell Utforming AS
15	1	Universell Utforming AS	22	1	Lars Karelius Noer
15	2	Universell Utforming AS	22	2	Universell Utforming AS
15	3	Universell Utforming AS	22	3	Emile Ashley
15	4	Universell Utforming AS	22	4	Trine Presterud
15	5	Universell Utforming AS	23	1	Universell Utforming AS
16	1	Universell Utforming AS	23	2	Karen-Anne Noer
16	2	Universell Utforming AS	23	3	Universell Utforming AS
16	3	Karen-Anne Noer	23	4	Anders Martinsen
16	4	synlig.no	24	1	Emile Ashley
17	1	Karen-Anne Noer	24	2	Østengen & Bergo
17	2	Jan Tore Lindskog	24	3	Karen-Anne Noer
17	3	Trine Presterud	25	1	Anne Moseby
18	1	Karen-Anne Noer	25	2	Universell Utforming AS
18	2	visualis / m.c.herzog	25	3	Anne Moseby
18	3	Silja Noer Steinset	27	1	Karen-Anne Noer
18	4	Karen-Anne Noer	27	2	Karen-Anne Noer
19	1	Universell Utforming AS	27	3	Universell Utforming AS
19	2	Sundhed & Livsmød	27	4	Helle Nebelong
19	3	Universell Utforming AS	27	5	Marte Garmark
19	4	Universell Utforming AS	29	1	Turid Holter Steinset
19	5	Universell Utforming AS	29	2	Jan Fredrik Lund

29	3	Asbjørn Gutubø Håkonseth	45	1	Universell Utforming AS
29	4	Karen-Anne Noer	45	2	Karen-Anne Noer
29	5	Stine Andreassen	45	3	Universell Utforming AS
31	1	Universell Utforming AS	45	4	Universell Utforming AS
31	2	Universell Utforming AS	45	5	Trondheim kommune
31	3	Universell Utforming AS	47	1	Simon Blix
31	4	Universell Utforming AS	47	2	Helle Nebeløng
31	5	Universell Utforming AS	47	3	Universell Utforming AS
31	6	Anne Skare	47	4	Sigrid Vasseljen
32	1	Universell Utforming AS	47	5	Universell Utforming AS
32	2	Selberg Arkitekter	49	1	Universell Utforming AS
32	3	Universell Utforming AS	49	2	Universell Utforming AS
33	1	Universell Utforming AS	49	3	Universell Utforming AS
33	2	Karen-Anne Noer	51	1	Ivar Kvaal
33	3	Østengen & Bergo	51	2	Universell Utforming AS
34	1	Svein Tybakken, Kristiansand kommune	51	3	Karen-Anne Noer
			51	4	Universell Utforming AS
34	2	Ivar Kvaal	51	5	Anna Hellstrøm
35	1	Karen-Anne Noer	52	1	Camilla Jensen
35	2	Universell Utforming AS	55	1	Tom Riis
35	3	Universell Utforming AS	55	2	Universell Utforming AS
35	4	Østengen & Bergo	55	3	Universell Utforming AS
35	5	Universell Utforming AS	56	1	Dag Jensen
36	1	Karen-Anne Noer	56	2	Dag Jensen
36	2	Karen-Anne Noer	56	3	Dag Jensen
36	3	Sindre Ellingsen	57	1	visualis / m.c.herzog
38	1	Universell Utforming AS	60	1	Universell Utforming AS
38	2	Anne Skare	60	2	Østengen & Bergo
40	1	Karen-Anne Noer	60	3	Universell Utforming AS
40	2	Universell Utforming AS	60	4	Universell Utforming AS
40	3	Universell Utforming AS	62	1	Kongsvinger kommune
40	4	Universell Utforming AS	62	2	Kongsvinger kommune
40	5	Universell Utforming AS	63	1	Ivar Kvaal
42	1	Universell Utforming AS	65	1	Ivar Kvaal
42	2	Karen-Anne Noer	65	2	Universell Utforming AS
42	3	Universell Utforming AS	70	1	Universell Utforming AS
42	4	Jan Tore Lindskog	70	2	Universell Utforming AS
42	5	Østengen & Bergo			

VEDLEGG 1

Innspill fra workshop



1. Workshop på Designinstituttet, Oslo.
2. Workshop på Designinstituttet, Oslo.

VEDLEGG 1

Innspill fra workshop

Forslag til innhold og aktiviteter i uterom

Innhold

- Ulike type benker (noen med ryggstøtte og armlener), sittegrupper, hammock, dobbel hammock, zipline-stol, benker/bord med spill, naturlige stubber og steiner
- Planter og trær, sansehage
- Grillplass, utekjøkken
- Scene, uteamfi
- Treningsapparater, hinderløype, aking, skatebord, sykkelløype, bocciabane, klatrestativ, klatrevegg, skaterampe, trampoline (gjerne nedgravd i bakken, for både barn og eldre), hengekøye, store brettspill, sjakkspill, fontene, drikkefontene, leker lagt opp for dyr, store installasjoner/møbler som lager lyd, musikk, grønnsakshage, labyrint, lekeområde der man kan tegne med kritt, utekino, opptegnede linjer til spill, natursti med poster, benker rundt dam (kids digger å leke med vann), skøyteis på dam om vinteren, skyggespill, lysshow, utsiktspunkt/utsiktsplass

Aktiviteter

- Grillkvelder, sommerfester
- Felles trening, yoga, aerobic
- Ballspill, kubb, boccia
- Hagearbeid
- Meditasjon
- Matlaging
- Litteraturkvelder
- Kafé

VEDLEGG 2

Sjekkliste for uterom ved leilighetsbygg

NR	Sjekkliste	Beskrivelse	Ja/Nei
1	Har uterommet sikre og enkle forbindelser til omgivelsene?	Til sentrum og kollektivtrafikk	
		Til større grønne områder	
		Gangveier utformet i henhold til krav	
2	Gir uterommet kvaliteter til de omkringliggende omgivelsene?	Uteområde åpent for allmennheten	
		Nye forbindelser gjennom området	
		Funksjoner som trengs i området	
		Bevaring av terreng og vegetasjon	
		Utearealer skjermet mot støy og forurensning	
3	Er utearealene tilrettelagt for variert bruk for alle aldersgrupper?	Har utearealet innhold og utforming som stimulerer barn, ungdom, voksne, eldre og personer med funksjonsnedsettelse til fysisk aktivitet?	
		Har utearealet innhold som stimulerer til sosial og fysisk aktivitet på tvers av aldersgrupper?	
		Er det tilrettelagt for tilfeldige møter?	
		God plassering og utforming av steder for ro og refleksjon	
4	Er det avsatt tilstrekkelig plass for praktiske formål utendørs?	Egnet sted for parkering av barnevogner, rullatorer, sykler og lignende	
		Praktisk, diskret og tilgjengelig plassering av kildesortering	
		Tilstrekkelig plass for drift, vedlikehold og snølagring	
		Felles møteplasser og lekeplasser plassert i den klimatiske gunstige delen av uteområdet?	
5	Er utearealene solbelyste og lune?	God prioritering mellom sol, utsikt og vindskjerming	
		Bygningene plassert og utformet slik at de skaper le?	
		Vegetasjonen brukt til å skape le?	

VEDLEGG 2

Sjekkliste for uterom ved leilighetsbygg

NR	Sjekkliste	Beskrivelse	Ja/Nei
6	Har utearealene robuste materialer, beplantning og utstyr?	Arealdisponering som gir effektiv drift og lite vedlikehold	
		Utstyr, belegg og beplantning som tåler klima og vanlig bruk fra barn og voksne	
		Ikke allergifremkallende vegetasjon	
		Nok jordsmonn til levedyktig vegetasjon	
7	Er overvannet håndtert lokalt?	Stor andel permeable flater som gir infiltrasjon	
		Åpne eller lukkede fordrøyningsbasseng	
		Estetisk og praktisk utnyttelse av overvann	
8	Bidrar utformingen til god orientering og veifinning? Er uteområdet tilgjengelig for alle brukergrupper?	Har gangvegene stigningsforhold i henhold til krav? Er gangbanene ryddige og uten hindringer?	
		Har gangvegene fast dekke som gjør det mulig å kjøre med barnevogn, sparkesykkel, rullestol og rullator og lignende uten at hjulene synker ned i dekket?	
		Er det avsatt plass til personer i rullestol ved utebordene?	
		Har barn og voksne i rullestol tilgang til lekeutstyret/aktivitetene?	
		Bruk av kontraster og ledende elementer som gjør det enkelt å orientere seg	
		God og hensiktsmessig belysning	
		Bevisst bruk av ulike materialer som bidrar til orientering og veifinning	
		Sammenheng i de ledende elementene slik at det er enkelt å finne frem for personer med nedsatt syn	
9	Opplevs uteområdet trygt og sikkert?	Klart skille mellom leke- og oppholdsarealer og kjørbare arealer	
		Trygg bevegelsesrunde for barn, eks sparkesykkel- og sykkelrunde	
		Trygg bevegelsesrunde for eldre -gårunde- med jevnlig hvilemuligheter	
		God belysning som gjør at det føles trygt å bevege seg ute når det er mørkt. Åpent og gjennomsiktig	
		Håndløper til hjelp i trapper og ved stigninger	

VEDLEGG 3

Byggteknisk forskrift (TEK 17)

TEK 17

Byggteknisk forskrift (TEK17) angir minimumskrav til utførelse. Forskriften består av både bestemmelser og veiledning, begge deler skal følges. Gjennom reguleringsbestemmelser kan kommuner stille strengere krav til uteareal enn minimumskravet.

Under vises et utvalg av paragrafer som er relevante når uteareal ved leilighetsbygg skal utformes. Utdrag fra veiledningen er også tatt med. I veiledningen angis preaksepterte ytelser. Dette er ytelser som vil oppfylle, eller bidra til å oppfylle, ett eller flere funksjonskrav i forskriften. Preaksepterte ytelser angir minimum som er nødvendig for å oppfylle forskriftens krav.

TEK 17 Kapittel 8	Opparbeidet uteareal Utdrag av bestemmelser og veiledning Dette kapitlet omfatter bestemmelser om opparbeidet uteareal (atkomst, parkering og uteoppholdsarealer) og plassering av byggverk (plassering av byggverk tas ut av TEK 1.7.2021).
§ 8-1 Opparbeidet uteareal	Opparbeidet uteareal skal utformes slik at det er tilstrekkelig egnet til sin funksjon. <i>Veiledning: Med opparbeidet uteareal menes opparbeidet atkomst, parkeringsareal og uteoppholdsareal i tilknytning til byggverk, og uteoppholdsareal for allmennheten. Det er forskjellige krav til utearealet til byggverk avhengig av hvilken type byggverk utearealet er knyttet til. Dette fremgår av egne bestemmelser i kapittel 8 og kommer i tillegg til de generelle kravene til uteareal som er nevnt i denne bestemmelsen.</i>
§ 8-2 Opparbeidet uteareal med krav om universell utforming	(1) Følgende opparbeidet uteareal skal være universelt utformet slik det følger av bestemmelser i forskriften: a) uteareal for allmennheten b) uteareal for boligbygning med krav om heis c) uteareal for byggverk for publikum d) uteareal for arbeidsbygning.

VEDLEGG 3

TEK 17

§ 8-3. Uteoppholdsareal

- (1) Uteoppholdsarealer skal etter sin funksjon være egnet for rekreasjon, lek og aktiviteter for ulike aldersgrupper.
- Veiledning: Viktige egenskaper for egnet uteoppholdsareal er at*
- delers av området reserveres til felles uteoppholds- og lekearealer med solinnfall, skjerming mot vær og klima, og vern mot støy.*
 - uteoppholdsarealet for boenheter er variert slik at det kan benyttes til ulike aktiviteter og for ulike aldersgrupper av beboere. Disponeringen og utformingen av uteoppholdsarealet som viser at uteoppholdsarealet etter sin funksjon er egnet, skal dokumenteres på situasjonsplan, utomhusplan eller på annen egnet kartillustrasjon. Hvilke vurderinger knyttet til egnethet som ligger til grunn for utforming av arealet, må framgå av situasjonsplan, utomhusplan eller tilhørende notat.*
- (2) Uteoppholdsarealer skal plasseres og utformes slik at det oppnås god kvalitet med hensyn til
- sol- og lysforhold
- Veiledning: Sol- og lysforhold er viktige kvaliteter på ethvert uteoppholdsareal. Lysforhold omfatter dagslys og kunstig belysning. Belysning på kvelds- og nattetid vil kunne øke sikkerheten og tryggheten ved bruk av arealene.*
- Der det ikke er mulig å oppnå gode solforhold på alle uteoppholdsareal, er det viktig å plassere stillesittende aktiviteter der det er uteoppholdsareal med gunstige solforhold, både for barn, unge, voksne og eldre. Dette gjelder også sosiale møtesteder med bord, sittegrupper og lignende.*
- støy- og annen miljøbelastning
- Veiledning:*
- Uteoppholdsareal som skal være egnet for ro og hvile egner seg dårlig for plassering like inntil støykilder eller et uteoppholdsareal der det forutsettes støyende aktivitet, for eksempel ballspill.*
- Lydforhold på uteoppholdsareal er regulert i § 13-6.*
- Preaksepterte ytelser*
- Der det er flere valgmuligheter for plassering av uteoppholdsarealet må det velges det arealet som får minst miljøbelastning.*
- (3) Uteoppholdsarealer skal utformes slik at personer ikke utsettes for farer. Følgende skal minst være oppfylt:
- Lekearealer skal avskjermes mot trafikk
- Veiledning: Kravet gjelder også ballbaner.*
- Nivåforskjeller skal sikres slik at fallskader forebygges.
- Preaksepterte ytelser*
- Nivåforskjell på mer enn 3 meter må sikres med rekkverk, gjerde, tett vegetasjon eller lignende slik at fallskader forebygges.*

Forsetter neste side ▼▼

VEDLEGG 3

TEK 17

Nivåforskjell på mer enn 0,5 meter der det er hardt underlag som betong, asfalt, steinheller og lignende, må sikres med rekkverk, gjerde, tett vegetasjon eller liknende slik at fallskader forebygges.

Nivåforskjell på mer enn 0,5 meter der det er hardt underlag som betong, asfalt, steinheller og lignende, må sikres med rekkverk, gjerde, tett vegetasjon eller liknende slik at fallskader forebygges.

- (4) Basseng, brønn eller lignende i uteoppholdsarealer skal sikres med gjerde, overdekking eller tilsvarende avstenging for å hindre at personer faller i dem.
- (5) Følgende gjelder i tillegg for uteoppholdsarealer med krav om universell utforming:
- a) Opparbeidet areal avsatt til lek og rekreasjon skal ha et horisontalt felt med fast dekke på minimum 1,6 m x 1,6 m som muliggjør deltakelse og likestilt bruk.
- Veiledning: Størrelsen på arealet er dimensjonert for at en rullestol kan være parkert, at den kan snu og at det er plass for personer ved siden av. Arealet kan inngå i annet dekke som legges på lekearealet, forutsatt at dette er et fast dekke som hjulene ikke kjører seg fast i. Det er ikke behov for markering eller merking av arealet.*
- Preaksepterte ytelser*
- Horisontalt felt må plasseres hensiktsmessig i forhold til lekeapparater. Der det er flere typer lekeplassutstyr må det være flere felt dersom feltet ikke er plassert sentralt i forhold til lekeapparatene. Der det etableres et rekreasjonsareal med bord og stoler eller annen type rekreasjonsareal, må det også etableres et horisontalt felt slik at rullestolbruker har plass til å delta på en likestilt måte og kunne snu. Atkomst må gå helt fram til det horisontale feltet og mellom øvrige felt.*
- b) Opparbeidet utendørs nivåforskjell skal være merket visuelt og taktilt.
- c) Stolper, rekkverk og lignende skal ha synlig kontrast til omgivelsene.
- Veiledning: Preaksepterte ytelser*
- Den synlige kontrasten med luminanskontrast 0,4 må være en del av utformingen, enten ved at stolper, rekkverk og lignende gir en fargekontrast til omgivelsene, eller at de er markert slik at man gjøres oppmerksom på fare for sammenstøt. Luminanskontrasten må da være mellom stolpen, rekkverket og lignende, og markeringen.*
- d) Det skal være plass for rullestol der det anlegges sitteplasser.
- Veiledning: Arealet plasseres slik at bruken former en naturlig sittegruppe, slik at personer i rullestol kan delta likestilt. Ved benker kan det frie areal plasseres ved siden av eller overfor benk. Plassering av arealet i veibanen er ikke tilstrekkelig.*
- e) Opparbeidet badebasseng skal være utstyrt eller utformet slik at det er lett å komme seg ned i og opp av vannet.

VEDLEGG 3

TEK 17

<p>§ 8-4. Generelle krav til gangatkomst og ganglinjer</p>	<p>(1) Gangatkomster skal være sikre og dimensjonert for forventet ferdsel og transport.</p> <p><i>Veiledning: Med gangatkomst menes gangvei fra kjørbare vei og parkering til inngangsparti til byggverk og uteoppholdsareal, og gangvei mellom byggverk og uteoppholdsareal. Kravet gjelder alle opparbeidete utearealer, jf. § 8-1.</i></p> <p><i>Det er viktig at gangatkomsten er fri for hindre og utstikkende elementer fra byggverket slik at fare for sammenstøt unngås.</i></p> <p>(2) Sentrale ganglinjer som går over åpne arealer på større plasser og torg som skal være universelt utformet, skal ha tydelig avgrenset gangsoner eller ledelinje. Mønstre i gategrunnen skal ikke gi villedende retningsinformasjon.</p> <p><i>Veiledning: Kravet gjelder opparbeidete uteområder med krav til universell utforming. Bevisst bruk av arkitektoniske virkemidler vil redusere behovet for kunstige ledelinjer, som legges særskilt for at blinde og svaksynte skal orientere seg.</i></p> <p><i>Etablering av egne gangsoner som er fri for hindringer gir ryddige og enkle omgivelser å ferdes i. Sammenhengende gangsoner eller ledelinjer er spesielt viktig for personer med nedsatt syn og for blinde, som kan miste kontakten med ledesystemet dersom det ikke er kontinuitet i de ledende elementene.</i></p> <p><i>Dersom det legges mønstre i gategrunnen, er det viktig at materialet som angir gangsonen eller ledelinjen er tydelig markert i forhold til øvrig mønster, og uten avbrudd med nivåforskjeller. Det er viktig at markeringer som skal være ledende fører helt inntil målpunktet, for eksempel til inngangsdøren i byggverket.</i></p> <p><u>Preaksepterte ytelser</u></p> <ol style="list-style-type: none">1. På større plasser foran inngangspartier til byggverk der det er vanskelig å orientere seg, må det etableres en gangsoner fri for hindringer, eller angis en ledelinje som fører til hoveddøren i inngangspartiene.2. På plasser eller torg der gatebelegget har svært ujevn overflatestruktur, eller har et dekke som gir stor friksjon for hjul, må det anlegges en gangsoner med materialer som egner seg.3. Gangsoner og ledelinjer må markeres taktilt og visuelt:<ol style="list-style-type: none">a. Den taktile merkingen må utføres slik at det er følbart med føttene.b. Den visuelle merkingen må ha en synlig kontrast med luminanskontrast 0,4 mellom bakgrunnen og markeringen.
<p>§ 8-7. Gangatkomst til uteoppholdsareal med krav om universell utforming ▼▼</p>	<ol style="list-style-type: none">1) Gangatkomst til uteoppholdsareal med krav om universell utforming skal<ol style="list-style-type: none">a) være trinnfrieb) ha stigning som ikke er brattere enn 1:15, unntatt strekninger inntil 5,0 m som kan ha stigning som ikke er brattere enn 1:12

VEDLEGG 3

TEK 17

- c) ha hvileplan på minimum 1,6 m x 1,6 m for hver 1,0 m høydeforskjell
- d) ha fri bredde minimum 1,8 m, unntatt for strekninger inntil 5,0 m som kan ha fri bredde minimum 1,4 m.
Veiledning: Fri bredde på lengre gangatkomster og gangveier kan også reduseres til 1,4 meter over kortere strekninger på inntil 5 meter, dersom dette er hensiktsmessig.
- e) ha tverrfall på maksimum 1:50
- f) ha fast og sklisikkert dekke
Veiledning: Kravet til sklisikkert dekke innebærer ikke krav om varmekabler som holder det fritt for snø og is. Noen eksempler på fast dekke er asfalt, steinmel (subbus) og granittheller.
Preaksepterte ytelser:
 1. Det må velges et dekke som når det ikke er tildekket med snø eller is, gjør det mulig å kjøre med rullestol og rullator uten at
 - a. hjulene synker ned i dekket,
 - b. det blir tungt å kjøre og
 - c. man kjører seg fast.
 2. Dekket må i tørr og våt frostfri tilstand ikke være så glatt at det er fare for fallskader ved forutsatt bruk.
- g) ha visuell og taktil avgrensing.
Veiledning: Preaksepterte ytelser:
 1. Gangatkomsten må være synlig i terrenget, med luminanskontrast 0,4 mot tilstøtende areal.
 2. Det må være mulig å kjenne avgrensingen på gangatkomsten med føttene eller med mobilitetsstokk.
 3. Kantstein kan være en taktil og visuell avgrensing når den har en annen struktur som er følbart, og har en annen farge enn dekket på gangatkomsten og tilstøtende areal.
 4. Der det ikke settes kantstein må det være avstand mellom veikant og eventuell grøft.
- (2) Dersom flere uteoppholdsarealer har samme funksjon, er det tilstrekkelig at minst ett av disse har gangatkomst som oppfyller kravene i første ledd bokstav b. Øvrige gangatkomster skal ha stigning maksimum 1:10.
Veiledning: Dersom for eksempel lekeplassene er svært forskjellige, en med sandkasse og en med huske, gjelder ikke unntaket selv om begge har en lekeplassfunksjon.
- (3) Der terrenget er for bratt til at kravet om stigningsforhold i første ledd bokstav b kan oppnås, skal stigningen være maksimum 1:10
Veiledning: Når situasjonen tilsier at et stigningsforhold på 1:15 vil kreve uforholdsmessige terrenginngrep, kan det vurderes om stigningsforhold på 1:10 kan oppnås. Det er nødvendig å legge inn hvileplan på strekningen. Unntak fra regelen om stigningsforhold på 1:15 for gangatkomst til byggverk for publikum og uteoppholdsareal er mest aktuelt der gangatkomsten går over lengre strekninger i kupert terreng.

husbanken.no

Husbanken

universellutforming.org

Universell Utforming AS



Husbanken

