

SOLVÅR WÅGØ OG KARIN HØYLAND

Bokvalitet og hverdagsliv for eldre

En evaluering av ulike boligkonsepter

Prosjektrapport 36

2009



SINTEF Byggforsk

Solvår Wågø og Karin Høyland

Bokvalitet og hverdagsliv for eldre

En evaluering av ulike boligkonsepter

Prosjektrapport 36 – 2009

Prosjektrapport nr. 36
Solvår Wågø og Karin Høyland
Bokvalitet og hverdagsliv for eldre
En evaluering av ulike boligkonsepter

Emneord:
Bokvalitet for eldre, universell utforming, bomiljø, områdekvaliteter

Prosjektnummer: 3B009400

ISSN 1504-6958
ISBN ISBN-13 978-82-536-1089-4

Omslag: Beboere i Havstadtunet BL
Foto omslag: Nadia Frantsen. Kilde: TOBBs medlemsmagasin, REDE, nr. 4/06
Øvrige foto: Forfatterne, der ikke annet er nevnt

25 eks. trykt av AIT AS e-dit
Innmat: 100 g scandia
Omslag: 240 g trucard

© Copyright SINTEF Byggforsk 2009
Materialet i denne publikasjonen er omfattet av åndsverklovens bestemmelser. Uten særskilt avtale med SINTEF Byggforsk er enhver eksemplarframstilling og tilgjengeliggjøring bare tillatt i den utstrekning det er hjemlet i lov eller tillatt gjennom avtale med Kopinor, interesseorgan for rettighetshavere til åndsverk.
Utnyttelse i strid med lov eller avtale kan medføre erstatningsansvar og inndragning, og kan straffes med bøter eller fengsel.

Adr.: Forskningsveien 3 B
Postboks 124 Blindern
0314 OSLO
Tlf.: 22 96 55 55
Faks: 22 69 94 38 og 22 96 55 08

www.sintef.no/byggforsk

Forord

Prosjektet "Bokvalitet og hverdagsliv for eldre" er en evaluering av ulike boligkonsepter rettet mot eldre. Det overordnede målet med prosjektet er å gi bedre innsikt i hvilke forhold som er viktige for at den voksende gruppen eldre kan mestre eget hverdagsliv i selveiet bolig så lenge som mulig. Prosjektet har undersøkt hvilken betydning den fysiske tilretteleggingen har for fellesskap, samt hvilken betydning lokalisering og nærmiljø har for beboernes hverdagsliv. Forhold som blir studert er organisering av bebyggelsen, om det er uformelle møtesteder, fellesarealer og lokaler som fungerer som formelle møtesteder, og i hvilken grad de fysiske omgivelsene gir mulighet for å leve et aktivt liv og ha mulighet for fysisk og sosial kontakt med andre. Dette er fysiske rammebetingelser som er av betydning for utvikling av ikke-fysiske faktorer som igjen kan påvirke opplevelsen av bo - tilbudet. Ikke-fysiske faktorer kan være å opprettholde, tape eller bygge nye sosiale nettverk som kan medvirke til å få følelse av å delta, føle trygghet og å føle seg nyttig.

Bakgrunn og referanse for "Bokvalitet og hverdagsliv for eldre" er prosjektet "Boliger for eldre – kommunale strategier" som ble avsluttet i 1997. Dette prosjektet var en studie av fem boligprosjekter i Trondheim rettet mot eldre. I prosjektet "Bokvalitet og hverdagsliv for eldre" ønsker vi å undersøke hvordan de som i 1997 var 10 år yngre og gjerne friskere, opplever bosituasjonen i dag. Ut fra erfaringene fra den gang, ønsker vi spesielt å fokusere på sammenhengen mellom det fysiske miljøet og den psykososiale dimensjonen. Hvilken betydning har nabokontakt, aktivitetstilbud og lokalisering for de eldres hverdagsliv? I hvilken grad påvirker dette livskvalitet og muligheter og ønsker om å bli boende?

Målgruppen for kunnskapen som kommer fram gjennom prosjektet er beslutningstakere i kommunal boligpolitikk, private utbyggere, planleggere og prosjekterende arkitekter. Resultatene fra undersøkelsen kan gi innspill til utviklingen av kommunal boligpolitikk.

Prosjektet er finansiert av Husbanken Region Midt-Norge og Trondheim kommune ved Helse- og velferdsseksjonen. Prosjektet er utført ved SINTEF Byggforsk, avdeling Bygninger av forsker / M.Arch. Solvår Wågø i nært samarbeid med forsker / PhD stipendiat Karin Høyland (NTNU/ SINTEF Byggforsk). Karin Høyland har bidratt i utforming av intervjuguider og spørreskjema. Hun har også deltatt i drøftingen av problemstillinger og med kunnskapsmateriale fra egen forskning. I tillegg har Bjørg Horntvedt Østnor ved Høgskolen i Sør-Trøndelag (HIST), deltatt i utformingen av intervjuguide og i intervjuer med hjelpetjenesten.

Prosjektet er gjennomført i samarbeid med Husbanken og Trondheim kommune og fulgt av en referansegruppe bestående av:

- Husbanken Region Midt-Norge v/ Gry Kongsli, Inger Marie Holst og Randi Selseth
- Trondheim kommune, Helse-/ velferdsenheten v/ Marit Sivertsen
- Trondheim kommune, Boligenheten v/ Helge Raaen
- Fakultet for arkitektur og billedkunst, NTNU, v/ Eli Støa
- TOBB Omsorg v/ Egil Lyngen
- Styrene i de fire bo-tilbudene v/ Kari Sandnes (Birkehaug), Joril Fossflaten (Siriusveien), Jan Mastad (Omsorgsboligene på Valentinlyst) og Einar Løvseth (Havstadtunet).

Takk til alle som har stilt opp til intervjuer og brukt tid på å svare på spørreskjema! Takk til referansegruppens medlemmer for innspill underveis og takk til oppdragsgiverne som gjorde denne studien mulig!

Oslo / Trondheim, mai 2009

Jørn Brunsell
Forskningssjef

Solvår Wågø
Prosjektleder

Innhold

FORORD.....	3
1. SAMMENDRAG.....	5
Hvilke forhold er viktig i boliger for eldre?	5
Kort beskrivelse av de 4 boligprosjektene for eldre i Trondheim	7
2. BAKGRUNN OG MÅLSETTING FOR STUDIEN	9
En aldrende befolkning.....	9
"Boliger for eldre - kommunale strategier."	10
Forskningsspørsmål	11
Funn og konklusjoner i 1997 -undersøkelsen	12
Hva har skjedd siden 1997?	13
3. DET FYSISKE OG SOSIALE MILJØETS BETYDNING FOR HELSE OG TRIVSEL	14
Fysiske rammebetingelsers betydning for et godt hverdagsliv.....	14
Det sosiale miljøets betydning for helse og trivsel	15
Betydningen av møteplassen.....	16
4. EKSEMPELSTUDIER SOM METODE	17
Kvantitative og kvalitative metoder som verktøy for å innhente kunnskap.....	17
Kriterier for valg av boligeksempler til studien	17
5. PRESENTASJON AV BOLIGOMRÅDENE.....	18
Fire ulike botilbud	18
Birkehaug Seniorboliger, borettslag på Lade	19
Siriusveien terrasse, sameie på Stubban.....	24
Havstadtunet Borettslag, omsorgsboliger på Byåsen	28
Omsorgsboligene ved Valentinlyst helse- og velferdssenter	33
6. RESULTATER FRA UNDERSØKELSEN – EN SAMMENLIGNING AV BOTILBUDENE.....	38
Områdekvaliteter og lokalisering.....	38
Betydningen av nabokontakt og fellesarealer	43
7. OPPSUMMERING OG KONKLUSJONER.....	49
Hvilke boligløsninger kan bidra til et godt hverdagsliv for eldre?	49
Den nye "livsløpsboligen"	49
Boligbasert omsorg er god samfunnsøkonomi.....	52
8. VEDLEGG	54
Spørreskjema beboere.....	54
Intervjuguide beboere.....	63
Intervjuguide hjemmetjenesten.....	65
9. LITTERATUR	67

1. Sammendrag

Det overordnede målet med studien "Bokvalitet og hverdagsliv for eldre" har vært å kartlegge hvilke faktorer som er viktige for at eldre mennesker skal kunne bo godt i egen bolig så lenge som mulig.



***Boliger for eldre –
kommunale strategier***
Sluttrapport

**SINTEF Bygg og miljøteknikk
Arkitektur og byggteknikk
Desember 1997**

Prosjektet var fullfinansiert av Husbanken
Prosjektleder: Eli Støa

Med utgangspunkt i undersøkelsen "Boliger for eldre. Kommunale strategier" (Støa 1997) som ble gjennomført for 10 år siden har vi ønsket å se på i hvilken grad boligene fungerer over tid, om noen har flyttet, i tilfelle hvorfor, hva som fungerer godt og hva som ikke fungerer så godt. To av prosjektene som ble undersøkt for 10 år siden inngår i denne undersøkelsen. To nye eksempelområder der en del kvaliteter er ivaretatt som tilbudene som ble undersøkt for 10 år siden mangler, er tatt med i den nye undersøkelsen for å se hvilken effekt dette har hatt. Med bakgrunn i de 4 boligprosjektene (2 bygget i 2005 og 2 bygget i 1995) har vi undersøkt hvilke aspekter som er viktige for at den voksende gruppen eldre kan tilbys et attraktivt bo-tilbud som gjør dem i stand til å mestre eget hverdagsliv i selveid bolig så lenge som mulig. Resultatene fra studien vil gi innspill til utviklingen av den kommunale boligpolitikken gjennom at det utvikles forslag til strategier og virkemidler på bakgrunn av prosjektets konklusjoner.

Prosjektet har vært gjennomført i samarbeid med Husbanken og Trondheim kommune.

Hvilke forhold er viktig i boliger for eldre?

Hvem er "de eldre"?

Det er umulig å definere hvem "de eldre" er og hvilke behov de har. Gruppen "eldre" er ingen ensartet gruppe og behovene endres over tid. Både boligpreferanser og hjelpebehov varierer uavhengig av alder. Beboerne i de boligene som er evaluert i denne studien, er i alderen 30-90 år. Alle informantene våre er mellom 70-90 år. Det er denne aldersgruppen vi har fokus på i denne studien, da det ofte er aldersgruppen over 80 år som på grunn av fysiske svekkelser blir mindre mobil, får et større hjelpebehov og ofte må flytte fra egen bolig.

Det sosiale miljøet er av vesentlig betydning.

Boligforskning har i stor grad vært konsentrert om den praktiske siden ved det å bo. Tilrettelegging for eldre har lenge vært ensbetydende med å tilrettelegge for bruk av rullestol. Undersøkelsen bekrefter at opplevelsen av trygghet og mulighet for å treffe andre er kvaliteter som også er av vesentlig betydning for å kunne bli boende i egen bolig når mobiliteten minker og omsorgsbehovet øker. Et tilpasset tjenestetilbud er selvfølgelig også en avgjørende faktor i denne fasen. Det fysiske miljø kan aldri skape et sosialt bomiljø, det kan imidlertid legge mer eller mindre til rette. Faktorer som kan ha betydning er tilrettelegging av fellesareal, muligheten for å kunne bli boende over tid (flytte internt) og tjenestetilbud som igansetter fellestiltak.

Fellesarealer er viktig

Ut fra spørreundersøkelsen og intervjumaterialet virker det som fellesarealer er avgjørende for å skape et godt bomiljø og legge til rette for at naboer skal bli kjent og opprette et fellesskap. Gjennom etablering av fellesarealer har man også klart å utnytte de eldres egne ressurser ved at de selv tar initiativ til arrangementer og fellesskap. Ikke alle ønsker å gå på besøk til hverandre. Fellesarealet blir derfor en nøytral arena slik at man slipper å føle at man trenger seg på. I det området der de går mest på besøk til hverandre (i omsorgsboligene ved Valentinlyst Helse- og velferdssenter) er fellesarealet plassert ved atkomsten slik at alle må passere gjennom det. Dette gjør at fellesarealet nede i 1. etasje ikke er så mye i bruk; det er mer trafikk der, og fellesarealet oppe blir et utgangspunkt for å bli kjent, men når man har blitt kjent er det hyggeligere å gå inn til hverandre. På Havstadtunet er fellesarealet en egen stue som er mye i bruk både til formelle og uformelle møter. På Birkehaug har de fellesareale i kjellerens "storstue". "Storstua" er mye i bruk og har vært viktig for bo-miljøet. Av kvaliteter som de ville ha prioritert ved flytting kommer det klart fram at beboerne i Siriusvegen som i dag ikke har fellesareal, nå ville ha lagt vekt på dette som en kvalitet.

Lokalisering og transport

Nærhet til service og rekreative omgivelser anses som viktig og inspirerer til å gå både lange og korte turer. Et godt kollektivt transporttilbud anses også å være av betydning slik at man kan ta del i andre aktiviteter og kulturtilbud i byen. Mange eldre kjører ikke bil selv lenger og det må legges til rette for et utvidet transporttilbud. De mener at et egnet kollektivt transporttilbud er et tilbud med stoppested nær boligen og avganger minimum 4-5 ganger daglig. Siste avgang bør være så sen at det er mulig å gå på kino, restaurant, i teateret osv.

Hjelpetjenestens rolle

Tilbudet om hjemmetjenester tilbys uavhengig av hvor du bor. Et av prosjektene har lokalisert hjemmetjenester i samme bygg. Man kan anta at dette kan ha betydning for opplevelsen av trygghet. Undersøkelsen bekrefter imidlertid ikke dette. Undersøkelsen kan tyde på at tett nabokontakt kan gi like stor opplevelse av trygghet. Studien viser seg at de yter mer nabohjelp der hjemmetjenesten ikke er i huset; eks. på Havstadtunet og Birkehaug. En annen forklaring på dette kan imidlertid også være at de som bor her er yngre og mindre hjelpetrengende. Hjelpetjenesten sier at de sparer tid til transport når de som mottar tjenester er samlet. De sier også at nye boliger med livsløpsstandard er bedre tilrettelagt for hjelpere og bruk av hjelpemidler. Dette letter arbeidet deres. På Havstadtunet, der boliganlegget er tilknyttet TOBB omsorg (et privat tjenestetilbud) er beboerne mest positive til å motta privat hjelp. Det er liten grunn til å tro at beboerne her har større økonomisk mulighet til å kjøpe tjenester enn i de andre prosjektene. Dette kan tyde på at viljen til å kjøpe tjenester ikke bare avhenger av betalingsevne, men om dette tilbudet oppleves som kjent og vanlig.

Livsløpsstandarden var et godt skritt på vege.. men ikke nok !

Undersøkelsen viser at på Birkhaug har 28 personer bodd til de døde. Informasjon fra intervjuer tyder på at at boligtilbudet i disse tilfellene har fungert også i en siste fase med omfattende hjelpebehov. Tjenestetilbudet og livsløpsstandarden har trolig vært viktige bidrag til dette. Dette bekrefter at boliger med livsløpsstandard var et godt tiltak som har bidratt til at flere kunne bli boende i egen bolig livet ut. Livsløpsstandarden er i dag utvidet til å omfatte andre brukergrupper som svaksynte og miljøhemmede. Dette betegnes nå som Universell utforming. Av tiltak som kunne bidratt til enda mindre flytting nevnes *bedre lokalisering og transporttilbud, samt ulike størrelser på boligene*. Flere har gitt uttrykk for at de kunne tenke seg en mindre bolig etter å ha blitt enke. Livsløpsstandarden omfatter kriterier som forutsetter rullestoltilgjengelighet fra bil inn til boligene. For eldre mennesker som ofte har sammensatte funksjonsnedsettelse og som ikke lenger kjører bil, er ikke dette godt nok. Hensynet til den som er dårlig til bens, og ikke kjører bil selv er derfor en vel så viktig brukergruppe når man planlegger for eldre som rullestolbrukerne. Det er imidlertid ingen ting som sier at man ikke kan legge begge disse brukerperspektivene til grunn ved planlegging av boliger for eldre. Videre bekrefter undersøkelsen at tilgjengelighet for eldre ikke bare handler om å komme fra kjøkkenet til badet. Nærhet og mulighet til å delta i samfunnet for øvrig er en viktig del av det som oppleves som "bokvaliteter" også for de eldste.

Kort beskrivelse av de 4 boligprosjektene for eldre i Trondheim

De 4 boligprosjektene omfatter Siriusveien Terrasse på Stubban, Birkehaug seniorboliger på Lade, omsorgsboligene ved Valentinlyst Helse- og velferdssenter på Valentinlyst og Havstadtunet omsorgsboliger på Byåsen. Felles for prosjektene er at det bor en stor andel eldre i alle områdene. De er alle, med unntak av Siriusveien Terrasse, organisert som borettslag og har hatt, unntatt omsorgsboligene på Valentinlyst, privat byggherre. Alle prosjektene har stor grad av fysisk tilrettelegging for rullestol, bortsett fra Siriusveien Terrasse der rullestolbrukere ikke kommer inn på toalettene eller ut på terrassen. Fysisk utforming og tilrettelegging for fellesskap ellers er temmelig ulik. Birkehaug har et fellesareal uten vinduer i kjelleren, Havstadtunet har en stor stue med utgang til terrasse og hage like ved atkomsten. På Valentinlyst har de fellesarealer ved atkomsten, der folk passerer gjennom på vei fra trapp/heis og inn i egen leilighetsfløy. Uansett utforming og kvaliteter er fellesarealene høyt verdsatt av beboerne.

Siriusveien Terrasser

omfatter 52 leiligheter i to terrasseblokker som sto ferdige i 1995. Boligområdet ligger på Stubban, 5-6 km sør for Trondheim sentrum. Det er langt og bratt til nærmeste butikk og buss. De fleste beboere er enslige mellom 60 og 80 år. De fleste som bor her er relativt funksjonsfriske. De som ikke er funksjonsfriske har et stort hjelpebehov. De fleste kommer fra eneboliger ulike steder i byen. Leilighetene er på ett plan med heis og P-kjeller. De har ikke livsløpsstandard, men mye sol og utsikt. Det er ingen fellesrom inne. Ved atkomsten til hver av blokkene er det en felles uteplass. Det er dårlig visuell kontakt mellom private terrasser og felles atkomst og uteplass.

Spørreundersøkelsen viser at den sosiale aktiviteten mellom naboene er vesentlig mindre enn i de andre områdene. Trivselen i bomiljøet er litt lavere enn i de andre områdene, men ikke mye. Når vi spør om hvilke endringer de ville ønsket ved bytte av bolig, svarer beboerne ved Siriusveien Terrasse i høyere grad enn i de andre områdene at de ville lagt vekt på fellesarealer ute og inne, samt naboer som kjente hverandre bedre. Halvparten av beboerne som bodde her i 1997 har flyttet nå 10 år etter.

Birkehaug seniorboliger

ble bygget i 1995 og består av 53 leiligheter i 4 blokker rundt et felles tun. Boligområdet ligger på Lade, ca 4 km fra bysentrum. Det er langt å gå til nærmeste butikk og dårlig kollektivtilbud. Leilighetene har heis, P-kjeller og livsløpsstandard. De største leilighetene går over 2 plan. Under byggeprosessen ble det bestemt at et disponibelt areal i kjelleren skulle disponeres til fellesareal ; "Storstua". I tunet er det en stor sentral felles uteplass og flere små sittegrupper der man kan nyte utsikten sammen med andre.

80% av beboerne på Birkehaug er mellom 60 og 80 år, og en stor andel av dem er over 80 år. Beboersammensetningen i Siriusveien og Birkehaug var stort sett den samme i 1997, men beboerne på Birkehaug har i større grad blitt boende. I Siriusveien har om lag halvparten av beboerne flyttet siden 1997, mens omlag 28%, har flyttet fra Birkehaug. Flere av de opprinnelige beboerne på Birkehaug er døde. Som i Siriusveien er de fleste beboerne funksjonsfriske, men de som trenger hjelp har et større hjelpebehov enn i de andre områdene. Beboerne på Birkehaug kom i hovedsak fra eneboliger og de fleste hadde bodd på Lade. Den sosiale aktiviteten har vært høy, men intervjumaterialet kan tyde på at det skjer et skifte nå. Trivselen i bomiljøet er blant det høyeste i de undersøkte boligområdene. Beboerne rangerer forholdet til friarealer og turmuligheter som den viktigste kvaliteten ved bo-tilbudet.

Havstadtunet omsorgsboliger

sto ferdig i 2005 og består av 34 leiligheter i 2 blokker rundt et felles gårdsrom. Det er 4-5 km til byen. Butikken ligger like ved. Kollektivtilbudet er godt med hyppige bussavganger i nærheten. Havstad Bo- og Servicesenter med dagkafe, trim og svømmebasseng ligger i gangavstand. Byåsen Butikksenter med diverse butikker, lege osv ligger i gangavstand for de sprekeste. De fleste beboerne her har passert 80 år, det er et stort spenn i funksjonsdyktighet, men hjelpebehovet her er jevnt over mindre pr. beboer som trenger hjelp enn på Birkehaug og i Siriusveien. Beboerne på Havstadtunet kommer stort sett fra eneboliger eller blokkbebyggelse i området som ble uegnet da de ble eldre. Leilighetene har heis, P-kjeller og livsløpsstandard. Ved atkomsten er det en stor felles stue med utgang til felles terrasse og hage. Den sosiale aktiviteten er den høyeste i de fire undersøkte boligområdene og Havstadtunet scorer høyest på trivsel. Turmulighetene i området, fellesarealene og kort avstand til butikk, post, apotek og buss er det som rangeres av beboerne som de viktigste kvalitetene ved bo-tilbudet.

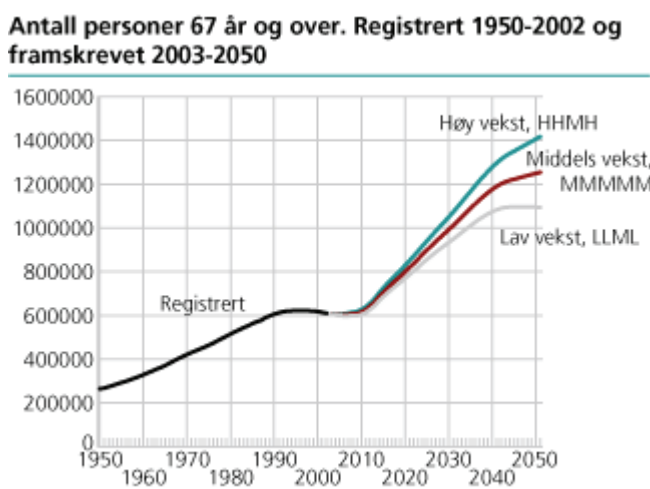
Omsorgsboligene ved Valentinlyst Helse- og velferdssenter

sto ferdig i 2005. Boligene er bygget sammen med resten av senteret som består av dagsenter, bydelskafé, hjemmetjeneste, sykehjem og bofellesskap. Det består av 19 leiligheter som alle er godt tilrettelagt for et utvidet hjelpetilbud. Det er 2-3 km til byen, kort vei til et godt busstilbud og Valentinlystsenteret med butikker, kafeer, post osv ligger rett over veien. De fleste beboerne er i 80 årene. Beboerne her er de som har lavest funksjonsevne av alle beboerne i de 4 områdene vi har undersøkt, men hver beboer har mindre hjelpebehov pr. uke enn de som trenger hjelp på Birkehaug og i Siriusveien. Beboerne kommer i hovedsak fra rekkehus og blokkbebyggelse. Bo-tilbudet har heis, P-kjeller og livsløpsstandard. Fellesarealet ligger ved atkomsten. Den sosiale aktiviteten er høy, og i dette området går de mer på besøk til hverandre enn i de andre boligområdene. Beboerne verdsetter kvaliteter som nærheten til butikk, bank, post, samt det at det er attraktivt å gå tur i nabolaget.

2. Bakgrunn og målsetting for studien

En aldrende befolkning

En stadig nedgang i dødeligheten i de høyere aldersgruppene sammen med alderssammensetningen i befolkningen, fører til en sterk økning i antall eldre de neste 30 årene. Ifølge SSBs framskrivninger kan antall 67-åringer og eldre i Norge øke fra 610.000 i 2002 til så mange som 1,4 millioner i 2050. Vi kan få seks ganger så mange gamle over 90 år som i dag, (SSB 2008). For en stor del av befolkningen vil livet etter fylte 70 år, komme til å utgjøre en fjerdepart av livsløpet. Vi vil få en stor gruppe eldre som er fysisk spreke, med en aktiv livsstil og som vil være konsumenter av mange typer tjenester. Samtidig kan vi forvente at med denne aldringen av befolkningen, vil utbredelsen av en del sykdomsgrupper øke dramatisk. Dette gjelder spesielt kreftsykdommer og aldersdemens. Den sterke økningen i antallet eldre og økning i sykdomsutbredelse, vil medføre en kraftig vekst i pleie- og omsorgsbehovet i befolkningen samtidig som det blir færre yrkesaktive til å bidra til pleie og omsorg for de gamle.



Figur 1: Befolkningsframskriving. (SSB 2008)

For å møte denne utfordringen, er det viktig å legge til rette for at eldre skal kunne mestre hverdagslivet i egen bolig så lenge som mulig gjennom bygging av boliger tilpasset alderdommen og tilrettelegging i nærmiljøet. Fokus har tidligere i hovedsak vært på fysisk tilrettelegging i forhold til ulike funksjonsnedsettelse man knytter til alderdommen. Man har betraktet beboernes forhold til boligen først og fremst som en funksjonell relasjon. Psykososiale forhold som behov for trygghet, sosial kontakt, inspirasjon og stimulerende opplevelser i hverdagen, er så langt kun i begrenset grad vektlagt.

Kontrastene er store mellom den travle hverdagen for de fleste voksne og barn som har mange ulike arenaer for deltakelse i sosialt fellesskap, og de som er "satt til side". Det kan skje med et hvilket som helst friskt og aktivt menneske at helse svikter og at man føler seg "unyttig". Eller det kan skje slik som mange eldre opplever det; ved at de blir alene igjen etter at ektefelle, venner og slektninger dør fra dem. De eldste eldre blir gjerne lite mobile, de blir dårlig til beins og mister førerkortet. Boligen, nærmiljøet og naboskapet blir viktige arenaer. Synkende livskvalitet til den stadig større gruppen av aleneboende eldre som ikke er friske nok til å aktivisere seg selv, og som heller ikke er så syke at de får plass på sykehjem, representerer en betydelig utfordring for vår eldreomsorg.

Hvor stor andel av 90-åringene kan forventes å kunne klare seg selv i egen bolig? Hvor mange av dem ønsker å bo alene? Mangel på kontakt og samvær med medmennesker og mangel på innhold i hverdagen representerer en betydelig utfordring også for mange relativt friske eldre.

”Boliger for eldre - kommunale strategier.”

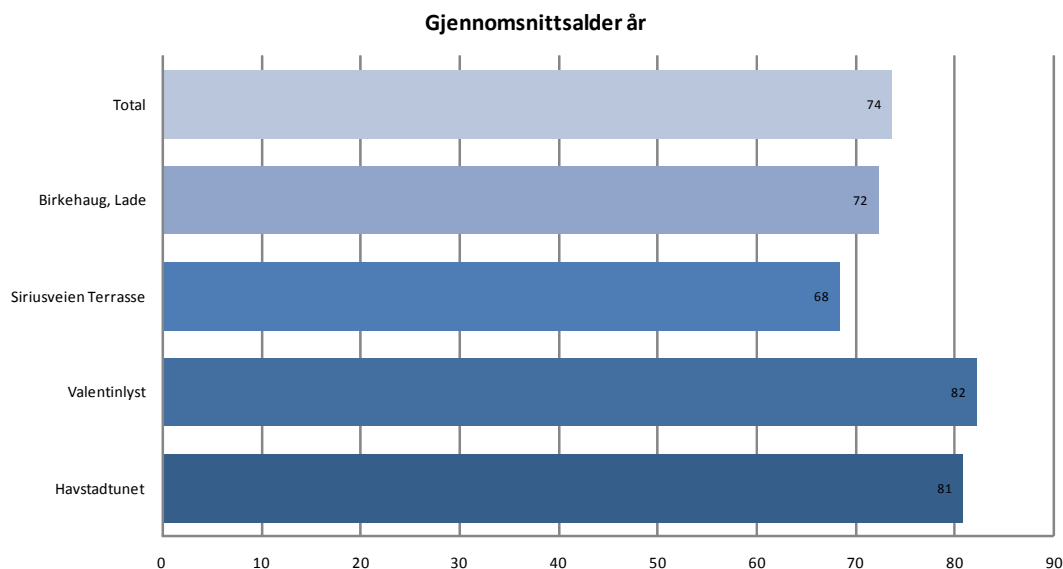
Bakgrunnen for denne studien er prosjektet ”Boliger for eldre – kommunale strategier” som ble avsluttet i 1997 (Støa 1997). Dette prosjektet var en studie av fem boligprosjekter i Trondheim, markedsført mot eldresegmentet. Siriusveien Terrasser, Birkehaug Seniorboliger, Zion Borettslag som alle tre var nybygg og Klostergata 72 og Rosenborg BL som var ombyggingsprosjekter, ble undersøkt.

For 10 år siden flyttet forventningsfulle eldre inn i nye leiligheter, rettet mot eldre som ønsket en enklere hverdag. Nå - 10 år etter - ønsker vi å gå tilbake til noen av boligprosjektene for å se hvordan det fysiske bomiljøet fungerer i forhold til en beboergruppe som er blitt 10 år eldre. Dette prosjektet vil undersøke hvordan boligene har fungert over tid. Hva fungerer godt og hva fungerer mindre godt?

Ved å studere to av de samme prosjektene som ble omfattet av studien i 1997, vil vi få økt kunnskap om beboerne har valgt å bli boende eller flytte videre. Videre ønsker vi å studere hvilke kvaliteter som de i dag ser som viktige. Har dette perspektivet endret seg med botid og alder? I de to valgte boligprosjektene Siriusveien og Birkehaug bodde det hovedsakelig friske 70 årige ektepar i 1997. Gjennom intervjuer og en spørreskjemaundersøkelse har vi undersøkt hvor mange som har blitt boende og hvilke erfaringer de har hatt med bolig og bomiljø i dette tidsperspektivet. Det er også viktig å få et bilde av hvilke faktorer som gjør at noen kunne bli boende livet ut.

I dag er ca halvparten av beboerne i Siriusveien under 70 år, 39% er mellom 70 og 80 år og 8% er over 80 år. På Birkehaug er litt mindre enn halvparten av beboerne under 70 år, 21% mellom 70 og 80 år og 35% over 80 år. På Birkehaug har de fleste blitt boende, mens i Siriusveien har nesten halvparten flyttet. Gjennom intervjuer har vi undersøkt mulige flytteårsaker. Vi har intervjuet de som har blitt boende og spurt hvilke faktorer de opplever som viktige eller problematiske og vi har intervjuet noen av beboerne som har flyttet.

I tillegg til eksempelstudiene fra 1997 har vi valgt å supplere med 2 nye boligeksempler. I de to nye boligene er det forsøkt å legge til rette for gunstig lokalisering i forhold til service og transport, et tettere sosialt miljø gjennom fellesarealer for beboerne og et økt tjenestetilbud. Dette er faktorer som man i dag, 10 år etter, er i større grad fokusert på som kommunale strategier for denne målgruppen. Boligprosjektene er planlagt med ulik grad av fellesskapsløsninger og fellesarealer inne og ute og har knyttet til seg ulike private og offentlige tjenestetilbud. Eksemplene representerer både ordinære leiligheter rettet mot seniorsegmentet og omsorgsboliger.



Figur 2: Gjennomsnittsalder i områdene i 2008

Forskningsspørsmål

I dette prosjektet ønsker vi å finne ut om boligløsningene som de eldre valgte for 10 år siden, også fungerer når man blir eldre og mer skrøpelig. I tillegg til at vi ønsket å studere hvordan disse boligene fungerer for en beboergruppe med økende bevegelses- og orienteringshemninger, ville vi også undersøke om boligene også la forholdene til rette for utvikling av fellesskap og etablerte rammer for et godt bomiljø. Mange eldre opplever isolasjon og passivitet, noe som også påvirker den psykiske og somatiske helsetilstanden. Aktive eldre har gjerne også bedre helse.

I tillegg til Birkehaug og Siriusveien som ble undersøkt i studien fra 1997, har vi valgt å studere to nye eksempler på boliger for eldre; Havstadtunet borettslag på Byåsen med Trondheim og Omegn Boligbyggelag (TOBB) som utbygger og omsorgsboligene ved Valentinlyst helse og velferdssenter med Trondheim kommune som utbygger. Ved utbygging av disse boligene, er det bevisst forsøkt å legge til rette for gunstig lokalisering, et tettere sosialt miljø og god tilgjengelighet for pleie- og omsorgstjenester. I tillegg til at disse to nye boligprosjektene tjener som referanseprosjekter i forhold til de boligprosjektene som ble undersøkt i 1997, vil de en også isolert sett kunne vurdere om tiltakene i de nye boligområdene har hatt ønsket effekt.

Gjennom denne studien "Bokvalitet og hverdagsliv for eldre" ønsker vi å se på sammenhengen mellom fysiske løsninger og hvordan disse påvirker tilrettelegging for fellesskap og muligheten for å bli boende i egen bolig så lenge som mulig. Vi ønsker å opparbeide kunnskap og innsikt i hvilke forhold som er viktig for at den voksende gruppen av eldre kan tilbys et attraktivt boligtilbud som gjør dem i stand til å mestre eget hverdagsliv i selveid bolig. Vi håper at denne studien kan gi innspill til utviklingen av en kommunal boligpolitikk for eldre..

Både Siriusveien og Birkehaug var blant de første seniorboligprosjektene på landsbasis. Det har i løpet av de siste 10 årene vært bygd ut en rekke private boligtilbud rettet mot denne målgruppen. Vi ser det derfor som spesielt viktig å trekke erfaringer fra disse prosjektene og se hvilken konsekvenser disse bør få for utforming av boligpolitiske virkemidler.

Ved å gå tilbake til prosjektene som ble undersøkt for 10 år siden, kan vi finne ut i hvilken grad de som flyttet inn har valgt å bli boende, har behovet for tjenester økt og hvordan dette har blitt løst? Tilfredsstill utformingen av boligene en økende grad av funksjonsnedsettelse ved høyere alder?

- I hvilken grad har boligløsningene bidratt til en aktiv og verdig alderdom i egen bolig?
- I hvor stor utstrekning har de eldste eldre valgt å bli boende?
- Hva har gjort det mulig å bli boende?
- Hva er motivene for eventuelle flytteplaner?
- I hvilken grad har de etablert nettverk i bomiljøet?
- Hva betyr nettverkene for ønsket om å bli boende og klare seg selv?
- Hvilken betydning har nærhet til servicefunksjoner, sentrum og kollektivtransport?
- Hva betyr det å være selvstendig og ferdes trygt?

Vi ønsker også å se på hvordan fellesarealer ute og inne støtter opp om bomiljøet, og hvordan en bedre tilgjengelighet til servicetilbud og offentlige kommunikasjonsmidler kan bidra til styrket deltakelse i samfunnet og muligheter til å leve et aktivt liv. Påvirker dette trivselen og ønsket om å bli boende. Ved å supplere undersøkelsen med to nye case hvor nettopp disse boligkvalitetene er vektlagt tar vi sikte på å undersøke dette. Det er spesielt tre faktorer som vi ønsker å undersøke nærmere:

1. Områdekvaliteter og lokalisering
2. Bomiljø og nabokontakt
3. Betydningen av fellesarealer

Vi vil også se på hvilken betydning disse faktorene har i forhold til å føle seg trygg og om det evt. er andre faktorer som har betydning for beboerens trivsel og mulighet for å bo livet ut i egen bolig.

Funn og konklusjoner i 1997 -undersøkelsen

Et viktig funn fra undersøkelsen som ble avsluttet i 1997 var at ønsket om å selge eneboligen sin til fordel for en lettstelt og praktisk terrassehusleilighet med heis og parkeringskjeller, var mer knyttet til livsstil og status for folk i 50-60 års alderen enn til praktiske problemer som oppstår i forbindelse med alder og dårlig helse. Tilbudet av tilrettelagte boliger for de eldste og svakeste var mangelfullt på det private markedet, og det ble antydning at kommunen burde gå inn med aktiv styring for å sikre at de som hadde det største behovet, fikk anledning til å skaffe seg boliger der de kunne klare seg selv lengst mulig. Spørsmålene som ble stilt og som rapporten orsøkte å gi svar på var følgende (Støa 1997):

- *Hva kan det offentlige gjøre for å nå disse målene?*
- *Hvilke strategier bør utvikles og hvilke virkemidler må til for å gjennomføre dem?*

Som svar på dette ble det foreslått tre hovedstrategier:

1. Nybyggings-strategien
2. Ombyggings-strategien
3. Tjenestetilbuds-strategien

Selve tjenestetilbudet lå utenfor temaet for både studien for 10 år siden og denne undersøkelsen. Det som er interessant for begge disse studiene er først og fremst hvordan boligutformingen og lokaliseringen innvirker på de eldres muligheter til å opprettholde og / eller bygge nye nettverk, arenaer for å møte naboer og knytte kontakter i nærmiljøet, samt muligheter til å oppsøke service- og kulturtilbud. I tillegg er det interessant å se hvordan de samme faktorene muliggjør ulike former for tjenesteyting i hjemmet.

Alderssammensetning og marked

Prosjekter som Birkehaug og Siriusveien rettet seg for 10 år siden mot et markedsegment bestående av middelaldrende, friske og til dels ressurssterke mennesker. Disse hadde særlig to motiver for å flytte. De ønsket en mindre og mer lettstelt bolig og det var viktig å gjøre tiltak i forhold til sin alderdom i god tid før eventuelle alderdomsproblemer satte inn. Et spørsmål som ble stilt i denne studien, var om boligprosjekter som Birkehaug og Siriusveien ville tilfredsstille disse ønskene og behovene på sikt. Mange var kanskje lite bevisste på at behovene kunne endre seg. Med hensyn til behov for fellesarealer, kan funn fra 1997 og 2008 tyde på at dette blir mer aktuelt når beboerne blir eldre og bruker mer tid i hjemmet og nærmiljøet. Eldre mennesker blir gjerne mindre mobile med årene, og det er viktig at forholdene ligger til rette for etablere et sosialt nettverk i sitt nærmiljø.

I undersøkelsen for 10 år siden hadde vi å gjøre med to grupper eldre; De som valgte å flytte til for eksempel Siriusveien og Birkehaug og de som *ikke* ønsket å flytte, men valgte å bli boende i det samme område over lengre tid, for eksempel i Rosenberg borettslag. Svarene er stort sett sammenfallende når det gjelder hvilke endringer de la vekt på ved bytte av bolig. På Rosenberg var de mest opptatt av beliggenhet og ønsket om å bli boende på tross av dårlig tilgjengelighet. De ville bo sentralt.. Beboerne på Birkehaug kom stort sett fra sitt gamle nærmiljø og la vekt på at de kunne fortsette å bo på Lade.

Kontakt med naboer

I 1997-undersøkelsen kom det fram at den sosiale aktiviteten mellom naboene på Birkehaug er større enn i de andre områdene. Dette kan også ha sin bakgrunn i at de som flyttet inn på Birkehaug var med i møter med byggherren, fikk delaktighet i prosjektet og et felles mål. Dessuten ble det ved innflytting dannet et brukerutvalg. Brukerutvalget ble ved innflytting oppløst, men erstattet av et "miljøutvalg som har vært ansvarlig for sosiale arrangementer for beboerne. I tillegg kunne ulike fysiske løsninger være en årsak. Mens man i Siriusveien parkerte i kjelleren og tok heis direkte opp til sin egen inngang, hadde Birkehaug felles svalgang og gårdsrom samt felles lokaler innendørs.

Det er imidlertid vanskelig å trekke konklusjoner ut fra undersøkelsen om hvor godt det er å bo i de ulike områdene. Birkehaug skiller seg ut når det gjelder tilrettelegging for og grad av nabokontakt. Trivselen i bomiljøet er i følge undersøkelsen høyere på Birkehaug enn i Siriusveien. Vi ønsket å undersøke hvordan dette hadde utviklet seg over tid.

Boligens beliggenhet og nærmiljø

Nærhet til service og kommunikasjon, familie, venner og rekreasjonsmuligheter er andre kvaliteter som kan gjøre et nærmiljø godt å leve i. I hovedsak er det tre faktorer som i henhold til 1997 - undersøkelsen pekte seg ut som viktige når eldre velger bolig:

- Tilhørighet til området
- Nærhet til service, butikker, kollektivtransport etc og
- Nærhet til helse- og omsorgstilbud.

I tillegg kommer andre forhold som solforhold, nærhet til grøntarealer osv, men dette gjelder alle beboergrupper og er ikke spesielt for eldre beboere. Når beboerne valgte å flytte inn i Siriusveien og Birkehaug i 1995, kan det ikke forklares ut fra nærhet til verken service eller helse- og omsorgstilbud. Tilhørighet til området og lettvinne boligløsninger ser ut til å ha vært utslagsgivende i tillegg til at nærhet til rekreasjonsarealer har vært viktig for beboerne da de valgte å bo på Birkehaug.

Forslag til virkemidler i 1997

Gjennom planarbeid, tilskuddsordninger og gjennom informasjonsvirksomhet ble det foreslått at Trondheim kommune bør søke å påvirke den private boligbyggingen i Trondheim, slik at vi får flere boliger for eldre (Støa 1997)

- på ledige tomter nær bydelssentrene
- på ledige tomter nær institusjoner og sonekontor for helse- og omsorgstjenesten.
- i etablerte boligområder på initiativ fra brukerne selv, gjerne med aktiv deltakelse fra brukerne allerede på planleggingsstadiet.
-

Hva har skjedd siden 1997?

Et viktig målsetting for Trondheim kommunes eldrepolitikk er at

"Eldre må selv ta ansvar for egen bosituasjon slik at kommunen primært kan yte pleie og omsorg, og bolig til de som ikke selv klarer dette". (Støa 1997; Trondheim..kommune 2008)

Denne målsettingen er i tråd med vedtak gjort i Trondheim bystyre i 1997 og er blitt fulgt opp av det rød-grønne flertallet i Trondheim bystyre gjennom Lian erklæringen (2008): Her heter det:

Et viktig mål er å styrke hjemmetjenesten, og vi skal øke tilbudet til de som bor hjemme. Med økt tilrettelegging og trygghet i heimen, kan vi øke livskvaliteten og muligheten til å bo lengre hjemme." (Trondheim kommune 2008)

Boligbasert omsorg er et viktig mål for kommunen som ønsker å bygge ut tjenesteytingen i hjemmet slik at eldre kan få bo i egen bolig så lenge de selv ønsker. Det legges også vekt på å bevisstgjøre de eldre slik at de aktivt planlegger hvordan de vil ha det når de blir eldre.

3. Det fysiske og sosiale miljøets betydning for helse og trivsel

Denne studien har sitt fokus på boligkvalitet. Eksisterende forskning på boliger har ofte sitt hovedfokus på selve boligen som objekt. I denne studien forsøker vi å se på boligen som et av flere element som påvirker hverdagslivet. Omgivelsene kan i ulik grad innby til ulike aktiviteter, gi oss vakre opplevelser eller gjøre det mulig å se og være i kontakt med andre mennesker. Dette er alle faktorer man anser som viktige for menneskets helse.



Figur 3: Omgivelser som muliggjør fysisk aktivitet og inviterer til fysisk utfoldelse.

Fysiske rammebetingelsers betydning for et godt hverdagsliv

De fysiske omgivelsene vil aldri direkte initiere aktiviteter eller sosiale møter. De kan inspirere til og gjøre valgene mulig. Det finnes imidlertid også eksempler på det motsatte, det fysiske kan skape barrierer som for eksempel gjør det umulig for en rullestolbruker å komme ut fordi døren rett og slett er for tung å åpne. Avstander er også viktige barrierer i et samfunn der mange kjører bil og der omgivelsene primært er planlagt ut fra dette perspektivet. Mange eldre kjører ikke bil og lokalisering av boligen blir derfor av avgjørende betydning for muligheten til å nå fellesfunksjoner som rekreasjonsområder, kultur- og servicetilbud.

Det finnes store kvantitative og kvalitative studier som bekrefter at omgivelsene er av betydning. Man peker da særlig på betydningen av å komme ut, oppleve og se ut på grønne omgivelser, samt betydningen av å lage mer oversiktlige miljøer som oppleves som lette å orientere seg i. Videre er det vel liten tvil om at fysisk aktivitet og frisk luft generelt, er positivt for helsen.

Tradisjonelt har medisinsk helseforskning hatt fokus på tiltakenes helbredende effekt. Sett i lys av målgruppen eldre burde man i tillegg til denne kurative målestokken også se på effekter av andre tiltak enn de rent medisinske. Er man i den siste fasen i livet kan det like mye være snakk om forebygging og lindring eller rett og slett å legge til rette for et øyeblikks opplevelse av velvære og glede, til tross for svekkelser og sykdom. Enten det handler om følelsen av å bo "hjemme", å nyte solvarmen en sensommer, eller å kunne gå den daglige turen til butikken.

NTNU-forsker og idrettsfysiolog Jan Helgerud mener at folk aktivt må fristes til å ta vare på helsa. Han snakker om effektiv helsetrening slik at folk kan gjøre mest mulig av det de har lyst til lengst mulig: reise, passe barn, måke snø eller bare være oppegående pensjonister. *Ingen vil vel egentlig bli sittende og ha det vondt* sier Helgerud. Han hevder at det ikke er noe problem å "trene vekk" tretti år på en 85-åring i fysiologisk forstand. Han mener at fysisk aldersvekkelse henger nøye sammen med inaktivitet. *Det verste vi kan gjøre mot eldre er derfor å tilby dem et passivt liv i gyngestolen. Ingen har fortjent "å sette seg ned å nyte" de siste åra. Trening på blå resept burde vært en selvfølge*. (Helgerud 2002)



Figur 4: En enkel balkong der man kan stelle egne blomster, en hage å gå tur i eller bare å se ut på fra oppholdsarealet innenfor, er fysiske løsninger som kan friste til å gå ut og friste til aktivitet og gi gode sanseopplevelser.

Det sosiale miljøets betydning for helse og trivsel

I avhandlingen *Vardagslivets arenor* (Jansson 2002) stiller forfatteren spørsmålet om hvordan psykisk utviklingshemmede bruker boligen, evt. fellesrom samt nabolag. Hun beskriver at i ideologiens ånd og som en reaksjon på tvungne fellesløsninger (dvs. institusjonsløsninger), er det mange som vektlegger boligløsninger som stimulerer til selvstendighet. Den individuelle atskiltheten fremholdes da som vesentlig for å beholde selvstendigheten. Selv mener hun at kollektive og offentlige arenaer også er av vesentlig betydning, og at det er når mennesker i *felleskap* får muligheter for å prøve seg mot hverandre at man bygger opp under opplevelsen av selvstendighet. Det er ikke først og fremst gjennom å vanskeliggjøre fellesskap at man opplever selvstendighet og mestring av eget liv. Å kunne være sammen med andre er viktig for de aller fleste mennesker, om enn av ulik betydning.

Å tilrettelegge for fellesskap

Mange eldre ønsker og er i stand til både å initiere og ta eget initiativ til å delta på det som måtte foregå av kulturtilbud og aktiviteter i byen/ på stedet/ i boligområdet og vil også oftere ha et eget nettverk av gamle venner, naboer og familie. De som alltid har vært aktive vil sannsynligvis også ha lettere for å fortsette med det inn i alderdommen, mens de som ikke har vært vant til å ta initiativ kan bli enda mer passive. Antall arenaer å møte og treffe andre på, reduseres når mobiliteten reduseres og man ikke lenger er på jobb. Sosial isolasjon kan være et problem og er også en oppgave som kommunen forsøker å forebygge med ulike type tiltak. I undersøkelsen "Egen bolig også når helsa svikter" (Høyland et al. 2006) framgår det at en del eldre på grunn av store kognitive eller fysiske svekkelser ikke selv greier å gi hverdagen innhold og struktur. Et eksempel kan være at man selv ikke greier å snakke med noen, men likevel synes det er hyggelig å høre andre snakke sammen. Man har glede av å være en slags passiv betrakter eller tilskuer og dermed delta på sitt vis. De som er såpass svekket fysisk og/ eller psykisk kan trenge hjelp utenfra for å delta. I noen tilfeller kan denne hjelpen komme fra andre beboere, den kan komme fra pårørende eller omsorgstjenesten. Tilrettelagte aktiviteter kan være at det på initiativ fra kommunen, beboerne selv eller pårørende legges opp til felles teaterbesøk, felles spasereturer, trim, kafè, temakvelder og andre sosiale samlinger. I Trondheim kommune er det engasjert en egen miljøvert som sammen med beboerne skal sette i gang slike aktiviteter internt i botilbudene i tillegg til tiltak som den kulturelle spaserstokken som er et byovergripende tiltak.

Fellesarealer ute og inne kan være viktige arenaer for tilrettelagte aktiviteter innen botilbudet. Dette gjelder trolig mest for de eldste som har minst mobilitet. Fysisk nærhet til fellesarealer gir individuell frihet til å velge fellesskap for dem som ønsker det. Fellesarealene kan være en nøytral arena for å treffe andre og knytte relasjoner. I tillegg til fellesarealet kan uformelle møtesteder (en sittegruppe i trappeoppgangen, en benk ute, en bocciabane, en hage) være arenaer der det kan oppstå kontakt og uplanlagt aktivitet basert på beboernes eget initiativ og egne interesser.

Undersøkelsen "Egen bolig også når helsa svikter" bekrefter at det er ulike syn på ønsket om fellesskap versus det å være alene. De fleste gir imidlertid uttrykk for et ønske om begge deler. Det er et viktig poeng å trekke fram at både ansatte, pårørende og vi som forskere lever i en annen fart og i en annen livsfase enn mange eldre. Vi kan ut fra våre preferanser om et godt liv, få inntrykk av at noen er mer ensomme enn de selv opplever. Mange gir uttrykk for at det er av stor betydning å kunne holde på med sitt, inne i egen bolig. På grunn av svakhet og forvirring kan samvær med andre skape frustrasjon og konflikter. (Høyland et al. 2006)

Betydningen av møteplassen

Selv om det i det siste er økt fokus på omgivelsenes betydning for velvære har man i omtalen av boligkvaliteter for eldre, tradisjonelt vært mer fokusert på det rent funksjonelle som livsløpsstandard, plass til snusirkel og terskelhøyder osv. Ved å ta med sosiale og kommunikative boligkvalitetsaspekter får vi belyst et bredere spekter av kvalitet. Sett i lys av målgruppen viser allerede undersøkelsen fra 1997 at sosialt bomiljø er av vesentlig betydning for trivsel og opplevelsen av kvalitet i boligområdet.

Mange eldre ønsker å delta på det som måtte foregå av kulturtilbud og aktiviteter i byen/ på stedet/ i boligområdet og vil også ofte ha et eget nettverk av gamle venner, naboer og familie som det er viktig å kunne pleie. . Antall arenaer å møte og treffe andre på blir redusert når mobiliteten avtar og man ikke lenger er på jobb. Sosial isolasjon er et problem for mange eldre,.

Fellesarealer ute og inne kan være viktige arenaer for tilrettelagte aktiviteter innen botilbudet Dette gjelder trolig mest for de eldste som har minst mobilitet. Fysisk nærhet til fellesarealer gir individuell frihet til å velge fellesskap for dem som ønsker det. Fellesarealene kan være en nøytral arena for å treffe andre og knytte relasjoner. I tillegg til fellesarealet kan uformelle møtesteder (en sittegruppe i trappeoppgangen, en benk ute, en bocciabane, en hage) være arenaer der det kan oppstå kontakt og uplanlagt aktivitet basert på beboernes eget initiativ og egne interesser.

Undersøkelsen "Egen bolig også når helsa svikter" bekrefter at det er ulike syn på ønsket om fellesskap versus det å være alene (Høyland et al. 2006). De fleste gir imidlertid uttrykk for et ønske om begge deler. Fellesrommenes viktigste funksjon er å danne rammen omkring "livet mellom husene". I gården eller på svalgangen møtes boliggruppens beboere, og på gaten, butikken eller senteret møtes beboere fra hele nabolaget. Mange boligområder er ofte bygget opp slik; hierarkisk med private, halvprivate, halvoffentlige og offentlige områder. Den klare oppdeling gir bedre oversikt, større kjennskap til hvilke beboere som bor der og bedre mulighet for gruppevis organisering rundt løsning av felles utfordringer. (Gehl 2003). Denne måten å planlegge boligområder på kan også oversettes til planlegging av boliggrupper for eldre. Den private boligen henvender seg ut til et mindre fellesskap som igjen henvender seg til et større fellesskap og videre ut til det offentlige rom.

4. Eksempelstudier som metode

Undersøkelsen skal bringe fram kunnskap om sammenhengen mellom fysiske løsninger, tilrettelegging for fellesskap og tilgjengelighet til servicetilbud, og offentlige kommunikasjonsmidler. Vi ønsker å studere hva dette betyr for de eldres deltakelse i samfunnet, for trivsel og ønsket om å bli boende. Undersøkelsen har vært gjennomført som eksempelstudier av 4 boligprosjekter som er relativt ulike når det gjelder lokalisering, utforming og nivået på tjenestetilbud. Vi har lagt vekt på å undersøke og presentere erfaringene fra disse fire eksempelstudiene. .

En referansegruppe bestående av deltakere fra Husbanken, Trondheim kommune og en beboerrepresentant fra hver av de fire botilbudene har deltatt i diskusjoner om utvalg av eksempler, viktigste fokus/ forskningsspørsmål, samt resultater og tolkninger underveis.

Kvantitative og kvalitative metoder som verktøy for å innhente kunnskap

Vi gjennomførte først en intervjurunde med 2-3 beboere i hvert boligområde. I ett tilfelle ble også pårørende intervjuet. I noen tilfeller foretok vi gruppeintervjuer i tillegg til individuelle intervjuer. I de to boligområdene som ble innflyttet i 1995, intervjuet vi også beboere som har flyttet for å avdekke flytteårsaker. Videre foretok vi intervjuer med personale i Helse- og omsorgsbasene i de fire bydelene hvor boligområdene var lokalisert, Lade, Byåsen, Valentinlyst og Tempe. Totalt er det gjennomført ti intervjuer med beboere eller tidligere beboere, derav tre av disse som gruppeintervju, ett intervju med pårørende og seks intervjuer med personale i hjemmetjenesten. Ideelt sett burde vi intervjuet flere av de som har flyttet, men ut fra prosjektets økonomiske ramme, valgte vi å prioritere spørreundersøkelsen og bruke intervjuene som grunnlag.

En postal spørreundersøkelse ble sendt ut til alle beboerne i de 4 boligområdene. Denne spørreundersøkelsen utgjør den kvantitative delen av undersøkelsen og er tillagt størst vekt. Svarprosent på spørreundersøkelsen ble 70 %, noe vi anser som meget bra.

Kvalitative intervjuer som metode har sine styrker og svakheter. Styrken er at man gjennom personlige intervjuer i større grad enn gjennom spørreundersøkelser kan forstå beboernes fysiske og mentale forutsetninger og hvordan deres oppfatninger om trivsel henger sammen med deres livs- og bosituasjon. Svakheten er at man får bare noen få beboeres betraktninger. Styrken med spørreundersøkelser er at man får et bredere bilde når flere svarer. Kan hende svarer respondenten også mer direkte og ærlig enn i et intervju.

For å bestemme utvalget av personer som skulle intervjues, tok vi kontakt med Borettslagets leder for å få hjelp til å plukke ut et utvalg personer. Viktig informasjon fra andre grupper av beboere håper vi at vi har fått dekket opp gjennom spørreundersøkelsen som gikk ut til alle, samt gjennom intervjuer med de ansatte i helse- og omsorgstjenesten.

Kriterier for valg av boligeksampler til studien

Utvalget av boligprosjekter var delvis bestemt gjennom utvalget i 97-prosjektet. Ved å gå tilbake til de to prosjektene som var nybygd i 1997 og som hadde en overvekt av friske eldre for 10 år siden, ville vi få økt kunnskap om de har valgt å flytte videre, eller hvilke faktorer de opplever som viktige, gode eller problematiske. Ved å innføre to nye case der anbefalingene fra 1997 er fulgt opp ved at det er forsøkt å legge til rette for gunstig lokalisering i forhold til service, et tettere sosialt miljø og tjenestetilbud i nærheten, kan vi undersøke om disse tiltakene har hatt ønsket effekt. De to nye prosjektene er lokalisert i nærheten til service og omsorgstjenester og representerer et konsept Trondheim kommune har satset på.

Gjennom en sammenlignende studie av de fire prosjektene; to bygget i 1995 som ordinære boliger med ekstra kvaliteter som P-kjeller, heis, vaktmestertjenester og noe fellesareal, og to bygget i 2005 med nærhet til servicetilbud, omsorgstjenester og fellesskapsløsninger, kan vi få svar på i hvilken grad disse kvalitetene er med på å gi økt trivsel, trygghet og mulighet til å bo lenger i egen bolig.

5. Presentasjon av boligområdene



Figur 5: Lokalisering av boligsekseplene:

- Havstadtunet BL, Karolinerveien 13 og 15, Havstad.
- Siriusveien Sameie, Siriusveien 10 A og B, Stubban.
- Omsorgsboligene ved Valentinlyst helse- og velferdssenter, Anders Estenstads vei 5, Valentinlyst.
- Birkehaug BL, Harry Borthens vei 14, 16, 18 og 20, Lade.

Fire ulike botilbud

De fire utvalgte eksemplene representerer ulike botilbud for eldre. Birkehaug Seniorboliger og Siriusveien Terrasse som var med i undersøkelsen "Boliger for eldre – Kommunale strategier" i 1997 skulle være et tilbud til de som ville flytte til en enklere og mer lettstelt bolig for å få et enklere hverdagsliv med færre praktiske forpliktelser. I varierende grad ble det tatt hensyn til fellesskap, møteplasser, nærhet til servicetilbud og offentlig kommunikasjon.

Da Trondheim kommune planla omsorgsboligene ved Valentinlyst Helse- og velferdssenter og inngikk intensjonsavtale med TOBB Omsorg om utbygging av omsorgsboliger på Havstadtunet, hadde man disse aspektene på agendaen; fellesskap, servicetilbud, enkel kommunikasjon, rekreative omgivelser og nærhet til omsorgstilbud.

I vår undersøkelse har vi lagt vekt på å undersøke hvordan disse fire boligtilbudene fungerer med hensyn til :

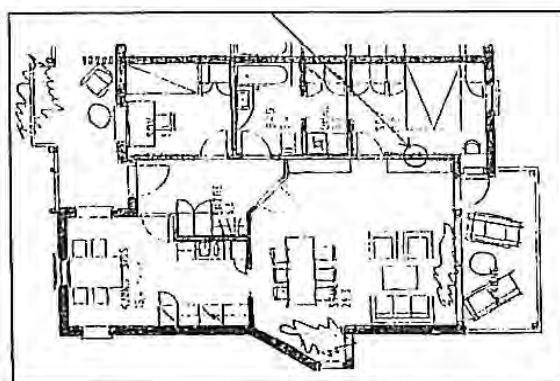
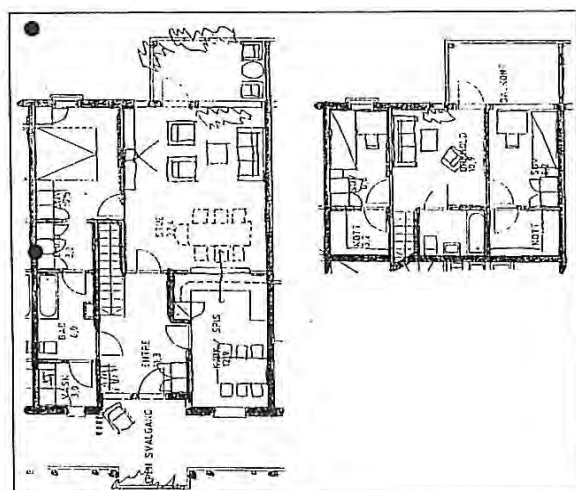
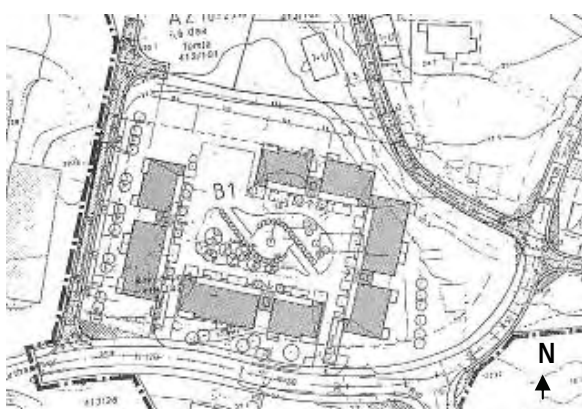
- Beliggenhet, områdekvaliteter og lokalisering
- Bomiljø og nabokontakt
- Hvilken betydning fellesarealer og møtesteder har ute og inne

Birkehaug Seniorboliger, borettslag på Lade

Fakta om boligprosjektet

Birkehaug Seniorboliger ligger på Østmarkneset på Lade, 4 km fra sentrum. Boligene er bygget på initiativ av Bakklandet Boligselskap og organisert som et borettslag. AS Eiendomsforvaltning er forretningsfører for borettslaget og tar seg av det administrative, men yter ikke vaktmestertjenester. Boligprosjektet er tegnet av siv.ark MNAL Odd Thommesen og ble ferdigstilt og innflyttet i 1995. Boligene er organisert i 53 leiligheter fordelt på fire blokker rundt et felles tun. Inn mot tunet er det atkomst til leilighetene via åpne svalganger. Alle leilighetene har i tillegg balkong på utsiden av bygningskroppen med utsikt mot sjøen og Ladefjæra, gata eller friområdet rundt. Det kan velges mellom to leilighetstyper; 4-roms over 2 plan (120 m²) og 3-roms på ett plan (80 m²). Hjørneleilighetene har vært blant de mest attraktive. Det er heis og P-kjeller i anlegget og alle leiligheter har livsløpsstandard. Avhengig av størrelsen på leilighetene har beboerne boutgifter som varierer fra 3000 kr til 8000 kr pr. måned.

I kjelleren ligger fellesarealet "Storstua", som har vært mye brukt på tross av at dette arealet ikke har vinduer. Storstua er møblert og pusset opp på dugnad av beboerne. I tillegg til at det er mye brukt i forbindelse med barnedåp, fødselsdager, konfirmasjoner og begravelser, er "Storstua" et sosialt samlingspunkt som alle beboerne har nøkkel til. Fellesarealet med bord og benker, grønne flater, busker, blomster og trær omkranses av boligblokkene. Her arrangerer beboerne 17. mai feiringer og bocciaturneringer med mer. Rekreasjonsområdet langs Ladestien er populært blant beboerne. Det er bussholdeplass i gata, men det er kun 2 avganger pr. dag 3 dager i uka. Det er 15-20 min å gå til nærmeste butikk og 30 min. til kjøpesenter.

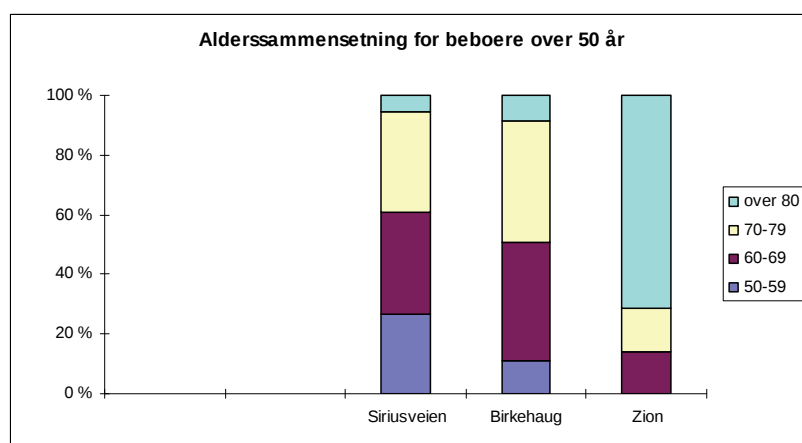


Figur 6: Blokkene ligger vakkert til ytterst på Østmarkneset med utsikt over Trondheimsfjorden og med umiddelbar nærhet til badestrender og friområde. Avstand til sentrum er ca 4 km. Botilbudet i Birkehaug BL består av 4-roms leiligheter over 2 plan på ca 120 m² (til venstre) og 3-roms leiligheter på ca 80 m². (til høyre)



Figur 7: Både utearealet omkranset av boligenes felles svalganger og utsikten over fjorden fra leilighetenes private balkonger oppfattes av beboerne som viktige kvaliteter ved boligtilbudet.

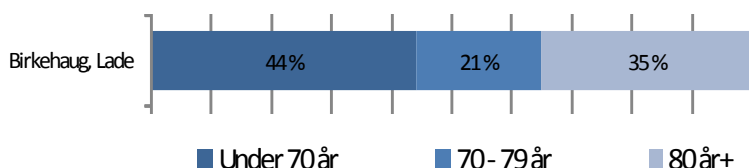
Hvem bodde i seniorboligene i Birkehaug seniorboliger for 10 år siden?



Figur 8: Alderssammensetningen i Siriusveien terrasse og Birkehaug seniorboliger, 1997.

I henhold til borettslagets vedtekter, må man ha fylt 50 år for å kunne flytte inn. To år etter innflytting var det relativt få under 60 år og over 80 år. De fleste var i aldersgruppen 60-80 år.. 56,6% av beboerne var kvinner og 60,4% av husholdningene bestod av to personer. Resten var en-personshusholdninger. De fleste beboerne var ved undersøkelsen i 1997 ektepar i 60-70 års alderen med god helse og god økonomi. De kom stort sett flyttende fra eneboliger eller rekkehus og flere var i fullt arbeid. 16,7% oppga at de hadde funksjonsproblemer, men bare 2 av respondentene brukte gåhjelpemidler og bare 2 var brukere av kommunale hjemmebaserte tjenester. (Støa 1997).

Hvem bor i Birkehaug seniorboliger i dag?



Figur 9: Beboersammensetningen ved Birkehaug seniorboliger.

I 2008 er det totalt 77 beboere i 53 leiligheter. 44 % av beboerne er under 70 år, 21 % er mellom 70 og 80 år og 35 % er over 80 år. Det er omtrent like mange enslige som par. 62 % flyttet fra enebolig da de etablerte seg i Birkehaug seniorboliger. 19 % kom fra rekkehus, mens 19 % flyttet fra blokk. Mange bodde tidligere på Lade. Et trekk ved endringene i beboermassen på Birkehaug i de 10 årene som har gått, er at det foregår lite flytting. Mange av de opprinnelige beboerne er rett nok døde, og det har flyttet inn nye beboere. De nye beboerne er yngre og i henhold til

intervjuer med de opprinnelige beboerne er disse ikke så interessert i bruke tid på å dyrke fellesskapet og delta på arrangementer.

13 % av beboerne er fortsatt i arbeid, 18 % mottar pleie- og omsorgstjenester. De fleste er således meget funksjonsfriske, bare 13 % bruker gåstol mens 6 % bruker rullestol. Bevegelse og syn er oftest det som representerer det største problemet og det å gå i trapper er for mange den største utfordringen. 32 % sier de har problemer med det, mens 3 % har problemer med å orientere seg.

Nesten 65 % reiser bort to eller flere helger pr. måned på besøk, på hytta eller til utlandet. Rundt halvparten av beboerne har sommerhus eller hytte. 66 % av beboerne er på reise mer enn 4 uker pr. år.

77 % av beboerne sier de deltar på arrangementer i borettslaget, ute og inne. 68 % deltar fordi de synes det er hyggelig å treffe de andre som bor der. 9 % deltar fordi de ikke kommer så lett ut lenger og fordi det er hyggelig å treffe folk. Her treffer de kjente. 12 % sier derimot at de synes det er hyggeligere å være sammen med andre de kjenner og derfor ikke deltar på felles arrangementer. Omlag det samme antallet sier de ikke deltar fordi de ikke har tid.

Arenaer for fellesskap

I forbindelse med prosjekteringen av Birkehaug Seniorboliger opprettet beboerne et miljøutvalg. Miljøutvalget hadde møter med byggherren og fikk dermed delaktighet i prosjektet og et felles mål. De fleste av beboerne som skulle flytte inn kjente hverandre fra før, de fleste kom fra Lade, ønsket sterkt å fortsette å bo på Lade i sitt kjente og kjære nærmiljø. Ved innflytting i 1995 videreutviklet Miljøutvalget seg til å bli en beboergruppe som skulle ivareta det sosiale samholdet og fellesskapet i borettslaget. Miljøutvalget som velges for 2 år om gangen, har hatt en viktig funksjon i forhold til å sette i gang aktiviteter. Det har vært arrangert faste kvelder og arrangementer i regi av miljøutvalget. I alle disse årene har de selv organisert sammenkomster i Storstua: dansekvelder, julebord, rakfiskkvelder og andre hyggekvelder. Beboerne har tatt vare på hverandre. De friskeste har hjulpet de som trengte det og de har avtalt felles kjøring til byen og til butikken.

Nå har det etter hvert inntrådt et skifte på Birkehaug ved at nye har flyttet inn. Beboerne gir i intervju uttrykk for at interessen for sosialt fellesskap er dalende både blant de eldre, som ikke er så danseglade lenger, og de yngre, som er opptatt med sitt.



Figur 10: Felles uteområde på Birkehaug til venstre og "storstua" til høyre.

Kan man bo på Birkehaug livet ut?

I løpet av de ti årene som har gått siden 1997, har bare 13-15 beboere flyttet, mens 28 er døde. Beboerne sier selv at det er *"flere som dør enn som flytter"*. Dette indikerer, sammen med informasjon innhentet fra hjemmetjenesten i sonen at leilighetene er godt tilpasset eller godt kan tilpasses den eldre når funksjonsevnen svekkes. Ca 10 beboere på Birkehaug får i dag hjelp fra det kommunale pleie- og omsorgstilbudet i Lade sone.

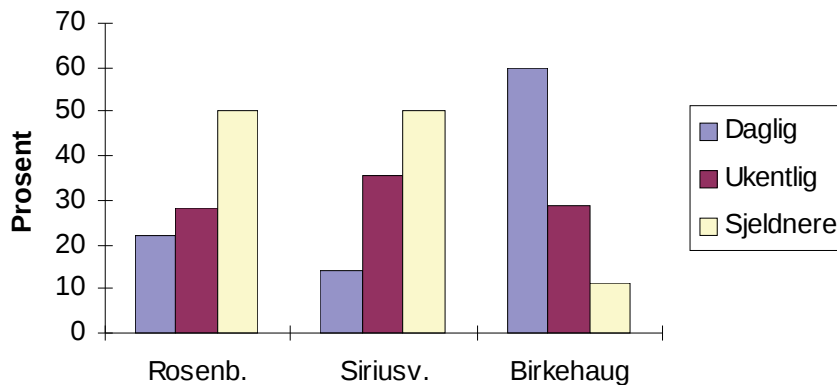
De ansatte i Lade sone sier om botilbudet:

"Det er lite forflytning, alle er samlet på ett sted, det er heis her og det er ingen problemer med å få inn en sykeseng. Badene er store med skyvedør mellom bad/ soverom/ stue. Soverommene er greie og det er enkelt å få inn hjelpemidler. Hva beboerne trenger hjelp til varierer, men de blir boende lenger på Birkehaug da de klarer seg lenger selv. Kan i alle fall bo hjemme til de trenger heis til badekar og hjelp til å spise. I prinsippet kan folk få bo hjemme til de dør; vi kan yte terminalpleie også på Birkehaug, men når beboerne føler det utrygt at vi må gå, ved demens osv, da er det ofte mest hensiktsmessig med en sykehjemsplass."

Årsakene til flytting eller ønske om flytting kan være sammensatte, men det dårlige kollektivtilbudet er en viktig grunn til at mange flytter. I henhold til intervju med en av de enkene som har flyttet, samt andre informanter (enker) som vurderer det samme, oppgir de at den dårlige offentlige kommunikasjonen medvirker til at bo-kostnadene blir for høye i og med at beboerne må benytte drosje når de selv ikke kjører bil lenger. De to som har flyttet, har flyttet til et annet sted på Lade, til et enklere og rimeligere botilbud nærmere offentlig transport og service. De har fortsatt mye kontakt med sine gamle venner og naboer på Birkehaug.

Lokalisering og områdekvaliteter

Beboerne på Birkehaug er godt fornøyd med boligens beliggenhet. De områdekvalitetene som de er mest fornøyd med er nærhet til park og friareal, oppholdsareal ute, atkomst og parkering, utsikt og mulighet til kontakt med slekt og venner i nærområdet. Det de er minst fornøyd med er kollektivtilbudet, avstanden til butikker og andre servicetilbud, og til steder der folk kan møtes. Kommunikasjonstilbudet er ikke godt nok, og framholdes av beboerne selv som det eneste negative ved boligene på Birkehaug.



Figur 11: Hvor ofte har du kontakt med naboen? Undersøkelsen 1997.

Allerede ved undersøkelsen for 10 år siden var det stor forskjell i nabokontakt ved Siriusveien og Birkehaug.

Ved Birkehaug har 60 % av beboerne daglig kontakt (Støa 1997). Ved undersøkelsen nå i 2008 er det fortsatt store forskjeller. Vi spurte på en annen måte denne gangen for å utdype hvilken kontakt de har; *"Hvor treffer du naboene i blokka"* og *"Går dere på besøk til hverandre"* og *"-hvor ofte?"* Tallene er derfor ikke uten videre sammenlignbare.

Over 40 % av respondentene svarer at de går på besøk til hverandre ukentlig eller daglig. De går også mye tur sammen og blant de eksemplene vi har studert, er det på Birkehaug de yter mest nabhjelp med praktiske ting. 44 % av beboerne observerer daglig om naboen er hjemme. 25 % bare ukentlig, 28 % sjeldnere. Allikevel sier nesten 60 % at det kan gå mer enn en uke mellom hver gang de går på besøk til naboer.

Mye tyder på at "storstua" på Birkehaug har vært en viktig arena for å bygge naboskap. De felles utearealene verdsettes som meget viktig av 50 % beboerne og 47 % som viktig. "Storstua" i kjelleren verdsettes nesten like høyt. Bare 3 % mener

at fellesarealer ikke er viktig overhodet. Andre felles rom som de ikke har; aktivitetsrom, trimrom, verksted og en felles gjesteleilighet er det ikke så mange som mener har stor betydning.

Oppsummering

Undersøkelsen på Birkehaug kan tyde på at et mer differensiert tilbud med flere ulike leilighetsstørrelser, ville ha vært fordelaktig slik at man kunne flytte til en mindre og rimeligere leilighet når man ble alene. Både ut fra økonomiske og praktiske forhold ville dette ha vært fordelaktig.

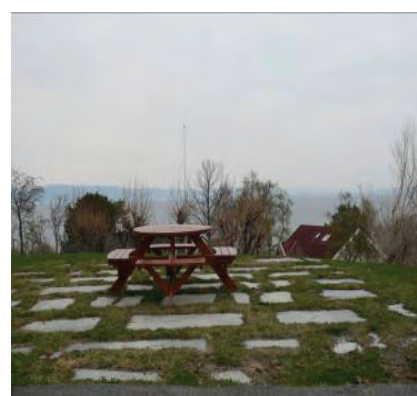
Kommunikasjonstilbudet til Birkehaug er dårlig og gjør at noen av informantene gir uttrykk for at de vurderer å flytte. De sier at det er dyrt og tungvint å fortsette å bo der når de er uten bil, dårlig til beins, alene og må bruke drosje for å komme seg til kulturtilbud, butikker, lege og annen service. Rekreasjonsarealer med gode turstier der man kan ha en kafé som mål ("Sponhuset"), vakre omgivelser ved Trondheimsfjorden og felles uteområder, er gode kvaliteter som beboerne verdsetter på Birkehaug.

Svalgangene er utformet så brede at de benyttes som uteplasser i tillegg til å være passasje, blir også fremhevet som en kvalitet og skapte kontakt mellom beboerne. Ingen av de vi har snakket med, ytret at det er innsynsproblematikk knyttet til svalgangene. Storstua i kjelleren er et viktig samlingspunkt.

At så mange av beboerne kjente hverandre fra før, samt tilhørigheten i nærmiljøet, har trolig også vært viktige årsaker til det sterke sosiale engasjementet for å bygge opp gode naboskapsrelasjoner og et godt sosialt bomiljøet på Birkehaug. Basert på det beboerne uttrykker gjennom intervjuer og i spørreundersøkelsen, samt synspunkter fra helse- og velferdsenheten, tyder på at Birkehaug er et godt bo-tilbud for eldre. Det sterkeste signalet på dette er at så mange velger å bli boende livet ut.

Utfordringen på Birkehaug er transporttilbudet og det at de som tidligere sto på i Miljøutvalget nå begynner bli eldre, og trenger yngre krefter som vil bidra til aktiviteter. Informanter har i intervju nevnt at aldersgrensa for innflytting burde vært senket til 45 år: *"Da ville vi fått inn litt yngre mennesker. Tror det ville vært sunt med blanding, men da måtte det vært fra starten av. Vi ville syntes det var greit med barn her, men det er ikke sikkert alle ville satt pris på mer liv og røre. Vi synes det blir for stille her. De som er yngre vil ikke blande seg med oss som har bodd her i 10-15 år. Kan jo forstå det; de har jo familie, barnebarn og jobb."*

Utsagnet kan indikere at de som er "yngre eldre", fortsatt i jobb, med voksne barn og kanskje barnebarn, ikke identifiserer seg med de eldre naboene og deres tradisjoner for naboskap og felles arrangementer. De har nok med sitt gamle nettverk. Utsagnet kan også indikere et ønske om å sette ned aldersgrensen for å få tak i barnefamiliene med barn som fortsatt bor hjemme, for å oppnå en større blanding i beboergruppen; mer *"liv og røre"* og kan hende en større grad av kontakt mellom yngre og eldre. Kan hende er utsagnet også en indikasjon på at beboerne ønsker yngre krefter inn som kan bidra til aktivitet og holde tradisjonene med ulike arrangementer i hevd. Informantene poengterte at denne blandingen måtte ha inntrådt fra starten av, da mange kanskje ville sette seg i mot endringer i beboersammensetningen senere.

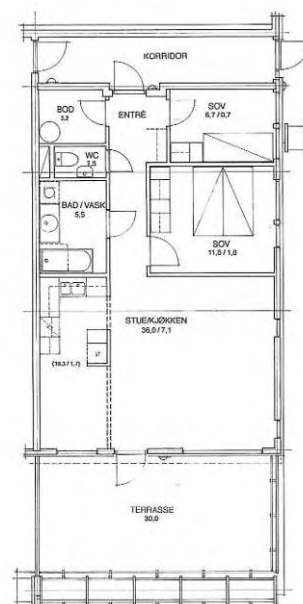
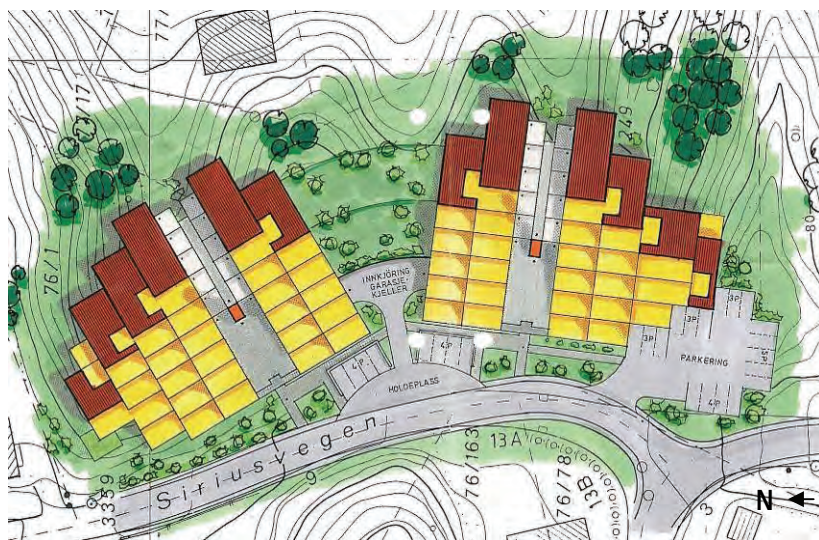


Figur 12: Birkehaug seniorboliger

Siriusveien terrasse, sameie på Stubban

Fakta om boligprosjektet

Siriusveien Terrasse ligger i en bratt vestvendt helling i et eneboligområde på Stubban, 5-6 km sør for Trondheim sentrum. Boligene som sto ferdig sommeren 1995, omfatter 52 leiligheter i to blokker som hver er bygget i 6 etasjer med heis og parkeringskjeller. Like sør for boligprosjektet er det et tilrettelagt friområde med ballbane, lekeplass, akebakke og en kort gangsti.



Figur 13: Situasjonsplan og en av mange leilighetstyper. Denne; type C, er på 79 m² og er en av de vanligste.

Leilighetsstørrelsene varierer fra 2-roms på 64 m² til 4-roms på 136 m², med en hovedvekt på 3-roms leiligheter på 80 og 90 m². Alle leilighetene har en vestvendt terrasse med atkomst fra stua. Leilighetene har ikke livsløpsstandard, men alle leilighetene opp til 5 etasje har heis, og alle leilighetene er på ett plan. For små toaletter og høye terskler (15-20 cm) mellom terrasse og stue hindrer livsløpsstandarden. Dører mellom soverom og wc/bad er ikke plassert rett overfor hverandre slik at framkommelighet med rullestol eller andre hjelpemidler blir vanskeligere enn nødvendig. Dette påpekes både av beboerne selv og av de som yter tjenester til hjelpetrengende her fra helse- og omsorgsenheten. Heisen er for liten til å frakte en pasient på bære. Det er parkeringskjeller og vaktmestertjeneste tilknyttet boligene.

Nærmeste bussholdeplass ligger bare 500 m unna, men herfra går det buss bare 2 ganger i timen fram til klokka 18.00 I rushtiden går bussen litt oftere. Etter klokka 18.00 må man gå til neste bussholdeplass. Til denne bussholdeplassen med hyppigere avganger og avganger på kveldstid er det 1 km. Videre er terrenget bratt rundt Siriusveien. Det er 1,5 km opp en bratt bakke til nærmeste butikk. For å komme til de større rekreasjonsområdene i Estenstadmarka er man avhengig av bil.

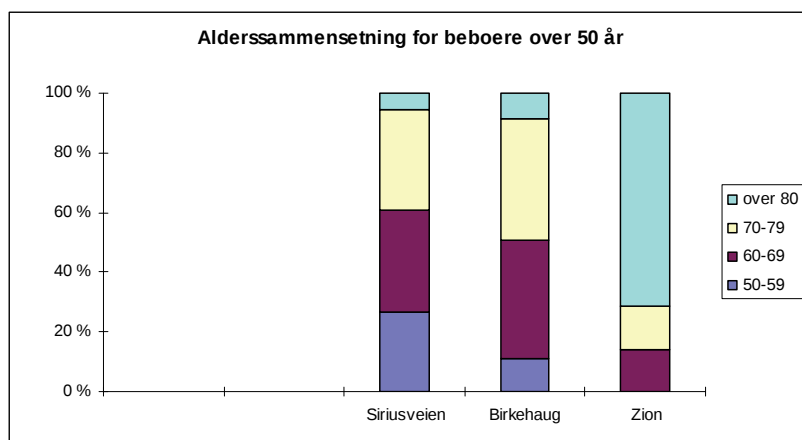


Figur 14: Trapp opp til felles terrasse og hovedinngang/ heis. Bildet til høyre er fra parkeringskjelleren og viser boligenes hovedinngang når man har parkert bilen.

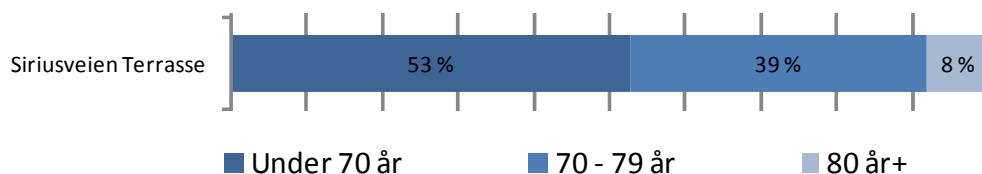
Boligene er organisert i et sameie. Utbygger var Heimdal Utbyggingsselskap og anlegget ble prosjektert av siv.ark MNAL Rolf Johansson. Avhengig av størrelsen på leilighetene har beboerne boutgifter som varierer fra 3000 kr til 8000 kr pr. måned.

Hvem bor i Siriusveien Terasse

Det var ingen aldersbegrensning ved innflytting da Siriusvegen stod ferdig i 1995. Tabellen viser at andelen under 60 år, 60-70 år og 70-80 år var relativt lik. Det var få over 80 år. 52 % av beboerne over 50 år var kvinner og 63,5 % av husholdningene besto av to eller tre personer. 36,5 % var en-personers husholdninger. Ved undersøkelsen i 1997 var de fleste beboerne ektepar i 50-70 års alderen med god helse og god økonomi. De kom stort sett flyttende fra eneboliger eller rekkehus og flere var i fullt arbeid. 20,7 % oppga at de hadde funksjonsproblemer, 3,6 % har store problemer. 4 av respondentene brukte gåhjelpemidler, en av disse brukte rullestol og bare to var brukere av kommunale hjemmebaserte tjenester. (Støa 1997)



Figur 15: Hvem bodde i Siriusveien Terasse for 10 år siden?



Figur 16: Hvem bor i Siriusveien Terrasse i dag?

I Siriusveien sameie er beboerne i 2008 mellom 30 og 87 år. 53 % av respondentene er under 70 år, 39 % mellom 70 og 80 år og 8 % er over 80 år. De fleste er mellom 60 og 80 år og det er flere enslige enn par. Det bor 72 beboere i 52 leiligheter. Noen bor sammen med en voksen sønn eller datter. De fleste som svarte på spørreundersøkelsen var relativt funksjonsfriske, bare 6 % brukte gåstol og 22 % oppga at de hadde problemer med å bevege seg i trapper. 3 % hadde problemer med synet.

Beboerne kom fra ulike steder i byen. 70 % bodde tidligere i eneboliger, 21 % kom fra rekkehus og 9 % fra blokk. Svarene i spørreundersøkelse og intervjuer forteller oss at de fleste er mye på farten. Mange av dem har sommersteder / hytter i Norge eller i "Syden". De reiser mye og er borte hele sommeren. Mange var borte i lange perioder og mange var i "Syden" hele vinteren.

71 % sier at de deltar på felles arrangementer. Dette kan være dugnader og årsmøte siden de ikke har noe felles areal for felles arrangement. Av de som deltar på felles arrangementer, svarte 41 % at de deltar fordi det er hyggelig å treffe de andre som bor der, 22 % oppgir "annet" uten å utdype det, mens 3 % sier de ikke kommer fordi det er vanskelig tilgjengelig og 11 % sier de heller er sammen med andre de kjenner.

Arenaer for fellesskap

Beboerne har ingen fysisk felles møtearena bortsett fra årsmøtet og dugnadene vår og høst. Mange ønsker å slippe dugnadene og mener at en vaktmester kunne utføre arbeidet. Andre ser på dugnadene som en måte å bli kjent med naboene på. Noen av beboerne sier at det tok flere år før de visste hvem som bodde der. De tilfeldige møtene skjer i heisen, trappeoppgangen, i garasjen eller når noen vasker og polerer bilen. Fire beboere har gått sammen og etablert et team som er ansvarlig for å frese snø og strø om vinteren. For de som er med, utgjør dette et sosialt fellesskap.

Et areal som var planlagt som fellesareal inne (2x 60 m²) i 5.etg i tilknytning til felles terrasse, ble i en avstemming blant beboerne besluttet benyttet som boder. Denne beslutningen ble tatt i 1995. Men både spørreundersøkelse og intervjuer tyder på at beboerne nå kunne ønske et felles møtested. Hver beboer har sin private uteplass og den felles terrassen benyttes oftest bare ved dugnader. Flere beboere sier de ville prioritere en fellesstue framfor felles uteareal.

Kan man bo i Siriusveien livet ut?

Siden 1997 har, nesten halvparten av leilighetene skiftet eier. I et intervju med et par som nettopp har flyttet fra Siriusveien etter å ha bodd der i 10 år, sier de at den viktigste flytteårsaken er sviktende helse. Helsetilstanden gjorde det vanskelig "å komme seg ut å gå". Friske beboere sier at "det blir for bøkli å bo her med dårlig helse. Man må være mobil og kjøre bil for å bo her. De som har flyttet har flyttet til Moholt og Valentinlyst for å ha alt rundt seg; dvs. heisen ned, apotek, pol og butikker." (Intervju.)

Det er fem personer som får hjelp fra helse- og omsorgstjenesten i Tempe sone. Botilbudet vurderes av de vi har intervjuet, som godt for de spreke, men ikke godt nok når helsa svikter. Dette bekrefter vår antakelse fra undersøkelsen som ble gjennomført i 1997. (Støa 1997)

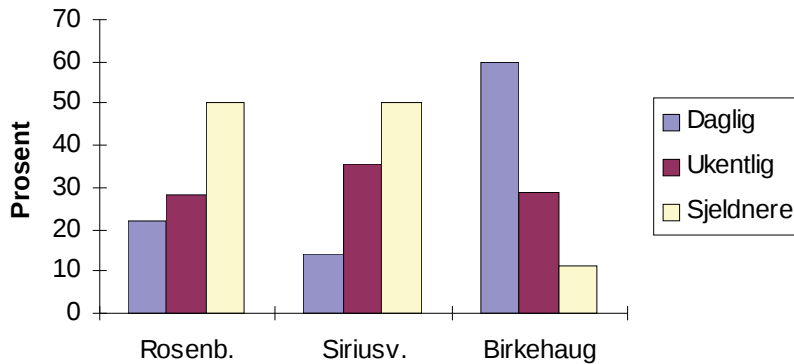
De som yter tjenester fra Helse- og omsorgstjenesten i bydelen uttrykker det slik:

"Boligene i Siriusveien er ikke funksjonelle for de med størst hjelpebehov. Beboerne har flyttet inn med tanke på alderdommen, men botilbudet er dårlig tilpasset de utfordringer som kan følge med det å bli eldre. Verken beboerne eller de pårørende ser og aksepterer dette problemet når de velger å flytte inn. ...Det er fine leiligheter; alle har det fint inne, men de har ingen kontakt med hverandre, i alle fall ikke de som ikke kan gå selv.

Spørreundersøkelsen viste at det er 6 % som bruker gåstol. Ingen bruker rullestol, men vi vet fra intervjuene at det er minst to som bruker rullestol og er pleietrengende.

Lokalisering og områdekvaliteter

32 % av beboerne i Siriusveien sier de er "meget godt fornøyd" med boligens beliggenhet. De resterende 68 % svarer at de er "fornøyd". Ingen er direkte misfornøyd. Utsikt, atkomst og parkering er de mest fornøyd med. Avstand til sentrum, kafeer og steder der folk møtes, i tillegg til avstand til buss, trikk og butikker, samt friareal er forhold som de fleste beboere sier de er misfornøyd med (49 %). Av de undersøkte boligområdene er det beboerne i Siriusveien som er mest misfornøyd med avstand til møtesteder. Det kan være fordi de ikke har en arena for å møtes i botilbudet, og / eller fordi det bor flere yngre mennesker her som også gjerne kan tenke seg større nærhet til kafeer og andre møtesteder.



Figur 17: Hvor ofte har du kontakt med naboen?

Undersøkelsen i 1997 viste at det var stor forskjell med hensyn til nabokontakt mellom Siriusveien og Birkehaug. Ved Siriusveien hadde halvparten av beboerne sjeldnere kontakt enn ukentlig. Bare 15% av beboerne hadde daglig kontakt.

Siriusveien har få arenaer for å møte naboen. Beboerne går også sjeldent på besøk til hverandre. Halvparten av beboerne sier at de trives "meget godt", resten sier "godt". Av de fire bo-tilbudene vi har undersøkt, er Siriusveien det området med minst nabokontakt. Bare 3 % sier at de pleier å sitte på med hverandre til butikken, til byen og bare 9 % sier at de yter gjensidig nabohjelp osv. Noen få går tur sammen. Likevel sier 46 % at de følger med hverandre daglig og observerer hvis noen ikke er ute. Dette kan indikere at de på tross av liten kontakt og at de sjelden går på besøk til hverandre, følger med hverandre og observerer hvis noe kan indikere sykdom eller lignende hos en nabo.

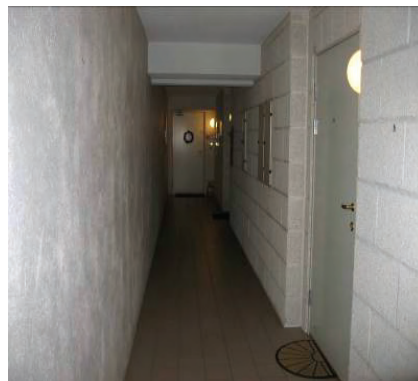
Siriusveien har ikke felles møtested inne. 18 % mener at fellesrom ikke er så viktig, mens 27 % mener at det er "meget viktig" og 55 % mener at det er "viktig". Det er stort samsvar mellom områdene når det gjelder betydningen av andre fellesarealer; uteareal, aktivitetsrom, trimrom, verksted og gjesterom. Det er stor enighet om at et møtested i blokka og et felles uteareal er viktig. Graden av hvor stor betydning fellesareal og møtesteder har, varierer mellom områdene. Beboerne i Siriusveien synes dette er minst viktig, men på spørsmål om hvilke endringer de ville lagt vekt på ved bytte av bolig svarer en fjerdedel av respondentene: *Bedre fellesareal inne og ute.*

Oppsummering

Stor variasjon i leilighetsstørrelser gjør at når leiligheter blir ledige, kan man flytte internt i boligområdet til en mindre, mer lettstelt og rimeligere leilighet dersom man blir alene eller får dårligere økonomi. Blir man pleietrengende, er leilighetene ikke egnet da framkommelighet for rullestol ikke er ivaretatt godt nok. Skulle man bli så syk at man må på bære, er tilbudet direkte uegnet da heisen ikke er dimensjonert for båretransport. Boligene er tilpasset de som er friske og kjører bil selv. Blir man avhengig av transport, er det langt til nærmeste buss-stopp og det er bratt til nærmeste butikk. For å komme til større rekreasjonsarealer, må man kjøre bil. Boligene mangler fellesareal og det er ingen arenaer hvor man kan møtes uformelt i nærmiljøet.

Spørreundersøkelsen, intervjuer med beboere og noen som har flyttet, viser at det ikke er mye nabokontakt blant beboerne i Siriusveien. Noen av beboerne uttalte at *"det tok lang tid før jeg visste hvem som bodde her"*. Basert på det beboerne uttrykker gjennom intervjuer og i spørreundersøkelsen, helse- og velferdsenhetens utsagn og egne erfaringer gjennom befaringer i området, mener vi at Siriusveien er et godt botilbud for friske seniorer som vil redusere de praktiske oppgavene etter at barna har flyttet hjemmefra, og som har et godt sosialt nettverk. Skulle man bli avhengig av hjelp eller få behov for et nettverk i nærmiljøet, er her ingen arenaer hvor man kan utvikle gode naborelasjoner. Dette kan beboerne

gjøre noe med dersom det er et ønske blant flere, men det krever mer personlig innsats når det i boligområdet ikke er lagt til rette for dette gjennom et egnet fellesareal.

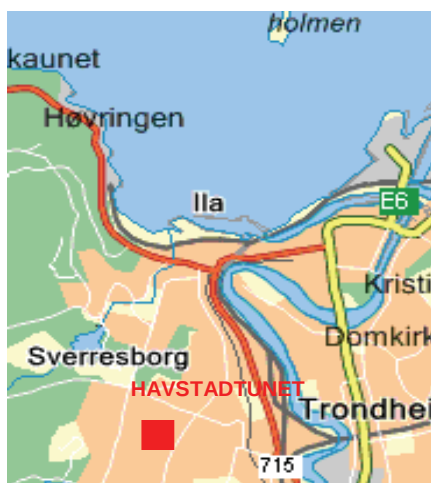


Figur 18: Siriusveien terrasse. Beboerne framhever friheten (i det å ikke ha for mange forpliktelser i forhold til ansvar for en enebolig), den flotte utsikten, og den lettvinde adkomsten med P-kjeller og heis rett opp til egen leilighet.

Havstadtunet Borettslag, omsorgsboliger på Byåsen

Fakta om boligprosjektet

Havstadtunet BL ligger på Havstad på Byåsen, 4-5 km sør for Trondheim sentrum. Botilbudet som er initiert av Trondheim og omegn boligbyggelag (TOBB) er tegnet av Hagestande og Øvrehus arkitektkontor as og ble ferdigstilt i 2005. Landskapsarkitekt har vært Asplan Viak as. Botilbudet består av i alt 34 2- og 3 – roms leiligheter på henholdsvis 60 og 75 m² fordelt på to blokker hver på fem etasjer. Alle leilighetene har livsløpsstandard og er på ett plan. Det er heis i begge blokkene, P-kjeller i blokk B og boder i kjelleren på blokk A.



Figur 19: Havstadtunet borettslag.

På plan 1 i blokk A, i tilknytning til hovedinngangen og med utgang til terrasse og felles sansehage¹, ligger fellesstua. Fellesstua er mye brukt og omtales av beboerne som helt avgjørende for det gode sosiale miljøet de har opparbeidet her. I

¹ En sansehage eller terapeutisk hage er et uteareal som kan benyttes i terapeutisk sammenheng. Møblering, elementer, planter, dyr skal vekke brukerens sanser. For demente kan hagens elementer vekke minner og aktivisere.

tillegg er det små sittegrupper med mye lys og utsikt i trapperommene. Alle leilighetene har private uteplasser med sol fra sør og sørvest (ettermiddags- og kveldssol). Balkongene vender inn mot sansehagen og skaper et naturlig fellesskap uten påtrengende innsyn.



Figur 20: Havstadtunet borettslag. Plan og illustrasjonsfoto.



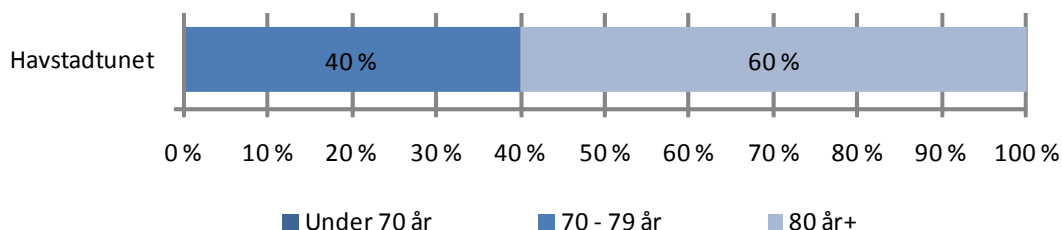
Figur 21: Havstadtunet borettslag. Plan 2-5 i blokk A viser typiske leilighetsplaner for både 2- og 3 roms leiligheter på hhv. ca 60 og ca 75 m2. Balkongene vender ut mot den felles sansehagen. Foto til høyre er fra sittegruppe i trapperom.

Rekreasjonsarealene i Bymarka kan nåes til fots da det bare er 1-1,5 km å gå. Byåsen butikkssenter med lege, bank, apotek, bakeri, kafé, frisør og butikker ligger 2 km unna, Havstein Bo- og servicesenter i underkant av 1 km unna og dagligvarebutikk med post og apotek ligger 50 m unna. Det er 100 m til bussholdeplassen og det er hyppige avganger (hvert 10. min) til sentrum. Det tar 8-10 min med buss til sentrum.

Variasjonen i leilighetsstørrelser og at det finnes mindre leiligheter, muliggjør at også enslige har råd til å bo her. I de største leilighetene er det et ekstra soverom som beboerne sier er gunstig når de for eksempel skal ta i mot barnebarn på overnattingsbesøk. De som har den minste leiligheten sier at de kunne ønsket seg ett soverom til for barnebarn som overnatter. De fleste (82%) har boutgifter på 5000 – 8000 kr i måneden. Boutgiftene varierer fra 3000 kr til 8000 kr i måneden avhengig av størrelsen på leiligheten.

Hvem bor på Havstadtunet?

For å få flytte inn i Havstadtunet borettslag, må man ha passert 60 år eller ha en funksjonsnedsettelse. Trondheim kommune organiserer tildeling og tilbyr leiligheter etter behovsprøving. I tillegg eier Trondheim kommune to andeler som kan tildeles yngre beboere.



Figur 22: Alderssammensetning. Havstadtunet borettslag

I 2008 er alle beboerne mellom 70 og 90 år. 60 % har passert 80 år. Det er mange enker og bare 2 menn i de 34 leilighetene. Fra intervjuer med hjelpetjenesten og beboerne får vi inntrykk av at det er stort spenn i funksjonsdyktighet fra de som har demens eller er svært svaksynte, til de som er spreke eldre og som reiser mye, går på tur og på ski i marka. 56% av beboerne reiser bort minst en helg i måneden, 22% reiser bort hver helg og 53% er bortreist mer enn 4 uker i året. 67% av beboerne bruker ingen hjelpemidler, mens 33% benytter gåstol.

De fleste beboerne har flyttet fra eneboliger i området. Noen har måttet flytte da forrige bolig ble uegnet. Mange av de som bor her er opptatt av å opprettholde sitt tidligere nettverk. De gir også uttrykk for at det er viktig å holde seg i god psykisk og fysisk form. De sier at de har omsorg for hverandre og drar hverandre opp. Noen forteller med stolthet om det å klare å gå litt lenger hver dag etter operasjoner og sengeleie. De går på tur med brodder og staver, svømmer og trimmer på Havstein bo- og servicesenter. En går fast til fysioterapeut i byen og legger da inn et kafébesøk med gamle venner.

De ansatte i Helse og velferd, Byåsen sone, sier at beboerne er veldig åpne for forslag til arrangementer og deltar gjerne i planleggingen. Beboerne gir uttrykk for at de synes det er spennende at de som beboere er så ulike. Noen gir uttrykk for at de skulle ønsket at temaene for arrangementene var mer samfunnsaktuelle.

Arenaer for fellesskap

Beboerne har et viktig sosialt møtepunkt i en felles stue. Stua er både et formelt og et uformelt møtested. Ikke alle vil ringe på døra til hverandre, men de bruker stua til å treffes både på arrangementer og mer uformelt. Fellesstua ligger rett ved inngangspartiet i den ene blokka, og det er lett å stikke innom dersom man hører stemmer derfra og gjerne vil prate med noen. Her er kjøkkenfasiliteter, utgang til terrasse og hage, godt med dagslys og gode sittegrupper. I mangel av trimrom har det også kommet opp en tredemølle i stua. De svakeste pleier å vente til det kommer noen som er sprekere for å være trygge når de bruker denne.

Ildsjeler blant beboerne tar selv initiativ til sammenkomster og tilstelninger; arrangerer kafé annenhver onsdag, middager og julemiddag før jul. De arrangerer også sangkvelder og Luciafeiring for barnehagene i området. Etter hvert har det blitt ansatt en miljøvert for å ivareta disse sosiale samlingene, men det meste tar de initiativ til selv.

Beboerne er også veldig glade i hagen som brukes mye. En vaktmester fra TOBB Omsorg tar seg av stellet. Noen dyrker diverse vekster på egne balkonger, men synes det er greit å overlate stellet av hagen til vaktmesteren. På benkene i hagen møtes de og drikker kaffe og prater. Om sommeren arrangerer de piknik i hagen. Mye tyder på at beboerne på Havstadtunet har omsorg for hverandre. De forteller at de bruker hverandre når de trenger hjelp, støtter hverandre både praktisk og i sorgprosesser, følger med hvis noen ikke er ute, banker på døra for å høre hvordan det står til og går turer sammen.

Kan man bo på Havstadtunet livet ut?

Siden innflytting i 2005 har ingen flyttet, men det har vært 2 dødsfall. Botilbudet er utformet med tanke på at beboerne kan bo her dersom de blir pleietrengende. Alle leiligheter har livsløpsstandard og det er enkelt å få plass til hjelpemidler som f. eks. mobilheis (ikke takheis). Beboerne nevner en del småting som kunne gjort hverdagen enklere for dem; lengre pinne for styring av persiener, plassering av stikk-kontakter i sittehøyde, markering av lysbrytere og døråpnere med tanke på svaksynte.

Det er flere som yter tjenester på Havstadtunet:

- TOBB Omsorg og vaktmestertjenester (diverse oppdrag, husvask, følge på tur og til legen, handle osv)
- Trondheim kommune, base på Havstein Bo- og servicesenter like ved (husvask, pleie, mat)
- Joker (varelevering)

Mange av beboerne på Havstadtunet (44 %) får en eller annen form for hjelp. Det kan være hjelp til å dusje, hjelp med strømper, sårskift og noen trenger fullt stell. De fleste som får hjelp (67 % av alle som får hjelp) har mellom 15 min og 2 timer pr uke. En liten andel (11 %) har mellom 2-5 timer pr. uke. Ingen har mer enn 5 timer pr. uke, mens 22 % har mindre enn 15 min/uke. Det er nesten alltid noen fra Helse- og velferdstjenesten som er innom en av leilighetene. Selv om Helse- og velferdstjenestens base på Byåsen ligger 5 min unna og omsorgspersonalet ofte er på Havstadtunet, kunne beboerne ønsket seg en omsorgsbasis på Havstadtunet.

De som yter tjenester fra Helse og velferd sier at det er veldig viktig at de ikke er der hele tiden: *"Beboerne er velfungerende, de hjelper hverandre mye, mange får hjelp fra nettverk, venner og gamle naboer. Trondheim kommune ved basen i Byåsen sone anser dette som et veldig godt botilbud."*

Bare 10 % sier at de kan føle seg litt utrygge. De 90 % som sier de føler stor grad av trygghet, svarer at det er fordi de har trygghetsalarm (64 %), fordi beboerne stiller opp for hverandre (50 %) og fordi det er et rolig boområde (41 %). Styreleder, som også er pårørende, uttrykker det på denne måten:

"Nabolaget og fellesskapet her er helt avgjørende for å opprettholde trygghet, livskvalitet og vitalitet. Beboerne er til støtte for hverandre både praktisk og i sorgeprosesser. Samfunnet bør bli flinkere til å bruke de eldres egne ressurser. Det offentlige må ikke inn til enhver tid."

Lokalisering og områdekvaliteter

Beboerne på Havstadtunet er sammen med beboerne på Birkehaug de som er mest fornøyd med boligens beliggenhet. De områdekvalitetene de er mest fornøyd med, er avstand til forretning, bank og post, avstand til buss og trikk og oppholdsareal ute. Det de er minst fornøyd med, er avstand til eldresenter, legesenter og sentrum med kaféer og steder der folk kan møtes, samt transporttilbudet til slike steder.

I de undersøkte boligområdene er beboerne på Havstadtunet blant de som trives best i sitt bomiljø. 11 % av respondentene svarer at de går på besøk til hverandre daglig, 50 % går på besøk til hverandre ukentlig. En del går på tur sammen (19 % ukentlig) og 25 % sier at de sitter på med hverandre til byen osv. Av alle de fire områdene er det beboerne på Havstadtunet som følger mest med hverandre. 62 % observerer daglig om naboen er hjemme og har det bra. (14 % bare ukentlig, 19 % sjeldnere enn ukentlig.). I likhet med beboerne på Birkehaug bistår beboerne på Havstadtunet med hensyn til å hjelpe hverandre med praktiske ting. (17 % daglig, 22 % ukentlig).

Fra intervjuer vet vi at de inviterer hverandre på middag, lager mat til de som er for skrøpelige til å ordne seg mat selv og stikker innom for å si god natt om kvelden. Mange sier at de savner flere spreke menn i beboergruppen. Vi antar at det er fordi de mener det kunne vært kjekt at noen kunne ta seg av andre praktiske oppgaver som menn tradisjonelt har utført. Hagen er også åpen for naboene i området rundt og når det er arrangementer i stua, inviteres naboene fra blokkene rundt. Beboerne ønsker seg også mer samarbeid med barnehagene i området.

På Havstadtunet er det full enighet om at "stua" er viktig. 84 % mener den er "meget viktig", 16 % "viktig". En pårørende kommer i intervju med en klar oppfordring når det gjelder videre planlegging av seniorboliger: *"Stua er viktigst! Den har stor betydning for fellesskapet og er helt avgjørende for miljøet. Det må ikke bygges slike boliger uten et slikt fellesareal!"*

Felles uteareal rangeres også høyt: 70 % mener det er "meget viktig", 30 % "viktig". Beboerne kunne også tenke seg fellesarealer som de ikke har i dag; aktivitetsrom, trimrom og gjesterom. "Stua" benyttes i dag også som trimrom. Under

intervjuer og ved befaring diskuterte noen av beboerne om det kunne være mulig å lage et trimrom i deler av P-kjelleren og bodarealene.



Figur 23: Fornøyde beboere på Havstadtunet. Kilde TOBBs medlemsmagasin, REDE nr. 4/06. Foto: Nadia Frantsen

Oppsummering

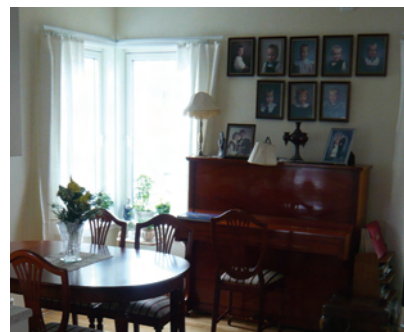
Differensierte leilighetsstørrelser gjør at når leiligheter er ledige kan man flytte internt i botilbudet til en mindre, mer lettstelt og rimeligere leilighet dersom man blir alene eller får dårligere økonomi.

Kommunikasjonstilbudet er godt. Det er kort vei til bussen og det er hyppige avganger. Noen respondenter i spørreundersøkelsen sier imidlertid at de kunne tenke seg et bedre transporttilbud. Noen beboere er dårlig til bens og synes at Byåsen butikkssenter som er et innholdsrikt servicetilbud i nærheten og Havstein bo- og servicesenter med svømmebasseng, bydelskafe, eldretrim m.m. er litt for langt unna når man ikke er så sprek, ikke kjører bil eller kan sitte på med andre. Skal man reise kollektivt, må man bytte buss.

94 % av beboerne synes det er attraktivt å gå tur i området. 65 % går på tur et par ganger i uken, mens 15% går tur hver dag). Det er ca 1,5 km opp til Bymarka og Kyvannet og de sprekste beboerne takler dette. For de som ikke er så sprekke til beins, er områdene rundt botilbudet et godt alternativ for korte rusleturer.

Stua er et fellesareal som er mye i bruk. Sittegruppene i trapperommene er viktige hvilesteder der man kanskje kan vente på noen og nyte utsikten fra de øverste etasjene.

Engasjementet til beboerne på Havstadtunet er en viktig ressurs. Det er viktig at dette engasjementet utnyttes. Det botilbudet man finner på Havstadtunet, med fellesarealer for å møtes og utvikle nye vennskap, er viktig for å kunne utnytte det engasjementet som beboergruppen har. Når de slipper til med sine ideer kan de føle at de yter og er til nytte. Dette er faktorer som kan medvirke til å holde seg frisk og vital lenger.

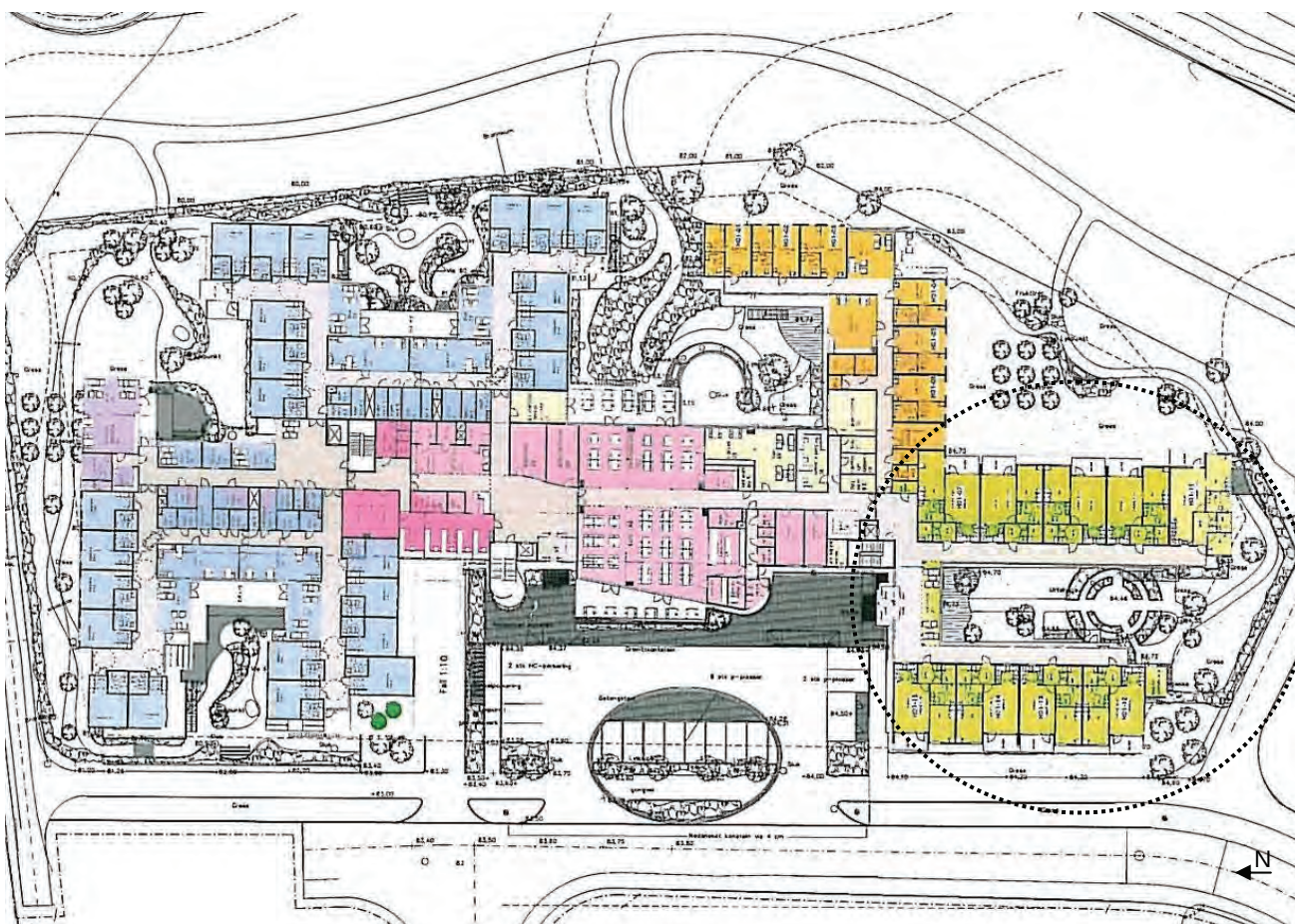


Figur 24: Havstadtunet er et godt botilbud både for de som er to og for den enslige. Det er plass for besøk og plass for minner.

Omsorgsboligene ved Valentinlyst helse- og velferdssenter

Fakta om boligprosjektet

Omsorgsboligene på Valentinlyst Helse- og velferdssenter ligger like ved Valentinlystsenteret med butikker, treningssenter, kafé, legesenter, apotek, bank osv. Kirken ligger også like i nærheten og området er relativt flatt med bølgende grøntarealer mellom høy blokkbebyggelse, lavere rekkehus og eneboliger. Omsorgsboligene er samlokalisert med sykehjemmet og omsorgsbasen. Det er 2-3 km til Trondheim sentrum. Bussen har holdeplass 50 m unna, og det er avganger ca hvert 10. min. Det er totalt 19 leiligheter i to fløyer hver på to etasjer. Botilbudet er organisert som et borettslag og det sto ferdig i 2005.



Figur 25: De 19 omsorgsleilighetene med fellesareal og hage er markert med stiplet sirkel og ligger helt til høyre på planen over. Det er utgang til felles terrasse og hage fra fellesarealet som ligger nær trapperommet; et knutepunkt i botilbudet. Det er også utgang direkte til hagen fra svalgangen som forbinder leilighetene med fellesarealet, via trapp fra 2. etasje. Det er anlagt sansehage rundt hele bygget og gjennom denne går en sti slik at man kan vandre rundt hele institusjonen gjennom hagen. Sykehjemmet er markert med blått, aktivitetssenter og bydelskafé er markert rosa og bofellesskap har fått orange farge.

Leilighetene er 2-roms på 60 m² og 3-roms på 70-75 m². Det er god tilgjengelighet mellom sykehjemsdelen og omsorgsboligdelen der bydelskafé, frisør, fotpleie osv ligger sentralt i midten. Det er heis, vaktmestertjeneste og parkeringskjeller. Alle leilighetene er på ett plan, har livsløpsstandard og en liten balkong mot øst eller vest som vender ut fra Helse- og velferdssenteret. Svalgangen vender inn mot sansehagen.

Trondheim kommune v/ Trondheim Eiendom var utbygger for dette botilbudet som er prosjektert av Per Solem arkitektkontor as. Agraff har vært landskapsarkitekt. Boutgiftene varierer mellom 3000 og 8000 kr pr. måned avhengig av leilighetsstørrelsen. 9% avbeboerne betaler over 8000 kr/måned

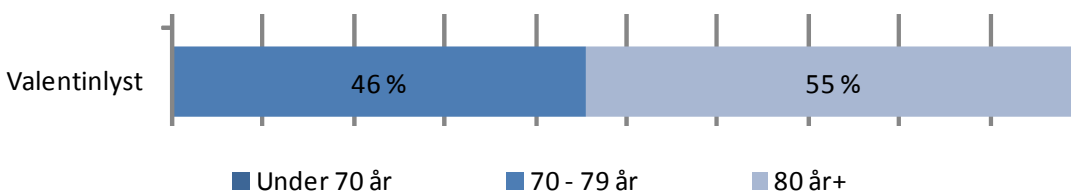
Nærmeste rekreasjonsområder er Estenstadmarka og Ladestien, begge ligger ca 4 km unna. Beboerne må bruke bil for å komme dit. Det er ellers muligheter for små spaserturer på gangveier i nærområdet.



Figur 26 Sansehagen som slynger seg rundt hele botilbudet, også inn mellom de to fløyene som omsorgsboligene utgjør, gir rom for både å sette seg ned på benker langs stien og spasere mellom pryd- og nyttevekster som skal vekke minner og aktivisere de eldre.

Hvem bor i omsorgsboligene ved Valentinlyst Helse- og velferdssenter?

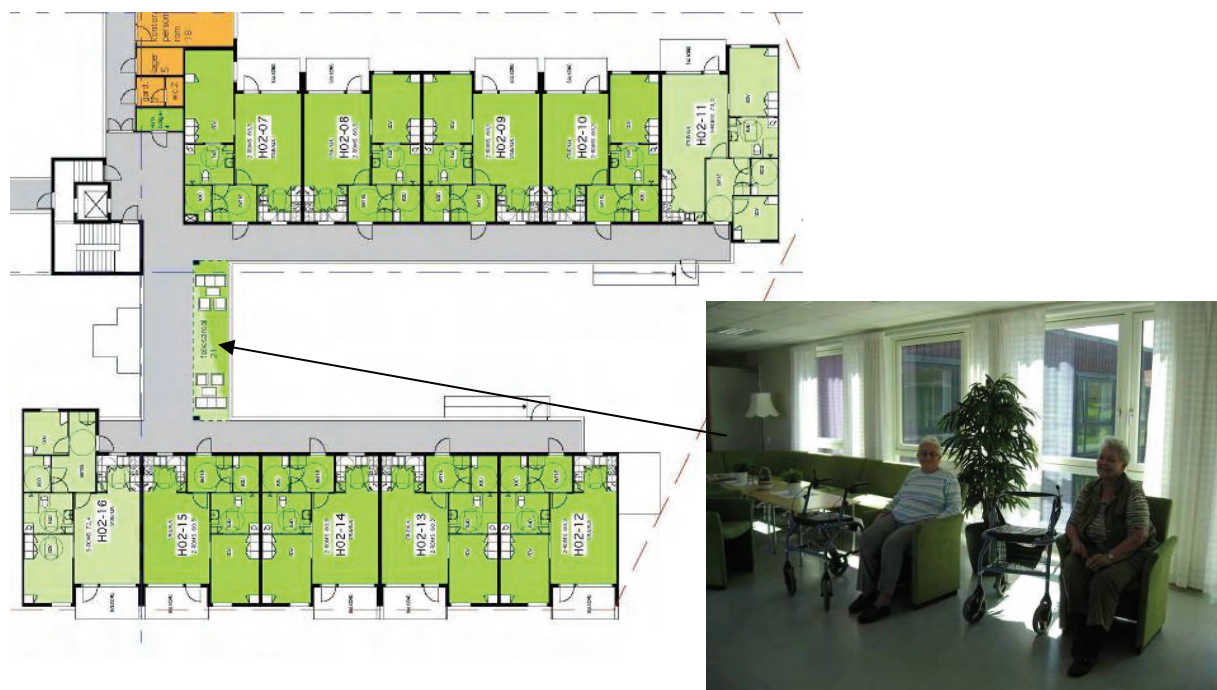
Tildeling av leilighet er behovsprøvd og skjer i henhold til vedtektene for BL som sier at beboeren skal være over 60 år og /eller på grunn av høy alder eller funksjonsnedsettelse har behov for omsorgsbolig.



Figur 27: Alderssammensetning Valentinlyst helse- og velferssenter

55 % av beboerne er over 80 år, noen har fylt 90 år. Resten, 46 %, er i 70 årene. Det bor 23 beboere i 19 leiligheter. De fleste er enslige damer. Det er fire par. 50 % av beboerne benytter gåstol, 17 % bruker rullestol. Beboerne på Havstein er de med lavest funksjonsevne av de områdene som er med i undersøkelsen.

Halvparten av beboerne kommer fra rekkehus. 20 % kommer fra eneboliger og resten kommer fra blokkbebyggelse. De vi intervjuet kom fra området rundt Valentinlyst, men ikke fra nærmiljøet. Vi kjenner ikke til om det er eldre fra de østlige byområdene som søker seg hit, eller om de kommer fra hele byen. 62 % av respondentene på spørreundersøkelsen svarte imidlertid at de ved valg av denne boligen la vekt på at det var "i et kjent nærmiljø" og 46 % at det var "nær gamle venner og slekt". Beboerne på Valentinlyst er de som reiser minst, og når de reiser bort, er det til familie (31 %) eller på hytta (23 %). Bare noen få (8 %) reiser til utlandet.



Figur 28: Plan omsorgsboliger. Bildet til høyre viser to av beboerne i fellesarealet, markert med pil på plan.

Arenaer for fellesskap

Fellesarealet er lagt til området ved trappa, der alle beboerne i 2. etasje må passere. Fra fellesarealet i 1.etg. er det utgang til terrasse og sansehage. Dette ser ut til å fungere godt da det er mye i bruk. Fellesarealet oppe ser ut til å være mer i bruk enn arealet nede. I begge etasjer er fellesarealet et gjennomgangsareale med mye dagslys. Beboerne sier at "det er for mye renn nede". Det er roligere oppe, og det er her beboerne samler seg til trim og kaffekos.

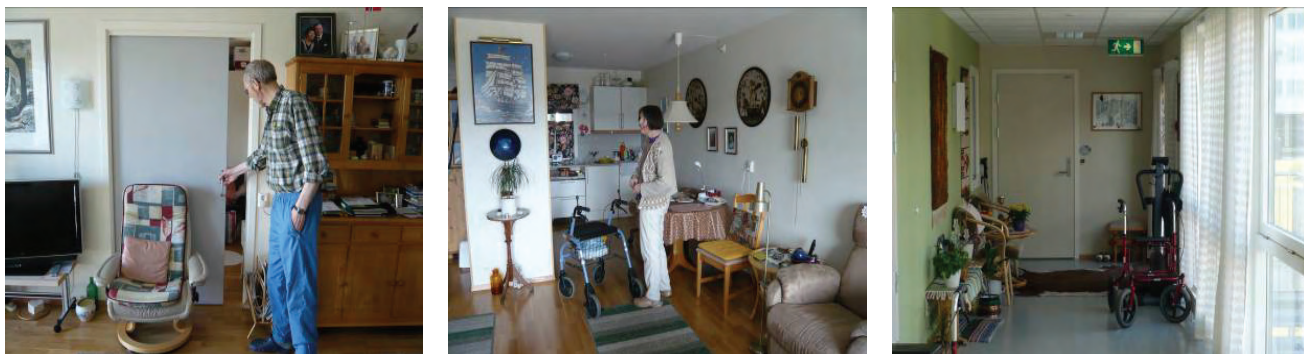
Beboerne møtes også faste dager i kafeen på dagsenteret, og til arrangementer med ulike tema i bydelskafeen. Arrangementene skjer i regi av kulturenheten og den kulturelle spaserstokken. Miljøverten har i tillegg til ansvar for trim, også tatt initiativ til bussturer, grillkvelder, sang- og filmkvelder og en turgruppe for de sprekste og en for de med gåstol. På eget initiativ tar beboerne med seg kaffe og kaffemat som de deler etter mandagstrimmen. Det hender de avtaler å gå og spise middag sammen i bydelskafeen, drar på handleturer til byen eller til stormarkeder i nærheten.

Kan man bo i omsorgsboligene ved Valentinlyst Helse- og velferdssenter livet ut?

Siden innflytting i 2005 har fem beboere flyttet over til sykehjemmet. Botilbudet er utformet slik at beboerne kan bo her også dersom de blir pleietrengende. Boligene fungerer godt også der hjelpetjenesten må inn med hjelpemidler. Det er også godt med plass for lagring av hjelpemidler og god framkommelighet på svalgangen. Kjøkken er i utgangspunktet ikke planlagt for rullestolbruker, men dette kan gjøres ved å installere hev- og senkbar kjøkkenbenk. Omsorgsyterne mener at botilbudet er så godt tilrettelagt at beboerne kan bli boende livet ut, men aktivt demente (de som vandrer rundt og ikke vet hvor de er) vil være en stor utfordring.

15 av i alt 23 beboere får en eller annen form for hjelp i omsorgsboligene ved Valentinlyst Helse- og velferdssenter. De ansatte ved omsorgstjenesten mener at det burde vært nattbemanning i omsorgsboligene. Det blir gjort omsorgsvedtak som følger beboer. Hvis en beboer har vedtak om nattevakt, vil nattevakten også ha et visst tilsyn med de andre beboerne.

De som yter tjenester fra Helse og velferd sier imidlertid at de er veldig bevisst på å ikke yte mer hjelp enn nødvendig: "De eldre må ikke sykeliggjøres. De må hjelpes til å klare seg selv."



Figur 29: Både leiligheter og bevegelsesarealer har god framkommelighet og lagringsplass for ulike hjelpemidler.

Lokalisering og områdekvaliteter

5 % av beboerne er "godt fornøyd" med beliggenheten. 42 % er "fornøyd" mens 8 % er misfornøyd med boligens beliggenhet. Det de er mest fornøyd med, er nærheten til forretning, bank og post; samt avstand til annen service som buss, eldresenter (i samme bygg), legesenter og park / friareal. Valentinlystsenteret ligger rett over gata. De er også godt fornøyd med rekreasjonsmulighetene i nærområdet. Noen (15 %) er derimot misfornøyd med utsikten.

De fleste trives godt med botilbudet. 39 % av beboerne sier de trives "meget godt", 61 % trives "godt". 50 % sier de går på besøk til hverandre daglig, 11 % går daglige turer sammen, 55 % følger daglig med om de ser naboene. Dersom det er en nabo de ikke har sett en dag, spør de hverandre eller ringer på. Det hender at de sitter på med hverandre når de skal gjøre ærender, men det er ikke så ofte, 11 % sier at det kan skje ukentlig, og noen hjelper hverandre med praktiske ting; 10 % daglig/ukentlig, men i intervjuer framgår det at det bare er noen få som er så friske at de kan yte nabohjelp.

Beboerne sier i intervju at fellesarealer og møtesteder "har alt å si!". Fellesrommet mellom fløyene benyttes til trim på mandager med påfølgende kaffekos og uformelle treff. Det arrangeres grilling på utearealet i tillegg til mer uformelle samvær. 36 % mener fellesarealer inne er "meget viktige", mens 50 % mener fellesarealer ute er "meget viktige". Beboerne verdsetter dermed felles utearealer mer enn fellesarealer inne. Andre fellesarealer anses ikke som så viktige, 29 % mener et aktivitetsrom er "meget viktig", 25 % synes et trimrom er "meget viktig" mens 75 % synes ikke det er viktig i det hele tatt, 20 % kunne tenke seg et gjesterom. Ingen ser behovet for et verksted.

Oppsummering

Differensierte leilighetsstørrelser gir fleksibilitet i forhold til å flytte internt dersom man blir alene og kan tenke seg en mindre leilighet. I spørreundersøkelsen svarer alle respondentene at "leiligheten er passe stor". I intervju framholder flere, også enslige, imidlertid at det er gunstig med ett ekstra soverom for å ta i mot besøk av barn og barnebarn. Par som bor på 70 m² sier "det er en stor overgang å komme fra større hus og eneboliger" og at "leiligheten må være såpass stor."

Av de fire prosjektene i denne undersøkelsen er det Valentinlyst-prosjektet som har best utviklet servicetilbud, noe beboerne også verdsetter. Alle respondentene svarer positivt på spørsmålet om det er attraktivt å gå tur i området, 17 % går tur hver dag, 42 % et par ganger i uka. Den vanligste årsaken til at de går ut, er at de "skal handle" (69 %) eller "trenger frisk luft" (54 %). Det er nærliggende å tro at de da mener nærområdet med sansehage. For å komme til større sammenhengende grøntarealer, må beboerne bruke bil.

Dette botilbudet har de eldste beboerne i de fire casene vi har undersøkt. Mange beboere har nedsatt funksjonsevne og tilbudet må derfor vurderes ut fra det. De sprekste beboerne uttaler at de savner flere beboere med tilsvarende funksjonsnivå. Samlokaliseringen med sykehjemmet og omsorgsbasen på huset er viktig for de som trenger mest hjelp. Kanskje oppfattes omsorgsboligene på Valentinlyst mer som en del av en institusjon enn en selvstendig bolig for de friskeste. De friskeste yter mye nabohjelp.

Beboerne framholder nærheten til Valentinlystsenteret som en stor fordel. De setter også stor pris på at boligene mottar tjenester fra basen på huset, og at det derfor ikke er for mange forskjellige og ukjente personer som kommer for å yte pleie og omsorg.

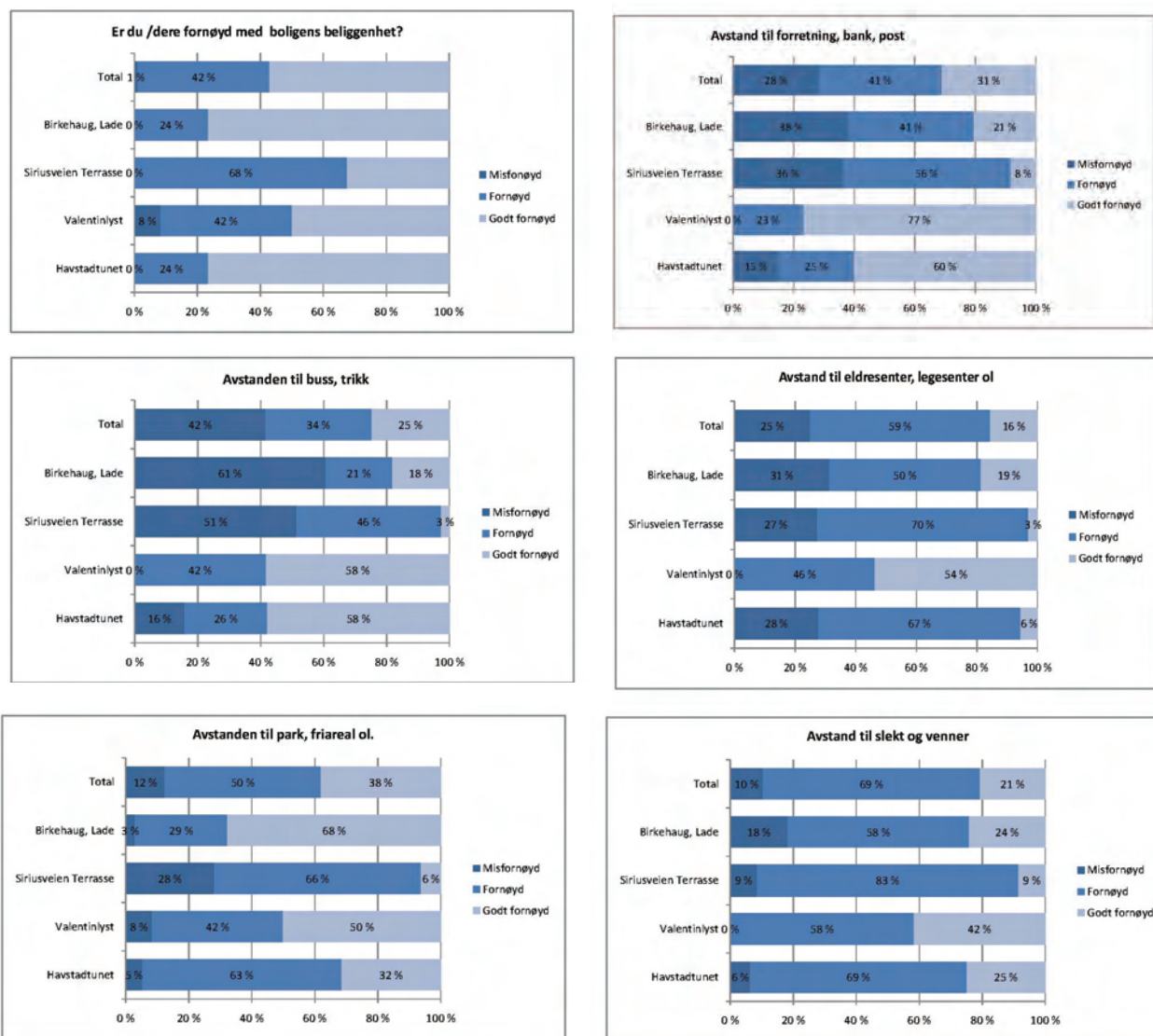


Figur 30: Ulike arenaer for å møtes, se andre mennesker, være sammen, klare seg selv og samtidig få hjelp hvis de trenger det, gjør at beboere synes dette er et meget godt tilbud.

6. Resultater fra undersøkelsen – en sammenligning av botilbudene

Områdekvaliteter og lokalisering

Det ble stilt spørsmål om i hvilken grad beboerne er fornøyd med boligens beliggenhet generelt og med hensyn til avstand til forretning, bank og post, kollektive transporttilbud med buss og trikk, eldresenter og legesenter, utendørs oppholdsareal, park og friareal, avstand til slekt og venner, atkomst/parkering, utsikt, nærområde, nærhet til sentrum med kafeer eller andre steder der folk møtes.

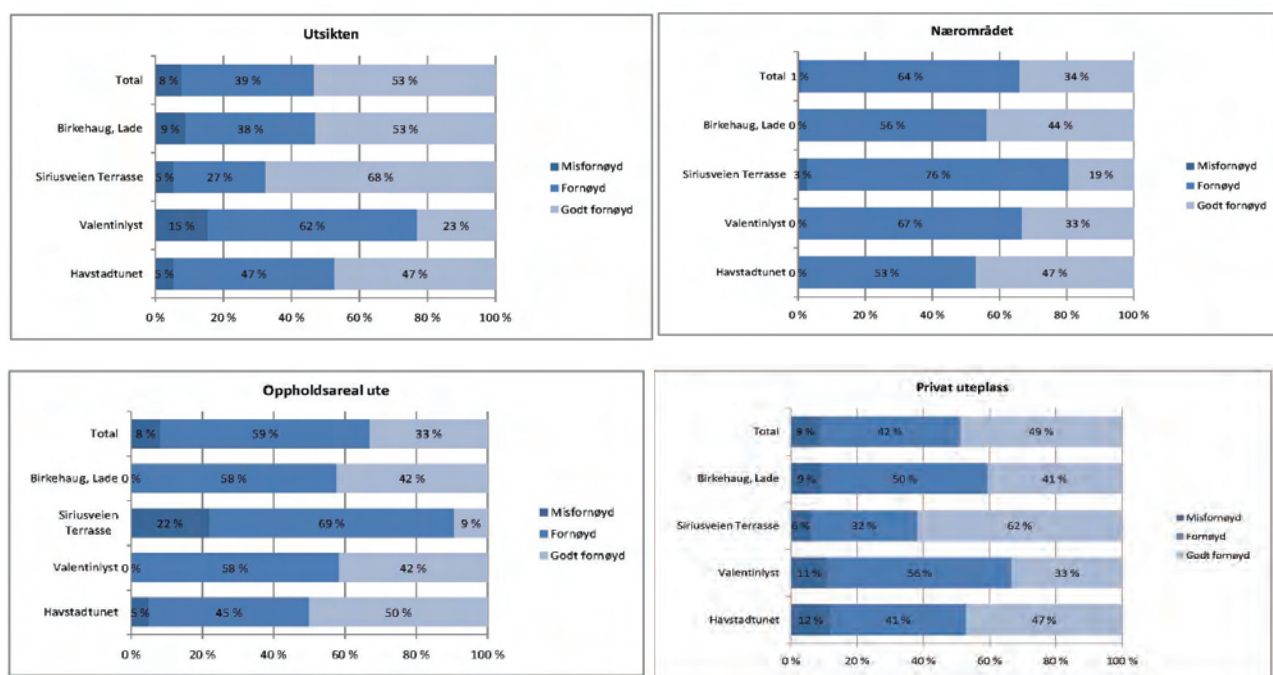


Figur 31: Fornøyd med boligens lokalisering?

Svært få er direkte misfornøyd med "beliggenheten". Birkehaug og Havstادتunet har de mest fornøyd beboerne med hensyn til boligens beliggenhet.

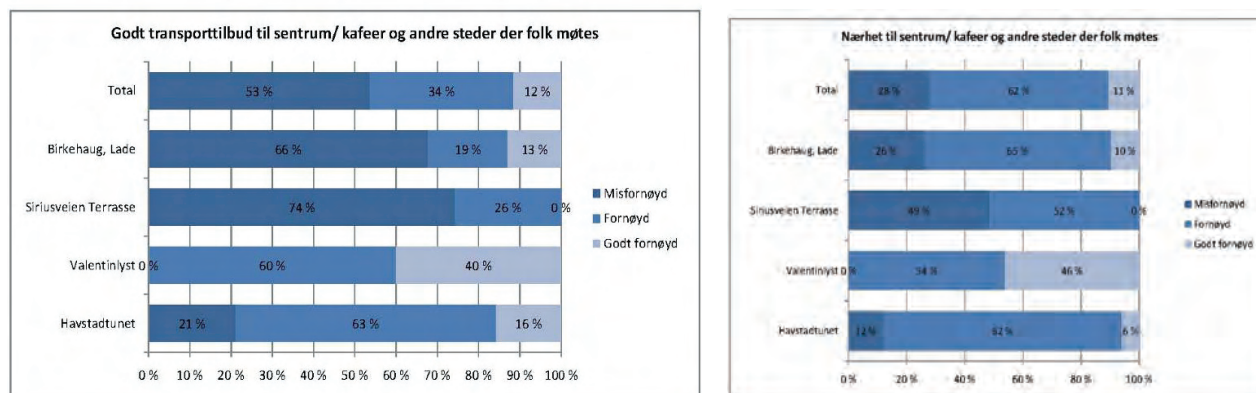
Når vi spør beboerne på Havstادتunet om hva det er ved beliggenheten de er fornøyd med, framheves f.eks. avstand til service og kulturtilbud samt transporttilbud. På Birkehaug er beboerne godt fornøyd med beliggenhet og bomiljø, men dårlig transporttilbud og lang avstand til service og møtesteder er en viktig årsak til at noen flytter eller vurderer å flytte.

I intervjumaterialet fra 2008 gir mange uttrykk for at de setter pris på å bo i et kjent nærmiljø, eller ha mulighet til å gå på besøk til gamle venner. De ser helt klart også fordelene med å ikke være avhengig av bil. Lokalisering i nærheten av et pleie- og omsorgstilbud er også høyt vektlagt av mange.



Figur 32: Fornøyd med utsikt, nærområdet, oppholdsarealet ute og privat uteplass.

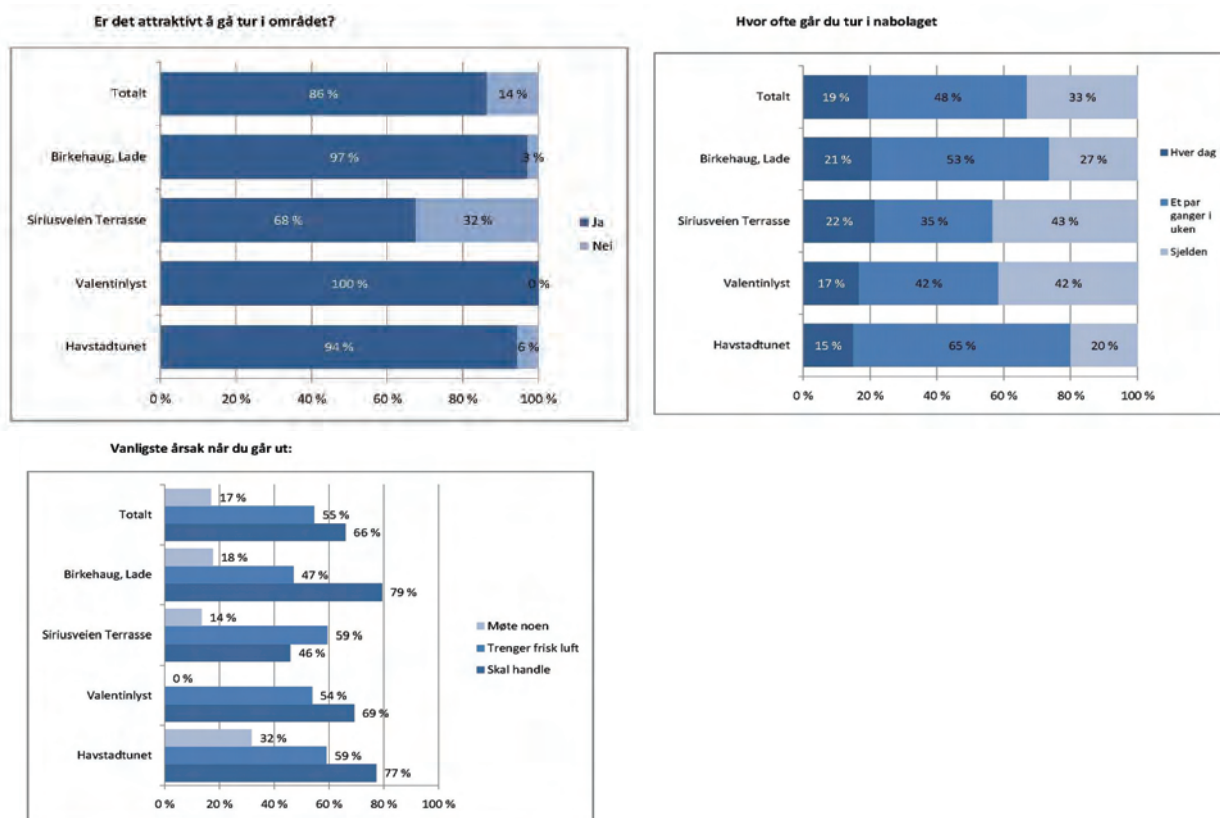
Når det gjelder mer generelle boligkvaliteter som utsikt, oppholdsareal ute og nærområde er beboerne stort sett "fornøyd" eller "godt fornøyd" med unntak av oppholdsarealene ute ved Siriusveien terrasse. Det kan være fordi det ikke er felles utearealer som er i bruk annet enn ved dugnader. I Siriusveien terrasse er imidlertid 62 % "godt fornøyd" og 32 % "fornøyd" med private uteplasser. Dette gjelder store, usjenerte terrasser.



Figur 33: Lokalisering i forhold til transporttilbud og møteplasser.

Avstand til sentrum savnes mest i Siriusveien der de ikke har felles møtesteder i botilbudet. Siriusveien har også en stor andel "yngre eldre" som kommer fra ulike deler av byen. De eldste eldre sier i intervjuer at de ikke bruker byen så mye, men en dame på 90 fortalte at hun hadde omgang med mest eldre mennesker og derfor tok en bytur av og til for å se yngre folk. De sier også i intervjuer at årsaken til at de ikke bruker byen så mye, er at de blir fort slitne av å gå i byen, eller at det er tungvint å ta bussen. Savnet av et godt transporttilbud på Birkehaug kommer også fram her. De gir imidlertid uttrykk for at de helst liker å dra til byen sammen med noen, og at det er et tiltak uten å ha noen å dra sammen med. De gir også uttrykk for at de legger inn kafébesøk for å treffe gamle venner når de er i byen for å gjøre ærender.

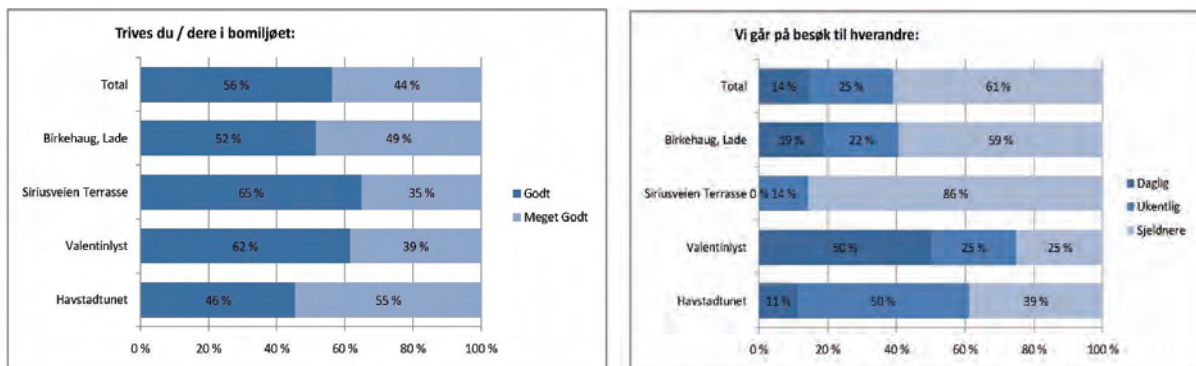
Vi spurte også om det er attraktivt å gå tur i området, hvor ofte beboeren går tur i nabolaget og hva som er den vanligste årsaken til å gå ut. Beboerne på Birkehaug og på Havstadtunet har de mest attraktive turområdene, og de er også blant dem som går mest på tur. Beboerne på Valentinlyst synes selv at de har et attraktivt turområde, men går litt mindre på tur enn i de andre områdene. Ved Siriusveien terrasse er det minst attraktivt å gå på tur, og de er også blant dem som går minst på tur i nabolaget. Dersom de gjør det oppgir de at årsaken er at de "trenger frisk luft". For de andre områdene er "skal handle" den viktigste årsaken til å gå tur i nabolaget.



Figur 34: Bruken av turområdet

Bomiljø og nabokontakt

I spørreundersøkelsen til de fire boligområdene, gir ingen uttrykk for å mistrives. På Havstadtunet trives de best der hele 55 % sier at de trives "meget godt". Kan hende er nabokontakten en medvirkende årsak til at de fleste trives så godt. På Valentinlyst går hele 50 % daglig på besøk til hverandre.

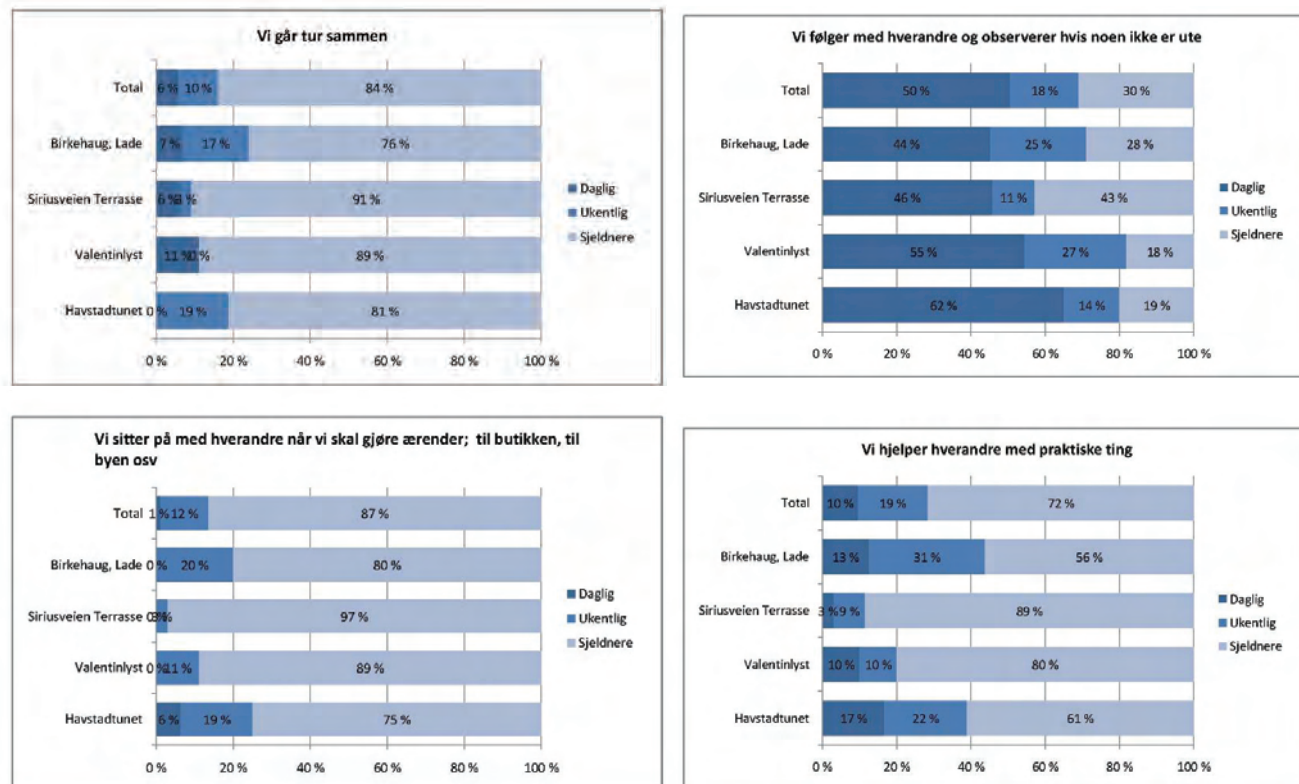


Figur 35: Trivsel i bomiljøet

I Siriusveien derimot er det ingen som går på daglig besøk, men 14 % svarer at de "ukentlig" går på besøk til naboene. Hele 43 % sier at de sjeldnere enn ukentlig følger med naboene og observerer det hvis noen ikke er ute på en stund. Det kan ha å gjøre med at beboermassen på Valentinlyst er eldre og har bedre tid, mens beboermassen i Siriusveien er yngre,

friskere og har sitt nettverk andre steder. Det finnes ikke fellesarealer i Siriusveien og beboere gir i intervju uttrykk for at de kunne ønske seg et sted å sette seg ned for å ta en kopp kaffe sammen.

Beboerne på Birkehaug og på Havstadtunet synes å trives best i bomiljøet av de eksemplene vi har studert. De samarbeider om kjøring til butikken, byen osv og de yter mest nabohjelp. Det som kjennetegner disse to botilbudne er at de har fellesareal som møtearena. De har derimot ikke omsorgstilbud i huset og blir gjerne henvist til egne initiativ.



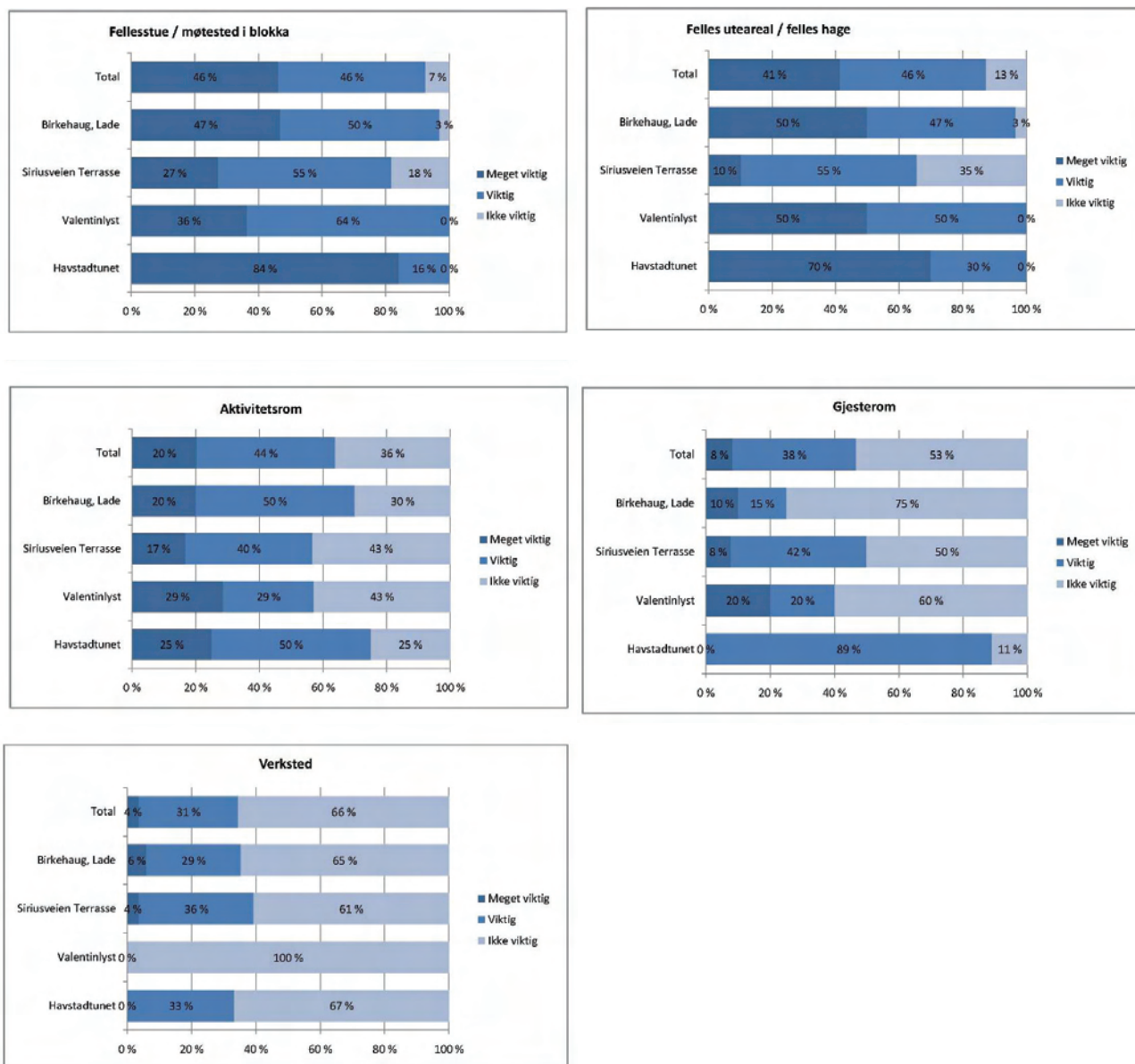
Figur 36. Variable grad av nabokontakt

Fellesarealer

Et spørsmål i spørreundersøkelsen er: "Hvilke tilbud mener du er viktig i boliger for eldre?", med avkryssingsmulighet for ulike fellesarealer ute og inne, samt om de synes tilbudet er "meget viktig", viktig" eller "ikke viktig". Både intervju materialet og materialet fra spørreundersøkelsen i 2008 viser tydelig at beboerne mener fellesarealer har en viktig funksjon som arena for å møtes, bli kjent og knytte vennskap.

I intervjuer defineres imidlertid de fleste kontaktene som "naboskap", færre mener det er "vennskap". Noen går på besøk til hverandre, i sær på Havstadtunet, men mange snakker om at de ikke "ønsker å trenge seg på". Fellesarealer blir en nøytral sone for sosial kontakt. Alle intervjuobjektene framholder at fellesarealer bør finnes i alle botilbud for eldre.

84 % av respondentene på Havstadtunet mener at ei fellesstue / møtested i blokka er "meget viktig". På Siriusveien der de ikke har fellesareal, mener bare 18 % at dette ikke er viktig. 27 % mener det er "meget viktig". Majoriteten av respondentene i alle områder bortsett fra Siriusveien, gir også uttrykk for at felles uteareal er meget viktig. Beboerne på Valentinlyst og Birkehaug mener at felles uteareal er litt viktigere enn felles inneareal.



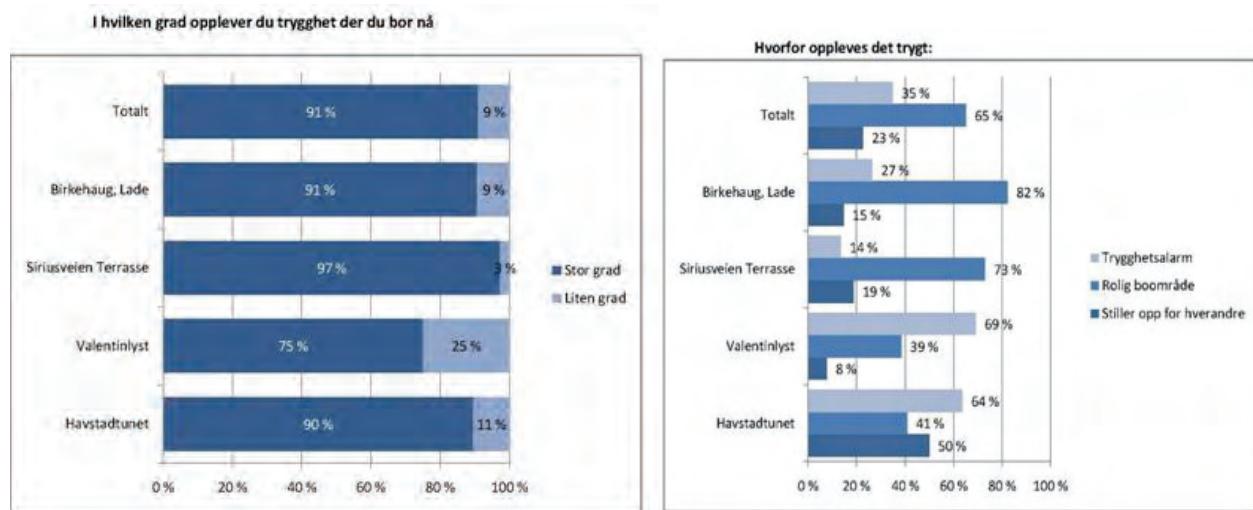
Figur 37: Betydning av fellesareal

Når det gjelder andre fellesarealer / arealer som beboerne kan benytte (aktivitetsrom, trimrom, verksted, gjesterom) synes ikke majoriteten av respondentene at dette er "meget viktig". Respondentene på Havstadtunet utmerker seg ved at de kunne tenke seg flere fellesarealer for aktivitet, trim og fremfor alt; et gjesterom. 89 % av beboerne der synes et gjesterom er "viktig". Det framgår også av intervjuer at flere beboere synes leiligheten er litt for liten til å ta i mot overnattingsgjester, mens de fleste mener at det er så sjeldent at de får besøk at de ikke ønsker større leilighet. Et felles gjesterom ville avhjulpet dette behovet mener de.

Betydningen av nabokontakt og fellesarealer

Trygghet

Vi spurte beboerne om "i hvilken grad opplever du trygghet der du bor nå?" og "hvorfor oppleves det trygt?" Har lokalisering i forhold til hjemmetjenesten eller naborelasjoner betydning?



Figur 38: Opplevelse av trygghet

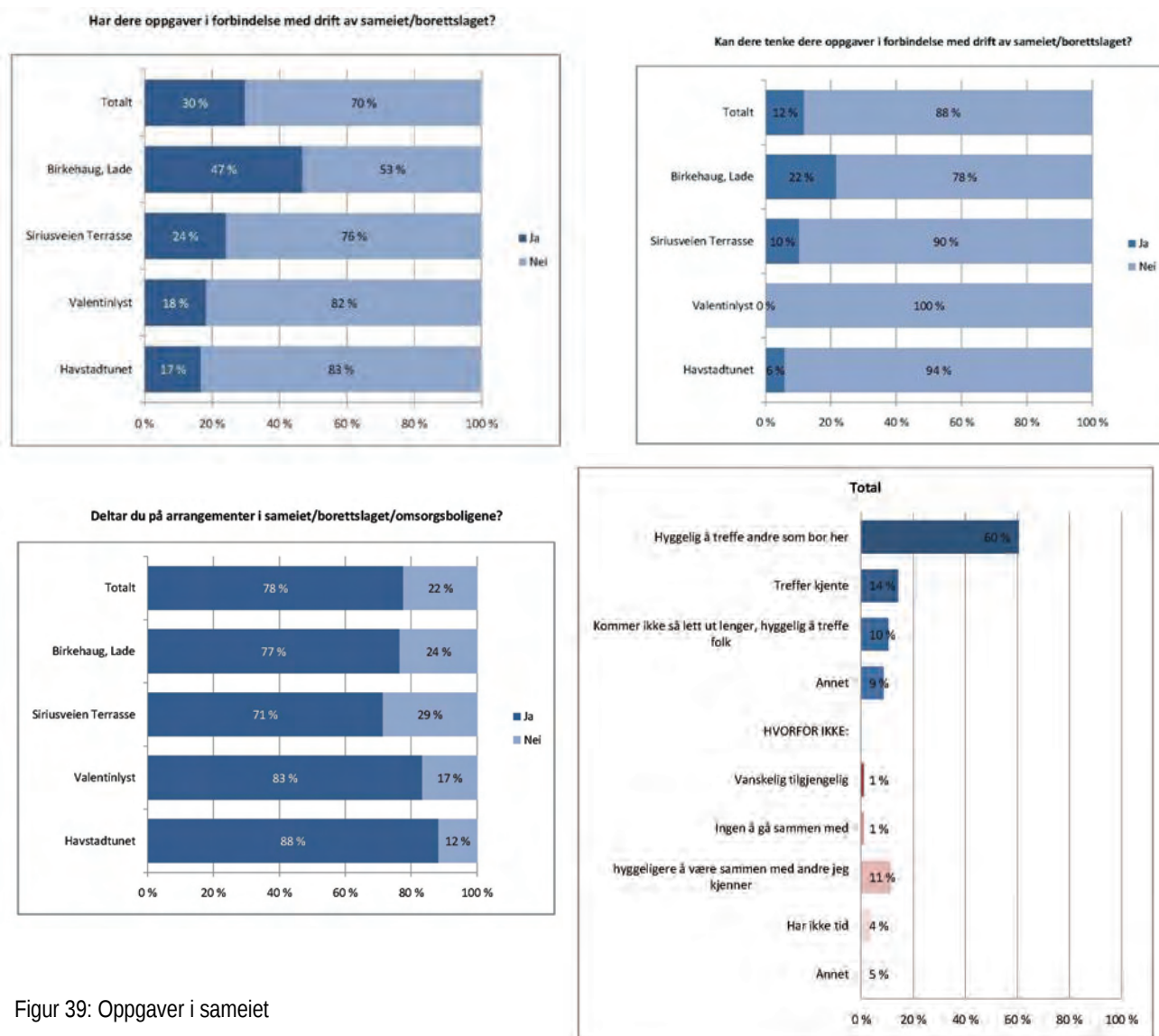
Beboerne i Siriusveien føler størst trygghet og årsaken som de fleste oppgir, er at det er et "rolig boområde". Årsaken kan også være at gjennomsnittsalderen på beboerne i Siriusveien er lavere enn i de andre områdene, og særlig lavere enn på Havstadtunet og Valentinlyst. Beboerne på Valentinlyst er de som i minst grad føler seg trygge. 25 % av beboerne på Valentinlyst sier at de i "liten grad" opplever trygghet der de bor nå. De oppgir trygghetsalarm som årsak til å føle seg trygg foran "rolig boområde". Dette er underlig da beboerne på Valentinlyst bo-tilbud er sammenbygd med Helse- og velferdssenteret og hjemmetjenesten har base i huset, og forklaringen er trolig knyttet til beboernes høye alder. På Havstadtunet oppgir de som årsak til å føle trygghet at de "stiller opp for hverandre" nest etter "trygghetsalarm".

Aktivitet og arenaer for å vise initiativ

Spørsmålet som ble stilt var: "Hvilken betydning har bomiljø og fellesarealer for aktivitet og initiativ?"

Ved de ulike botilbudene vi har undersøkt, er det noen få ildsjeler som stiller opp og aktiviserer både seg selv og andre. De gir i intervju uttrykk for at de gjør dette med glede, men noen gir også uttrykk for at det kan være tungt å dra lasset alene og skulle ønske at det var flere som kunne engasjere seg. Vi spurte i spørreundersøkelsen om beboerne har eller kunne tenke seg å ha oppgaver i forbindelse med drift av sameiet/ borettslaget.

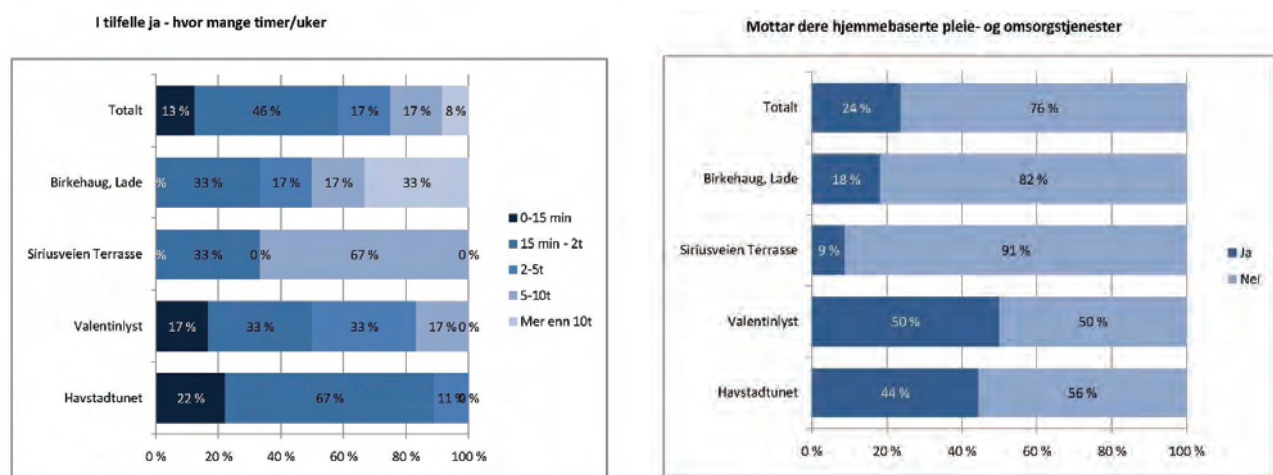
På Birkehaug sier 47 % av respondentene at de har oppgaver knyttet til driften av borettslaget. Det virker som bare 22 % av disse ønsker å ha det, men Birkehaug er allikevel det botilbudet der flest ønsker å ha oppgaver. Omsorgsboligene på Valentinlyst har høyest andel skrupelige og ingen her ønsker oppgaver i følge respondentene i spørreundersøkelsen. Manglende ønske om å ta ansvar for oppgaver i bomiljøet kan ha noe å gjøre med alder og at tilstedeværelsen av den offentlige hjelpetjenesten bidrar til å redusere initiativ og engasjement i enkelte botilbud.



Figur 39: Oppgaver i sameiet

Vi ser at Havstadtunet har høyest deltakelse i fellesarrangementer; hele 88 % av respondentene svarer her at de deltar. Vi vet fra intervjuene at det her er en ressurssterk og aktiv, liten gruppe beboere som drar de andre med seg i tillegg til at miljøverten har en viktig rolle. Vi ser at deltakelsesprosenten i de andre områdene også er høy. Når det gjelder Siriusveien så tror vi at de her mener generalforsamling og dugnader; arena for felles arrangementer finnes ikke i botilbudet. Når vi spør om hvorfor de deltar, er svaralternativet "hyggelig å treffe andre som bor her" som får størst tilslutning. For 11% av de som ikke deltar er svaret at de prioriterer å være sammen med andre de kjenner.

Omsorgstilbud og hjelpebehov ved de ulike botilbudene

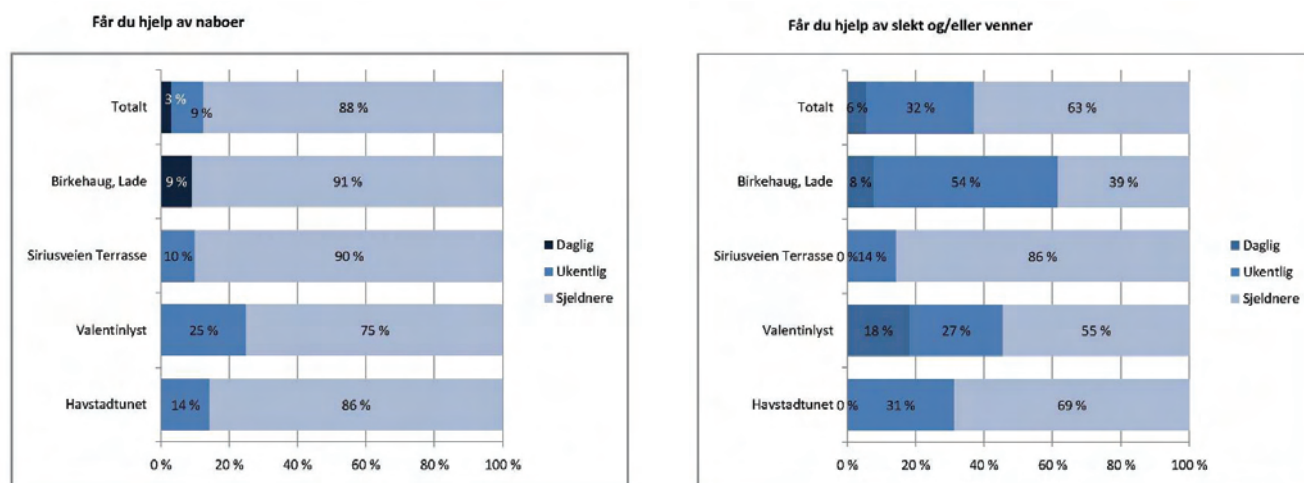


Figur 40: Omsorgsbehov og hjelpebehov

Vi ser at hjemmetjenesten yter mest hjelp i tid pr. beboer på Birkehaug og Siriusveien. Det er færrest beboere som trenger hjelp disse to stedene, men de som trenger hjelp har behov for mye hjelp. Ved Birkehaug er det 33 % av respondentene som svarer at de har hjelp mer enn 10 t / uke. Ved Siriusveien er det bare 9 % av beboerne som har hjelp, 67 % av disse har hjelp 2-5 t / uke. Ved Valentinlyst og Havstadtunet får halvparten av beboerne hjelp fra hjemmetjenesten.

Dette er et litt overraskende funn, men det kan ha noe å gjøre med at det nå er et skifte i beboermassen på Siriusveien og Birkehaug slik at de eldste der nå trenger mye hjelp. Vi vet for eksempel at på Birkehaug bor de fleste til de dør. I tillegg kan det ha noe å gjøre med at hjemmetjenesten på Valentinlyst er lokalisert i samme hus og at det dermed går med lite tid til forflytning. Det samme gjelder Havstadtunet der hjemmetjenesten er lokalisert like ved, på Havstein bo- og servicesenter.

I tillegg til at mange mottar hjelp fra Helse- og velferdstjenesten i Trondheim kommune, mottar noen hjelp fra slekt, venner og naboer. Hele 9 % får daglig hjelp av naboer på Birkehaug. Selv på Valentinlyst der helse- og omsorgstjenesten har base, får 18 % daglig hjelp av slekt eller venner. Ut fra intervjuer tror vi at denne hjelpen i hovedsak dreier seg om følge til byen, til butikker, til lege osv, men det kan også være omsorgs- og pleieoppgaver uten at vi vet det.

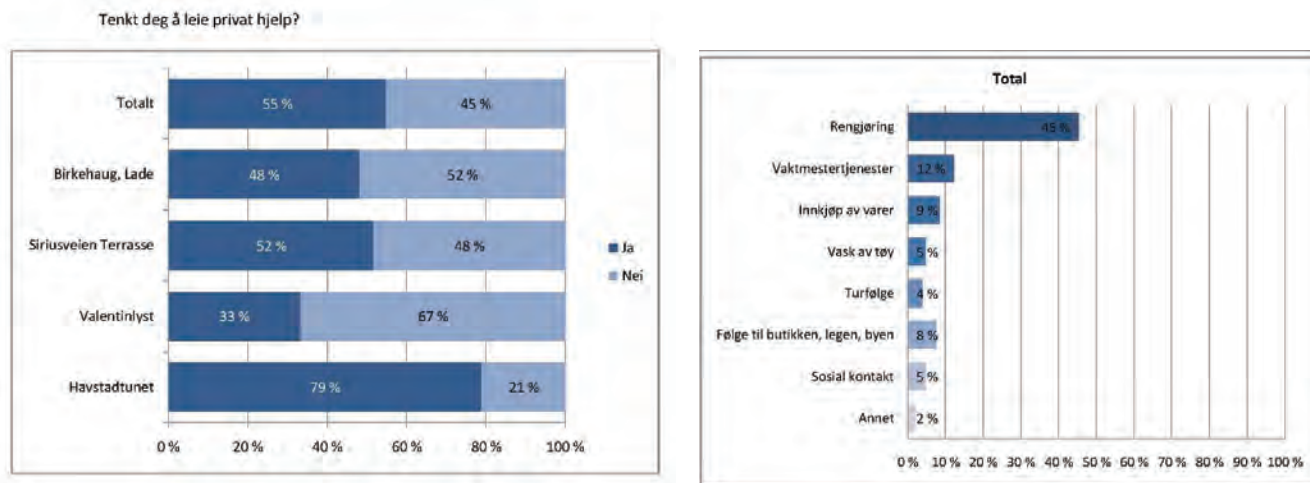


Figur 41: Hjelp av naboer, slekt og venner

Holdninger til å leie privat hjelp

TOBB Omsorg yter tjenester på Havstadtunet. Dette kan være rengjøring, gå tur og handle. TOBB Omsorg kan også yte stell, men ingen beboere på Havstadtunet mottar pleietjenester fra TOBB Omsorg. Tjenester fra TOBB Omsorg koster 350,- / timen og i følge ansatte i hjemmetjenesten, synes mange beboere dette er for dyrt. Samtidig synes de at det kommer for mange forskjellige mennesker fra Trondheim kommunes hjemmetjeneste, og mange velger derfor TOBB Omsorg i stedet.

Vi spurte i spørreundersøkelsen hvilke holdninger beboerne har til å leie privat hjelp og hvilke tjenester de kunne tenke seg å betale for:



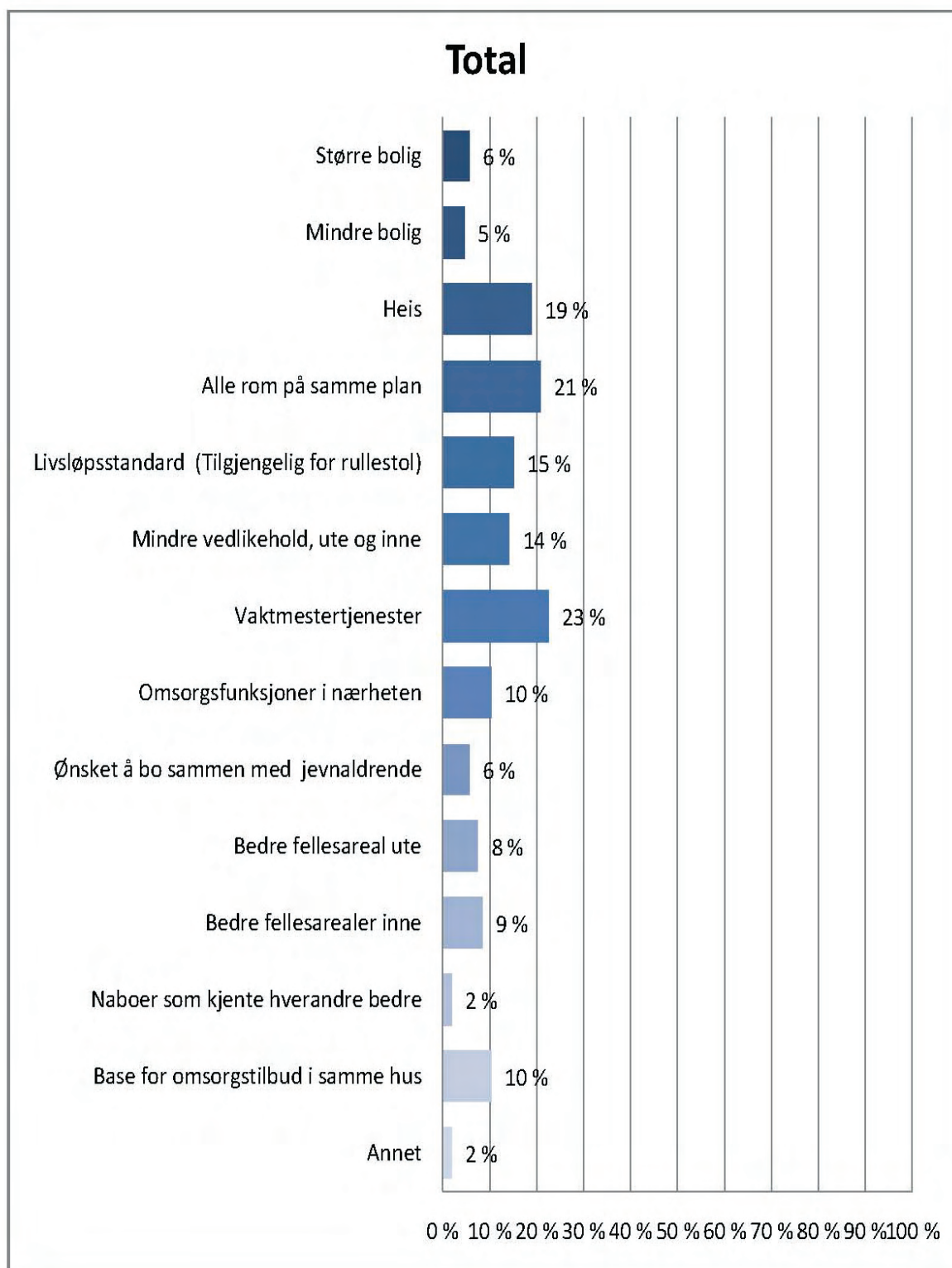
Figur 42: Holdninger til å leie privat hjelp

Beboerne ved Havstadtunet, der flere allerede i dag mottar hjelp fra TOBB Omsorg er mest positive til å motta privat hjelp som de må betale ekstra for. 79 % sier at de er positive til det. Ved Valentinlyst er de mest negative til å motta privat hjelp. De har omsorgsbasen i huset og trenger ikke forholde seg til så mange forskjellige omsorgspersoner som i de andre botilbudene som ikke har base i huset.

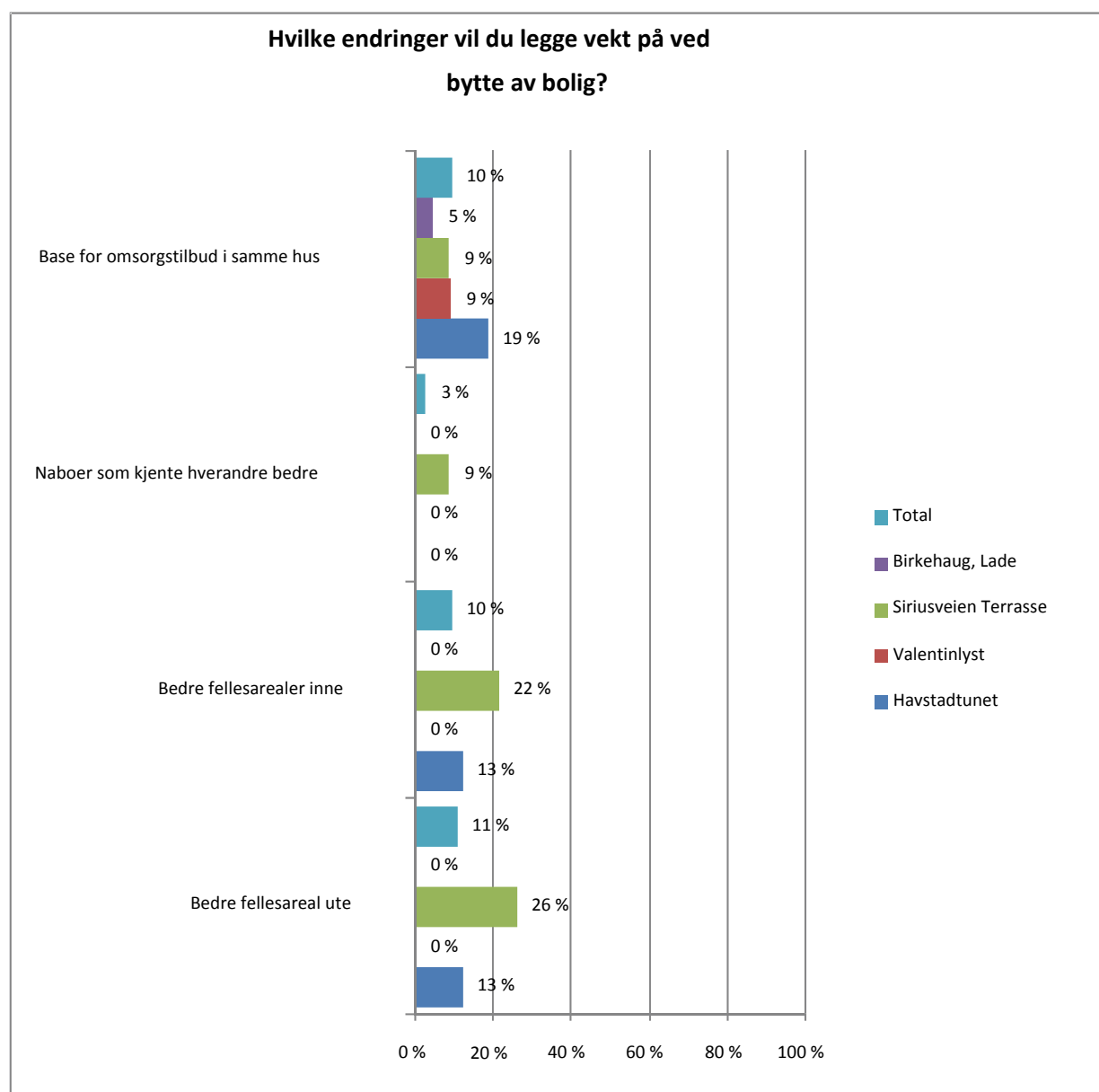
Rengjøring er den arbeidsoppgaven som de fleste kunne tenke seg å leie privat hjelp til. Ikke uventet oppfatter beboerne det som forholdsvis uproblematisk å betale for hjelp til praktiske oppgaver, men "følge til butikken, legen og byen", "turfølge" og "sosial kontakt" er det noen beboere som godt kunne tenke seg å betale for. Dette er også tjenester som hjemmetjenesten ikke yter.

Hvordan vil beboerne prioritert ved bytte av bolig?

Det er spurt om hvordan beboerne vil prioritere ved bytte av bolig. Krav til tilgjengelighet er et prioritert område. Heis, alle rom på samme plan og livsløpsstandard, er viktige faktorer. Men også reduksjon av forpliktelser ved vaktmestertjenester og redusert vedlikehold er viktig. Tilgjengelighet til helse- og omsorgstjenester kommer tydeligvis lenger ned på listen.



Figur 43: Hvordan vil beboerne prioritere ved bytte av bolig.



Figur 44: Holdninger ved bytte av bolig i de ulike eksempelstudiene

Det er interessant å merke seg at beboerne i Siriusveien er de som i høyest grad ønsker seg fellesarealer inne og ute og bedre nabokontakt. De som bor på Havstadtunet vil ha bedre fellesarealer både inne og ute i tillegg til at de legger vekt på å ha en omsorgsbasis i huset.

7. Oppsummering og konklusjoner

Hvilke boligløsninger kan bidra til et godt hverdagsliv for eldre?

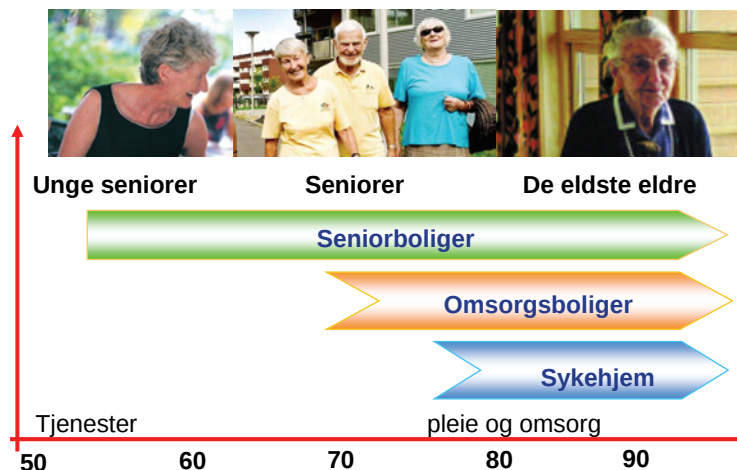
Ut fra de svarene respondentene gir i spørreundersøkelsen og i intervjuer, kan vi tolke at det er flere faktorer som er viktige for at de har valgt å bli boende:

- Et tilrettelagt botilbud med universell utforming.
- Muligheter for rask hjelp fra pleie- og omsorgstjenesten.
- Trygghet gjennom trygghetsalarm.
- Kvaliteter ved det å bo i et rolig boområde.
- Godt bomiljø og nærmiljø med naboer som kjenner hverandre.
- Felles arenaer for å møte andre, både ute og inne.
- Enkel tilgang på servicetilbud og kommunikasjon til servicetilbud.
- Godt sosialt nettverk med venner og familie i nærheten.

Den nye "livsløpsboligen"

De undersøkte eksemplene vil kunne tilfredsstille eldre beboeres behov i ulike faser av alderdommen.

Målet med universell utforming er å skape løsninger som kan fungere for flest mulig lengst mulig. Gjennom denne undersøkelsen har vi forsøkt å bringe fram noen svar på hva man bør ta hensyn til ved planlegging av boliger som skal kunne fungere når beboeren har passert 80 år. En "livsløpsbolig" må kunne fylle flere kvalitetskriterier enn terskelfrihet og plass for rullestolen. Dersom et boligområde har et differensiert tilbud med leiligheter av ulike størrelser og utforming, vil man ideelt sett kunne tilby boliger for alle i flere livsfaser innen det samme boligområdet slik at man kunne flytte innen botilbudet ved endrede ønsker og behov og slippe å bryte sosiale nettverk. Dermed kan man hindre segregerte bomiljøer og heller fremme et mangfold der flere generasjoner bor i samme område.



Figur 45: Figuren viser at ulike boligtyper for eldre kan suppleres med helse og omsorgstjenester. Dette kan ved siden av fysisk utforming bidra til at den eldre kan bo lengre og kanskje livet ut i egen bolig. Ill. Karin Høyland.

Er det tilstrekkelig å tilrettelegge for rullestolbruk?

Universell utforming handler om å planlegge og utforme omgivelser og produkter (boliger inkludert) slik at de kan brukes av så mange som mulig. Rikspolitiske retningslinjer og kravene i TEK skal legge føringer for utforming av dagens boliger. Strategien Universell utforming har medført økt fokus på å planlegge boliger og boligområder slik at de også kan brukes om du bruker en rullestol eller er svaksynt. Det kan bety en større valgmulighet for eldre til å velge "en vanlig bolig" som ikke nødvendigvis er definert som omsorgsbolig eller seniorbolig. Universell utforming har, som livsløpsstandarden hatt mye fokus på fysisk tilrettelegging. Dette er selvsagt grunnleggende viktig, men når byggetekniske krav er oppfylt og rullestolsirkelen er tegnet inn, kan det kan se ut som det er et mindre fokus på å legge til rette for fellesskap og arenaer for å møtes.

Det kan synes som de eldre i dag har et større spekter av boliger å velge mellom. Bedre hjemmetjeneste muliggjør at flere kan bo i opprinnelig bolig lenger. Et spekter av boliger tilknyttet eldresentra, omsorgssentra, privat initierte bofellesskap, lettetelte sentrumsnære leiligheter er andre tilbud som kan passe for de som ønsker en enklere hverdag og mer tilrettelagte omgivelser.

Bidrar de undersøkte boligløsningene til en aktiv og verdig alderdom i egen bolig?

Etter befaringer, spørreundersøkelse og intervjuer med beboere og helsepersonell oppfatter vi Birkehaug og Havstadtunet som gode botilbud som passer i livsfasen etter fylte 60 år, selv med nedsatte funksjoner. De aktuelle fysiske løsningene gjør det mulig å klare seg selv dersom man blir noe bevegelses- eller orienteringshemmet. Det er tilrettelagt for fellesskap, og rekreasjonsmulighetene er gode. For Birkehaug er imidlertid lokaliseringen i forhold til en kommunale pleie- og omsorgsbasis, til offentlig service og til kollektivtilbudet et problem.

Siriusveien ser ut til å fungere fint for de spreke, de som kjører bil og har venner og familie andre steder, men flyttemønsteret på Siriusveien samt intervjuer med hjemmetjenesten og beboere viser at dette ikke er et tilfredsstillende tilbud for eldre når helsa svikter. Omsorgsboligene ved Valentinlyst helse- og velferdssenter er fysisk tilknyttet en institusjon og kan virke som et godt tilbud for de eldste.

I hvilken grad har de som i 1997 var over 70 år valgt å bli boende etter fylte 80 år?

Fra seniorboligene på Birkehaug er det totalt 13-15 som har flyttet fra 53 leiligheter, mens 28 er døde. Bortsett fra et dårlig transport- og service tilbud fungerer dette boligområdet fint også for de eldste.

Fra Siriusveien Terrasse har det vært et skifte der rundt halvparten har flyttet. Dette boligtilbudet framstår som en vanlig terrasseblokk i det ordinære bolimarkedet og representerer ikke noe hensiktsmessig boligtilbud for eldre som etter hvert vil få behov for mer tilpassa boliger, både med hensyn til universell utforming, men ikke minst med hensyn til å legge forholdene til rette for å utvikle gode og trygge sosiale nettverk.

I de to nye boligene som ble tatt i bruk i 2005, er det svært få som har flyttet. I Havstadtunet borettslag har ingen flyttet, mens fra omsorgsboligene ved Valentinlyst Helse- og velferdssenter har 5 beboere flyttet over til sykehjemmet.

Hvis de har flyttet eller vurderer å flytte, hva er årsaken?

Årsakene til at noen av beboerne ved Birkehaug og flere beboere ved Siriusveien har flyttet eller vurderer å flytte er flere. De fleste årsakene er knyttet til tap av ektefelle og at leiligheten blir for stor og dyr når man blir alene. Dårlig kommunikasjonsstilbud og det at det blir tungvint å delta på arrangementer og aktiviteter andre steder, dersom man selv ikke kjører bil lenger, er også en viktig flytteårsak. Ved Birkehaug har de fleste blitt boende på tross av at undersøkelsen viser at flere vurderer å flytte på grunn av dårlig kommunikasjonsstilbud. Undersøkelsen viser at dette henger sammen med et godt bomiljø og en miljøgruppe som har tatt ansvar for fellesskap og arrangementer. Siriusveien Terrasse har ikke fellesarealer i botilbudet, beboerne må til byen eller andre steder for å finne arenaer for å treffe andre, og det blir for tungvint for mange. I tillegg oppgir de at det ikke er attraktivt å gå tur i nabolaget, at det er bratt og tungvint å gå til butikken, til bussen osv. Beboerne som har flyttet fra Siriusveien eller vurderer å flytte, velger seg Omsorgsboligene ved Moholt Helsetun og Valentinlyst Helse- og velferdssenter. Grunnen til dette er at "de vil ha alt rundt seg". Med "alt" mener de servicetilbud og den kommunale hjelpetjensten.

Hvilken betydning har fellesarealer for å etablere nettverk?

Flere av beboerne gir uttrykk for at fellesarealene har mye å si for å utvikle et godt bomiljø. Mange kvier seg for å gå på besøk til hverandre fordi de ikke vil trenge seg på. Fellesarealene omtales i intervjuer som en nøytral arena der de kan møtes, drikke kaffe og prate sammen. Arrangementene er kanskje nødvendige som et første påskudd til å komme til fellesarealene. Senere virker det som det går av seg selv. Noen beboere trenger litt ekstra støtte for å komme seg dit. Når de har blitt kjent, hender det at noen utvikler vennskap, yter mer omsorg for hverandre, inviterer hverandre på middag, går turer, setter i gang mer organiserte aktiviteter der flere inviteres inn og noen reiser også på ferier sammen.

Fellesarealene er viktige arenaer for å bygge nettverk og bidrar positivt når det gjelder å bli kjent med naboene og ha daglig sosial kontakt med andre mennesker. I boligene på Havstadtunet og Birkehaug i sær, ser vi fra spørreundersøkelsen og fra intervjumaterialet, at det ytes mye omsorg fra naboer. Denne omsorgen består både i praktisk hjelp med alt fra å hente mat, skifte lyspærer, til omsorg og støtte ved sykdom og dødsfall. I boliger som Siriusveien der det ikke er fellesarealer, har naboene mindre kontakt og det tar lang tid før de blir kjent med de andre som bor der.

Hvilken betydning har nærhet til byen, butikker og kulturtilbud?

Beboerne ved de ulike tilbudene har litt ulik oppfatning av hva som er viktig. Ved Siriusveien som mangler fellesarealer og i tillegg har en overvekt av yngre beboere som ikke har tilknytning til bydelen fra før, er minst fornøyd med avstanden til slike møtesteder som kafeer og byen representerer. Beboerne ved Birkehaug, der flere beboere også tidligere har bodd på Lade, er de mest fornøyd av alle med sitt nærmiljø og i sær friarealet, nærområdet, utsikten og kort avstand til slekt og venner. De er meget misfornøyd med kollektivtilbudet til sentrum, butikker og andre servicetilbud, men de fleste har blitt boende på tross av dette. Beboerne på Valentinlyst og Havstadtunet vektlegger kort avstand til butikken og enkel kommunikasjon til sentrum og offentlige møtesteder.

Mange orker ikke å gå så mye i byen, men enkel kommunikasjon til byens kulturtilbud har flere lagt vekt på. De gir i intervjuer uttrykk for at det viktigst er at de har muligheten til å komme seg til byen. Ikke slik at de dermed benytter seg så ofte av det, men det gir følelse av frihet, selvstendighet og muligheter til å delta og reise hvor de vil.

Ulike behov fordrer ulike nivåer av omsorgstilbud.

Gruppen "eldre" er ingen homogen gruppe med like behov. Behovene er individuelle og kan også endre seg over tid. De fire undersøkte bolig-eksemplene representerer ulike nivåer av omsorgstilbud og de møter de eldre beboerens ulike behov på ulike måter:

Omsorgsboligene ved Valentinlystsenteret framstår mer som en institusjon for mer eller mindre hjelpetrengende eldre, enn som et åpent boligområde tilrettelagt for å møte den stadig økende gruppen av funksjonsdyktige eldre. Det kan virke som dette tilbudet fungerer best for de eldste eldre med størst omsorgsbehov eller eldre med en funksjonsnedsettelse. Lokaliseringen er optimal i forhold til kommunikasjon, service- og kulturtilbud. Det ligger vel til rette for små rusleturer til butikken og på stier i nærområdet, men den spreke som vil ut i marka, må kjøre bil.

Havstadtunet BL kan passe for både yngre og eldre. Boligene er vel integrert i den andre boligmassen på Havstad, det er kort vei til butikk, post, buss og tjenestetilbud, samt kort vei ut i marka og til basseng og bydelskafè på Havstein bo- og servicesenter. Det er lettvinnt å bo her, med P-kjeller, heis og vaktmester, og det er sosialt med felles stue og felles sittegrupper i trapperommene. Man trenger ikke kjøre bil for å kunne bo her.

Birkehaug BL ligger også i utgangspunktet vel til rette for å kunne passe for beboere i alle aldre. Boligene er omgitt av natur, turområder, bademuligheter og turstier for både den sprekeste og den som trenger et overkommelig mål for en daglig rusletur. Avstand til butikk og servicetilbud er ikke lenger enn at det er en fin tur for de sprekeste, men for de som har vondt for å gå, er avstanden til butikken en for stor barriere. Busstilbudet er allikevel den viktigste årsaken til at disse boligene ikke er godt egnet verken for eldre eller yngre hvis man ikke kjører bil.

Siriusveien Terasse kan være en god bolig for den voksne med et aktivt liv og et velutviklet sosialt nettverk, som ønsker en lettvinnt bolig. Bakdelen er at man er relativt avhengig av å kunne kjøre bil eller gå et stykke hvis man skal ta buss, handle eller gå på tur i rekreasjonsområder. Det er ikke spesielt lagt til rette for fellesskap, og dersom man blir avhengig av pleie, stell eller rullestol er boligene dårlig tilrettelagt for dette.

Boligbasert omsorg er god samfunnsøkonomi

Det er en betydelig samfunnsøkonomisk gevinst ved at eldre kan bli boende i egen bolig og få eventuell pleie og omsorg her framfor å måtte flytte på institusjon. (Brevik og Schmidt 2005) I egen bolig kan man lettere tilpasse pleie- og omsorgstilbudet til det behovet man har, enn man kan på en institusjon. I tillegg kan man lettere mobilisere familie, venner og det sosiale nettverket til innsats. Det er her ikke snakk om tunge pleieoppgaver, men at man kan spørre om hjelp til små, praktiske ting man selv ikke klarer lenger. I tillegg kan eldre holde seg friskere lenger ved at egne ressurser utnyttes bedre. Kanskje kan eldre i nabolaget være tilgjengelig for barn som kommer fra skolen på dagtid. Fra intervjumaterialet vet vi at det er mange eldre som ønsker seg mer kontakt med barn og yngre mennesker. Et mangfoldig bomiljø kan avle mer raushet og toleranse i forhold til mer uniforme bomiljø. For de eldre er det viktig å slippe å bryte opp fra kjente og kjære omgivelser.

Det er likevel en grense for hvor lenge eldre kan bo i egen bolig og fortsatt argumentere med at det er lønnsomt. I intervju med soneledere og ansatte i Lade sone og Byåsen sone kommer det fram at omsorgsboliger er et mangfold av botilbud som det er vanskelig å forstå for befolkningen. Det er en utbredt misforståelse at omsorgsboliger er et sted der det ytes tjenester hele tiden. Beboeres beskrivelse er at *"dette skal være omsorgsboliger, men omsorgen må vi sørge for selv."* Omsorg blir gitt etter vedtak i kommunen og beboeren har lik rett til omsorg enten han/hun bor i enebolig, seniorbolig eller omsorgsbolig. Men beboerne kan imidlertid føle en større trygghet dersom pleie- og omsorgsbasen er like i nærheten. Hjelpetjenesten sier også at det er enklere og gir mindre forflytning og dermed spare ressurser dersom man kan yte omsorg til flere beboere i samme område, enn der beboerne bor spredt.

Det er Trondheim kommune som foretar tildeling og gjør vurdering av behov for sykehjemsplass eller omsorgsbolig. Ny organisering har medført at brukerne får tilbud om plass der det er ledig og ikke knyttet til der beboeren bor. Hjelpetjenesten sier at de fleste ønsker å bo hjemme, andre ønsker seg sykehjemsplass. Den utløsende årsak til at en beboer flytter er ofte mangel på sosiale stimuli. Dagsenter kan avhjelpe noe av dette behovet. Hjelpetjenesten mener at når hjelpebehovet blir ekstra stort; når beboeren trenger heis til badekar, hjelp til å spise, når de føler det er utrygt at hjelpetjenesten går fra boligen, ved demens osv, da er det mest hensiktsmessig med en sykehjemsplass.

I intervjuer med ansatte og soneleder i hjelpetjenesten i de fire sonene spurte vi om hvilke av følgende faktorer som var de viktigste for at beboeren skulle kunne bli boende også når helsen svikter:

- Universell utforming (trinnfritt, rullestoltilgjengelig, bæreheis osv)
- Lokalisering og nærhet til service
- Mulighet for å bli boende i det nærmiljøet man kjenner
- Mulighet for å bli kjent med naboer ved hjelp av fellesrom og fellesaktiviteter ute og inne

De fleste hadde problemer med å rangere faktorene: *"Alt er viktig, men det viktigste for brukeren er mulighet til kontakt med andre."* *"Skal han eller hun få hjelp er det også viktig at boligen er tilrettelagt."* Sannsynligvis er det samspillet mellom disse faktorene som gjør en bolig god eller mindre god for den eldre beboeren.

Hvordan kan samfunnet legge til rette for at eldre skal kunne bo hjemme så lenge som mulig?

Det må eksistere et allsidig tilbud slik at eldre har reelle valgmuligheter:

1. Det må bygges flere boliger for eldre nær bydelssentra, helseinstitusjoner og pleie- og omsorgsbaser. Dette kan gjøres ved at kommunen driver en aktiv tomtepolitikk. Kommunen kan også benytte reguleringsbestemmelser for å sikre at velegnede områder blir bygget med de krav som stilles til seniorboliger eller omsorgsbolig uansett hvem som er utbygger. Det er imidlertid viktig å sikre et mangfold av type boliger i et område og hindre segregering. Eldre foretrekker å bo sentralt og det er derfor viktig å sikre universell utforming av nye sentrumsnære leiligheter.
2. Det må legges til rette for flere boliger for eldre i eksisterende boligområder; gjerne på initiativ fra brukerne selv slik at eldre, hvis de selv ønsker det, kan bli boende med støtte fra sitt eksisterende, sosiale nettverk. Dette vil hindre segregering og medvirke til fortsatt kontakt med familie og venner. Kommunen kan bidra til dette ved å aktivt støtte og veilede grupper av eldre som ønsker å bygge sine egne eldreboliger. Ved å etablere et opplysningskontor, eventuelt en selvbyggetjeneste kan erfaringer utveksles og inspirasjon innhentes.

Både kommuner og Husbanken har et ansvar for å oppmuntre og legge til rette for at private selv kan ta initiativ og bidra med erfaringer som gjør dem til ideelle samarbeidspartnere i en evt. selvbyggervirksomhet der beboerne selv er med og planlegger sine boligløsninger. Videre er det viktig å ivareta også de som ikke har økonomiske ressurser slik at alle har et reelt valg til å velge en bolig tilpasset egne behov, slik at ikke bare de bemedlede, men alle kan få et godt hverdagsliv også når de blir eldre (Støa 1997).

Fysiske rammebetingelser for et godt hverdagsliv

Trondheim kommune har sett behovet for tiltak som den kulturelle spaserstokken og miljøverter i noen av botilbudene der det bor mange eldre. Det virker som dette er tilbud som det settes stor pris på og som er viktige for å skape et godt bomiljø for eldre som ellers ville hatt problemer med å komme seg ut på arrangementer og selv ikke ville tatt initiativ til å møte andre for å skaffe seg et nettverk og en meningsfull hverdag.

Overordnede byplanmessige og boligpolitiske føringer vil fortsatt være et viktig verktøy for å styre utviklingen i ønsket retning. Det trengs også mer kunnskap om hvilke faktorer som faktisk er av vesentlig betydning for de eldres livskvalitet. Dette er viktig for å underbygge og eventuelt justere overordnede boligpolitiske føringer. Videre må denne kunnskapen formidles til utbyggere, planleggere og arkitekter.



Figur 46: Steder å møte andre eller bare se og oppleve andre mennesker er innslag i hverdagen som gir mening. Enten det er Damhaugen i Bymarka eller det urbane byrom i Paris, er møtesteder som disse av stor betydning for menneskers opplevelse av en meningsfylt hverdag. Foto til venstre: Bjarne Berg.



Figur 47: I nabolag med en differensiert beboermasse kan det oppstå helt naturlige bånd mellom unge og eldre. Slike bånd kan være uvurderlig verdifulle og en ressurs som burde vært bedre utnyttet.

8. Vedlegg

Spørreskjema beboere



Havstadtunet, Byåsen



Birkehaug, Lade



Omsorgsboligene ved Valentinlyst Helse- og velferdssenter, Valentinlyst



Siriusvelen Terrasse, Stubbán

ELDRE 10 ÅR ETTER

En spørreundersøkelse blant beboere i 4 boligprosjekter i Trondheim

Opplysninger om husstanden

Fødselsår for medlemmer av husstanden

1	9		
---	---	--	--

1	9		
---	---	--	--

1	9		
---	---	--	--

Hvem har fylt ut skjema (kryss av):.....
.....

Kjønn: ☐ Mann ☐ Kvinne

Sivilstand: ☐ Enslig ☐ Enke/ Enkemann ☐ Gift/ Samboende

Tidligere boforhold

Har du /dere byttet bolig i løpet av de siste 10 årene? ☐ Ja ☐ Nei

Hva slags boligtype flyttet du / dere fra? (Kryss av)

☐ Enebolig

☐ Rekkehus

☐ Blokk

☐ med heis

☐ uten heis

Var du / dere ☐ Leier ☐ Eier ☐ Andelshaver

Nåværende boforhold:

Er alle rom (inngang, kjøkken, bad, stue og soverom) på samme plan? ☐ Ja ☐ Nei

Antall rom i leiligheten

(utenom bad og kjøkken) ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 eller flere

Er du / dere ☐ Leier ☐ Eier ☐ Andelshaver

Er boligen ☐ Passe stor ☐ For stor ☐ For liten

Utformingen av boligen:

Er du/ dere fornøyd med utformingen
av boligen, som f.eks:

	Misfornøyd	Fornøyd	Godt fornøyd
Tilgjengeligheten (trappeatkomst og liknende)	☐	☐	☐
Størrelsen på rommene.....	☐	☐	☐
Utforming av bad / wc.....	☐	☐	☐
Utforming av kjøkkenet.....	☐	☐	☐
Utforming av soverom	☐	☐	☐
Utforming av stue	☐	☐	☐
Utforming av dører (bredde, terskler)	☐	☐	☐
Utforming av korridorer.....	☐	☐	☐
Bod- og lagringsplass.....	☐	☐	☐
Privat uteplass.....	☐	☐	☐

Annet:

Boligens beliggenhet:

	Misfornøyd	Fornøyd	Godt fornøyd
--	------------	---------	--------------

Er du /dere fornøyd med boligens beliggenhet? ☐ ☐ ☐

	Misfornøyd	Fornøyd	Godt fornøyd
Er du / dere fornøyd med:			
Avstand til forretning, bank, post	☐	☐	☐
Avstanden til buss, trikk.....	☐	☐	☐
Avstand til eldresenter, legesenter og lignende.....	☐	☐	☐
Avstanden til park, friareal og lignende	☐	☐	☐
Avstand til slekt og venner.....	☐	☐	☐
Oppholdsareal ute	☐	☐	☐
Atkomst og parkering.....	☐	☐	☐
Utsikten	☐	☐	☐
Nærområdet	☐	☐	☐
Nærhet til sentrum/ kafeer og andre steder der folk møtes	☐	☐	☐
Godt transporttilbud til sentrum/ kafeer og andre steder der folk møtes.....	☐	☐	☐

Er det attraktivt å gå tur i området? ☐ Ja ☐ Nei

Hvor ofte går du tur i nabolaget?

☐ Hver dag ☐ Et par ganger i uken ☐ Sjelden

Hva er den vanligste årsaken når du går ut?

- ☐ Skal handle, til legen, apoteket eller ordne andre ting.
- ☐ Trenger bare frisk luft.
- ☐ Skal møte noen.

Andre ting du ønsker å nevne i forbindelse med boligens beliggenhet:

Bomiljøet:

Trives du / dere i bomiljøet: ☐ Dårlig ☐ Godt ☐ Meget godt

Kontakt med naboene: Daglig Ukentlig ... Sjeldnere

Vi går på besøk til hverandre: ☐ ☐ ☐

Vi går tur sammen: ☐ ☐ ☐

Vi følger med hverandre og observerer hvis noen ikke er ute på en stund, ikke tar inn avisa eller lignende: ☐ ☐ ☐

Vi sitter på med hverandre når vi skal gjøre ærender; til butikken, til byen osv: ☐ ☐ ☐

Vi hjelper hverandre med praktiske ting: ☐ ☐ ☐

I hvilken grad opplever du trygghet her du bor nå? Stor grad Liten grad Mindre grad
☐ ☐ ☐

Hvorfor oppleveres det som trygt? (kryss av det som er viktigst)

- ☐ Fordi vi naboer stiller opp for hverandre
- ☐ Boligen ligger i et rolig boområde
- ☐ Jeg har trygghetsalarm

Hvor treffer du naboene i blokka?

- ☐ I trappeoppgangen
- ☐ Ute
- ☐ På butikken
- ☐ I fellesarealet
- ☐ Ved fellesarrangementer

Er du/dere mye bortreist?

Hvor mange helger per måned? ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4

Hvor mange uker til sammen i løpet av et år? ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 el flere

Hvor reiser du/dere da?

- ☐ På hytta
- ☐ Til utlandet
- ☐ På besøk hos familie/ venner

Fellesarealer og tilbud for fellesskapet:

Finnes det fellesarealer inne? ☐ Ja ☐ Nei

Hvordan brukes disse fellesarealene?

- ☐ Møter/ Kurs/ Temakvelder
- ☐ Beboertreff/ Hyggekvelder
- ☐ Uformellt samvær, en kopp kaffe
- ☐ Utleie til beboerne for selskapsbruk
- ☐ Utleie andre for selskapsbruk

☐ Annet; Beskriv:.....

Deltar du på arrangementer

i sameiet/ borettslaget/omsorgsboligene?..... ☐ Ja ☐ Nei

Hvorfor?

- ☐ Hyggelig å treffe de andre som bor her
- ☐ Treffer kjente.
- ☐ Jeg kommer ikke så lett ut lenger og
syns det er hyggelig å treffe andre folk

☐ Annet; beskriv

Hvorfor ikke?

- ☐ Vanskelig tilgjengelig
- ☐ Kjenner ikke noen av de andre
- ☐ Har ingen å gå sammen med
- ☐ Synes det er hyggeligere å være
sammen med andre som jeg kjenner
fra andre sammenhenger
- ☐ Har ikke tid

☐ Annet; beskriv under:

Finnes det fellesarealer ute? ☐ Ja ☐ Nei

Hvordan brukes disse fellesarealene?

- ☐ Boccia, andre spill
- ☐ Organiserte aktiviteter
- ☐ Dugnader
- ☐ Uformelle samvær hvis det er fint vær

☐ Annet; Beskriv:.....

Deltar du på arrangementer på sameiet/ borettslagets/

omsorgsboligenes uteareale ☐ Ja ☐ Nei

Hvorfor?

- ☐ Hyggelig å treffe de andre som bor her
- ☐ Treffer kjente.
- ☐ Jeg kommer ikke så lett ut lenger og
syns det er hyggelig å treffe andre folk

☐ Annet; beskriv

Hvorfor ikke?

- ☐ Vanskelig tilgjengelig
- ☐ Kjenner ikke noen av de andre
- ☐ Har ingen å gå sammen med
- ☐ Synes det er hyggeligere å være
sammen med andre som jeg kjenner
fra andre sammenhenger
- ☐ Har ikke tid

☐ Annet; beskriv under:

Hvilke tilbud mener du er viktige i boliger for eldre:

	Meget viktig	Viktig	Ikke viktig
Fellesstue / møtested i blokka	☐	☐	☐
Felles uteareal / felles hage.....	☐	☐	☐
Aktivitetsrom	☐	☐	☐
Trimrom	☐	☐	☐
Verksted	☐	☐	☐
Gjesterom	☐	☐	☐

Andre forslag:.....

Kunne du/ dere tenke dere å betale

for at det skulle finnes et slikt tilbud? ☐ Ja ☐ Nei

Valg av bolig:**Hva la du vekt på da du valgte å flytte hit?**

(sett gjerne flere kryss)

- ☐ Større bolig
- ☐ Mindre bolig
- ☐ Heis
- ☐ Alle rom på samme plan
- ☐ Livsløpsstandard
- (Tilgjengelig for rullestol)
- ☐ Mindre vedlikehold, ute og inne
- ☐ Vaktmestertjenester
- ☐ Omsorgsfunksjoner i nærheten
- ☐ Ønsket å bo sammen med ' jevnaldrende
- ☐ Fellesareal ute
- ☐ Fellesareal inne
- ☐ Naboer som jeg kjente fra før
- ☐ Base for omsorgstilbud i nærheten

☐ Annet:.....

Hva la du vekt på når det gjaldt boligens beliggenhet?

- ☐ I et kjent nærmiljø
- ☐ Nær gamle venner/ nær slekt
- ☐ Nært sentrum
- ☐ Nær butikk eller kjøpesenter
- ☐ Nært friluftsområde / grøntareal
- ☐ Nær offentlige transportmidler
- ☐ Base for omsorgstilbud i nærheten

☐ Annet:.....

Har du/ dere ønsker om å flytte til annen bolig? ☐ Ja ☐ Nei

Hvilke endringer vil du legge vekt på ved bytte

av bolig? (sett gjerne flere kryss)

- ☐ Større bolig
- ☐ Mindre bolig
- ☐ Heis
- ☐ Alle rom på samme plan
- ☐ Livsløpsstandard
(Tilgjengelig for rullestol)
- ☐ Mindre vedlikehold, ute og inne
- ☐ Vaktmestertjenester
- ☐ Omsorgsfunksjoner i nærheten
- ☐ Ønsket å bo sammen med
jevnaIdrende
- ☐ Bedre fellesareal ute
- ☐ Bedre fellesarealer inne
- ☐ Naboer som kjente hverandre bedre
- ☐ Base for omsorgstilbud i samme hus

☐ Annet:.....

**Hva vil du legge vekt på når det gjelder
boligens beliggenhet?**

- ☐ I et kjent nærmiljø
- ☐ Nær gamle venner/ nær slekt
- ☐ Nært sentrum
- ☐ Nær butikk eller kjøpesenter
- ☐ Nært friluftsområde / grøntareal
- ☐ Nær offentlige transportmidler
- ☐ Base for omsorgstilbud i nærheten

☐ Annet:.....

Pleie og omsorgstjenester:

Mottar du /dere hjemmebaserte pleie- og omsorgstjenester? ☐ Ja ☐ Nei

I tilfelle ja; Hvor mange timer/ uke?

☐ 0-15 min ☐ 15 min-2 t ☐ 2-5 t ☐ 5-10 t ☐ Mer enn 10 t

Får du hjelp av slekt og/ eller venner? ☐ Daglig ☐ Ukentlig ☐
Sjeldnere

Får du hjelp av naboer? ☐ Daglig ☐ Ukentlig ☐
Sjeldnere

Kunne du tenke deg å leie privat hjelp for å utføre enkelte arbeidsoppgaver i boligen? ☐ Ja ☐ Nei

I tilfelle ja; Hvilke arbeidsoppgaver?

- ☐ Rengjøring
- ☐ Vaktmestertjenester
- ☐ Innkjøp av varer
- ☐ Vask av tøy
- ☐ Turfølge
- ☐ Følge på butikken, til legen, til byen
- ☐ Sosial kontakt

☐ Andre. Spesifiser:.....

Organisering:

Er du/ dere fornøyd med boligens organisasjonsform? ☐ Ja ☐ Nei

Hvis Nei: **Hvilken organisasjonsform/ løsning ville du ønsket?**

☐ Selveier ☐ Borettslag ☐ Leie
☐ Sameie ☐ Bofellesskap ☐ Omsorgsbolig

Er vaktmestertjenestene tilfredsstillende? ☐ Ja ☐ Nei

Har du /dere oppgaver i forbindelse med drift av sameiet/ borettslaget ☐ Ja ☐ Nei

Kan du/ dere tenke dere oppgaver i forbindelse med
drift av sameiet / borettslaget? ☐ Ja ☐ Nei

Husstandens økonomi: ☐ Arbeidsinntekt ☐ Trygd

Samlet årlig brutto inntekt (før skatt) for husstanden

☐ Under 150 000
☐ 150 000-300 000
☐ 300 000-400 000
☐ Over 400 000

Mottar husstanden bostøtte? ☐ Ja ☐ Nei

Hvor høye er boutgiftene pr. måned: (inkl. husleie, kommunale utgifter, boutgifter, strøm)

☐ Under 3000 kr ☐ 3000-5000 kr ☐ 5000-8000 kr ☐ Over 8000 kr

Funksjonsproblemer:

Har noen i husstanden problemer med.. (mulighet for å krysse av flere)

☐ å bevege seg inne?
☐ gå i trapper?
☐ bevege seg ute?
☐ Synet?
☐ Å orientere seg og finne fram?

Jeg bruker hjelpemidler ☐ Nei ☐ Rullestol ☐

Gåstol

Er det foretatt bygningsmessige tilpassinger og/ eller endringer i leiligheten på grunn av en i husstandens helsetilstand eller funksjonsproblemer? Hvilke funksjonsproblemer?

Har du/dere andre synspunkter på boforhold og bomiljø for eldre som du/ dere ønsker å formidle?

Takk for hjelpen!

Intervjuguide beboere

PROSJEKT

Leilighetstype:

Om husstanden:

- Hvor lenge har du bodd her?
- Når flyttet du hit, hva flyttet du fra (enebolig eller lignende)
- Hva var det viktigste for deg da du valgte å flytte hit (Enkel bolig, beliggenhet, kjent nærmiljø/nabolag fra før, kjente andre som bodde her, pris, annet?)
- Hvem bor i leiligheten; bor du alene; hvor lenge bodd alene?
- Alder på medlemmene i husstanden:
- I jobb?
- Funksjonsproblemer (Trapper? Ute?) Bruker du rullestol, gåstol?
- Kjører du bil?

Beboersammensetning og nabokontakt

- Beskriv den
- Ville du satt pris på større blanding eller mer likhet?
- Er det mye utskifting? Hvorfor?
- Har du mye kontakt med naboene? Hva slags kontakt; på hils, besøk, hjelp? (felles interesser/aktiviteter, hjelper hverandre, sosialt?)
- "Organisert" kontakt; møter, kvelder, fester, aktiviteter?
- Har du fått nye venner etter at du flyttet hit?
- Hva betyr den daglige sosiale kontakten med naboene? (trygghet ved sykdom etc?)

Naboskap og fellesarealer:

- Er det arealer ute eller inne for å møtes? (Fellesrom, felles uteplass)
- Hvordan brukes disse?
- Bruker du disse? (Hvorfor? / Hvorfor ikke?)
- Hvilken betydning har slike møtesteder?
- Er det noe du savner når det gjelder naboskap og arealer for felles opphold?

Ferie/ fritid/ rekreasjon:

- Aktiviteter / Hobbier? Hva liker du å holde på med?
- Bruker du frimrådene i nærmiljøet?
- Er du mye på farten? Ukedagene? Pleier du å reise bort i helgene? Fritidshus/ hytte?
- Pleier du å reise bort i ferien? (fritidshus/ hytte/ leilighet i Syden)

Framkomstmiddel: når du skal (over)

- kjører du bil?

Framkomstmiddel: når du skal til byen, handle, på besøk, aktivitet, besøke slektninger:

- Kjører du bil?
- Går (hvor langt er det? Ok?)
- Buss
- Annet

Hjemmetjenesten/ privat omsorg/ slektninger/ hjelp av naboer:

- Har du hjemmehjelp? (kommunal / privat hjelp? Slektinger? Annen hjelp i huset?)
- Er du fornøyd med den hjelpen du får?
- Hva kunne du ønsket annerledes?

Kollektivtransport/ Annen transport:

- Hvor langt er det å gå til bussholdeplassen?
- Er dette tilbudet tilferdsstillende?
- Hvis ikke; Hva burde vært annerledes?

Boligkvalitet:

- Synes du boligen er for liten, passe stor, for stor ?
- Hvis den er for liten; hvilke funksjoner har fått for liten plass?
- Hvis den er for stor; hvilke funksjoner har fått for stor plass?
- Er det plass nok til å ha besøk av slekt / evt. overnattinger?
- Fungerer den fint for ditt funksjonsnivå i dag?
- Tror du den vil fungere for ditt funksjonsnivå når du blir eldre og kan hende mer skrøpelig?
- Tror du at du kommer til å bo her om 10 år? 20 år? (Hvorfor / Hvorfor ikke?)

Oppsummering:

- Hva setter du størst pris på ved å bo her?
- Er det noe du setter liten pris på ved å bo her?

Intervjuguide hjemmetjenesten

Intervjuguide personalet i seniorboliger:

Om deg:

Fagbakgrunn

Yrkesbakgrunn

Hvor lenge har du hatt ansvar for å yte tjenester til beboerne i seniorboligene?

Karakteristiske trekk ved beboergruppen:

Hvem er det som bor i disse boligene?

Hva trenger de hjelp til (funksjonsnivå)?

Hva yter dere av tjenester?

Hjelp og støtte fra nettverket?

Annen omsorg?

Hva forteller beboerne om det å bo i seniorbolig?

Tjenestetilbudet som ytes

Trygghet (nærhet og avstand til hjelpeapparatet)

Kontakt og samvær med andre

Innhold i hverdagen

Funksjonalitet ift. funksjonshemming

Boligens tilpasning i forhold til funksjonsvikt:

Beboere med rullestol

Svaksynte

Demente

Boligens funksjonalitet i forhold til tjenesteyting:

Funksjonaliteten på rommene (spesielt soverom og bad)

Hjelpemidler og lagringsmuligheter

Bruk og tilpasning av tekniske hjelpemidler

Boligens plassering i forhold til aktiviteter og servicetilbud

Tilbud i nærmiljøet

Møteplasser

Kommunikasjon og transport

Hva yter dere av assistanse

Bygningsmessig plassering med hensyn til tjenesteyting:

Beliggenhet i forhold til base

Trygghetsalarm og opplevelse av trygghet

Tilsyn på natt

Samarbeid på tvers av enheter

Støtte og back up fra kollegaer

Bemanning og organisering:

fordeling av arbeid

primærkontakter

samarbeid internt

nye og endrede behov

samarbeid med pårørende

Hva opplever du som positivt ved dette tilbudet?

Opplever du at dere i store trekk greier å gi et tilbud som beboerne er tilfreds med?

Hvis det var ting du ønsket dere var flinkere til hva skulle det være?

Hva opplever du som positivt ved det at beboerne kan få hjelp uten å måtte flytte?
Og hva kan være negativt?

Er dette et tilbud du ville anbefalt dine nærmeste?

Hva vil du si er viktig å ta hensyn til i planleggingen av nye senior/omsorgsboliger for at eldre kan bli boende i
også når helse svikter?

Hvilke av disse faktorene tror du er viktigst?

- Detaljer utforming (trinnfritt/ rullestoltilgjengelig/ bæreheis..etc)
- Lokalisering nærhet til service
- Mulighet for å bli boende i det nærmiljøet man kjenner?
- Mulighet for å bli kjent med naboer ved hjelp av fellesrom/ fellesaktiviteter ute og inne...?

9. Litteratur

Brevik, Ivar og Lene Schmidt (2005). Slik vil eldre bo. En undersøkelse av framtidige eldres boligpreferanser., NIBR.

Gehl, Jan (2003). *Livet mellem husene. Udeaktiviteter og udemiljøer.* . København.

Helgerud, Jan. (2002). "Nyheter om sykehusutbyggingen. Ut av sykesenga." 2002.

Høyland, Karin , Bjørg Østnor, Hanne Bogen og Torunn Kvinge (2006). Egen bolig- også når helsa svikter? Evaluering av nye omsorgsboliger for hjelpetrengende eldre. Trondheim, SINTEF Byggforsk.

Jansson, Bibby Ringsby (2002). *Vardagslivets arenor Om människor med utvecklingsstörning, deras vardag och sociala liv.* Göteborg, Göteborgs universitet: Institutionen för socialt arbete.

SSB. (2008). "Snart en halv million boligblokker. Boligstatistikk 1. januar 2008." from <http://www.ssb.no/emner/10/09/boligstat/main.html>.

Støa, Eli (1997). Boliger for eldre. Kommunale strategier. Trondheim, SINTEF Bygg og miljøteknikk, Arkitektur og byggteknikk.

Trondheim kommune (2008). En rødgrønn plattform for et bedre Trondheim - vårt felles verdigrunnlag.

SINTEF er Skandinavias største forskningskonsern. Vår visjon er «Teknologi for et bedre samfunn». Vi skal bidra til økt verdiskapning, økt livskvalitet og en bærekraftig utvikling. SINTEF selger forskningsbasert kunnskap og tilhørende tjenester basert på dyp innsikt i teknologi, naturvitenskap, medisin og samfunnsvitenskap.

SINTEF Byggforsk er et internasjonalt ledende forskningsinstitutt og Norges viktigste formidler av forskningsbasert kunnskap til bygge- og anleggsnæringen. Vi skaper verdier for våre kunder og for samfunnet gjennom forskning og utvikling, spesialrådgivning, sertifisering og kunnskapsformidling. Våre publikasjoner omfatter Byggforskserien, Byggebransjens våtromsnorm, håndbøker, rapporter, faktabøker og beregnings- og planleggingsverktøy.

