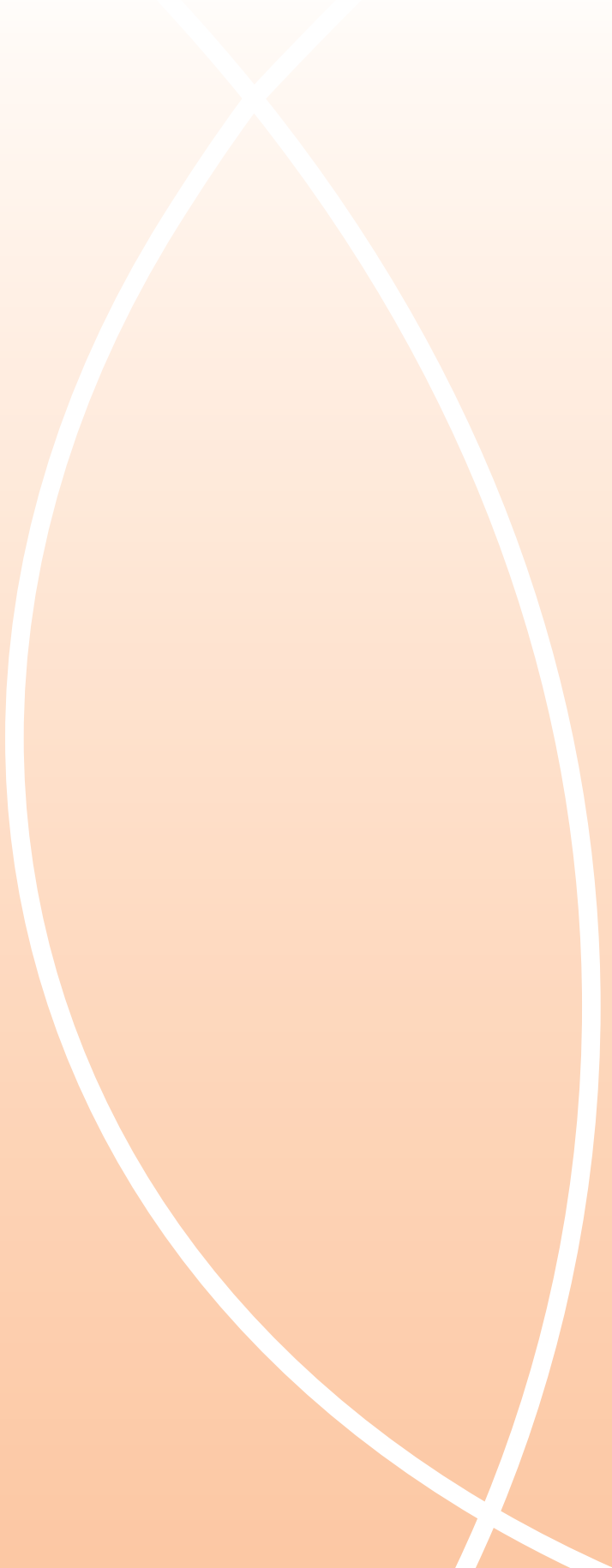


Femti funderingar om äldres boende



Sveriges
Kommuner
och Landsting



Femti funderingar om äldres boende



Upplysningar om innehållet:

Sonja Pagrotsky, 08-452 76 26, sonja.pagrotsky@skl.se

©Sveriges Kommuner och Landsting, 2012

ISBN 978-91-7164-770-2

Text: Johanna Holm Bodin/Basark

Omslagsfoto: Peter Gerdehag/Folio

Foto inlaga: Maskot (s. 6, 32, 46, 66), Thomas Henriksson (s. 69) och Pia Nordlander (s. 124). För övriga bilder se bildförteckning s. 139.

Produktion: ETC Kommunikation

Tryck: LTAB, april 2012

Förord

Den här skriften riktar sig till alla som är inblandade i planeringsprocesser kring boende för äldre. Från kommunstyrelse och representanter för verksamhet och brukare till såväl tjänstemän som konsulter som deltar i planerings- och byggprocess.

Ett syfte är att lyfta lite på locket till ett antal små och stora frågor i ett tidigt skede då de ännu är möjliga att hantera och utveckla. Ett annat är att inspirera till framsynt helhetstänkande som ger långsiktigt hållbara lösningar.

Kommunerna har det övergripande ansvaret för bostadsförsörjningen. Om äldre människor bereds möjlighet att bo bekvämt och i ett socialt sammanhang kan de klara sig på egen hand i högre ålder, må bättre och därmed minska trycket på vård och omsorg. Med den åldrande befolkning vi har är det nu hög tid att med hjälp av åtgärder i bostadsförsörjningen minska framtida kostnader för vård och omsorg. Äldreperspektivet bör, tillsammans med barn- och jämställdhetsperspektiv, särskilt belysas i kommunernas detaljplaner.

Det går att läsa enbart de avsnitt i skriften som intresserar. Sammanhängande ger skriften en i glimtar belyst bild av den komplexa planeringsprocessen som helhet.

Skriften har initierats och finansierats av Sveriges Kommuner och Landstings FoU-fond för kommunernas fastighetsfrågor. Författare till skriften är Johanna Holm Bodin, Basark. Johanna är arkitekt och har mångårig erfarenhet av arbete med boenden för äldre. I denna skrift förmedlar hon kunskaper, insikter och erfarenheter från planerings- och byggprocesser för boenden för äldre i både offentlig och privat sektor.

Till sin hjälp har författaren haft en styrgrupp som medverkat i arbetet, bistått med material och gett värdefulla synpunkter. Styrgruppen har bestått av Eva Adolfson, Helsingborgs stad, Stina Karlemyr, Micasa AB samt Birgitta Wadkvist, Länsstyrelsen i Skåne län. Ulf Sandgren och Sonja Pagrotsky från Sveriges Kommuner och Landsting (SKL) har varit projektledare.

Stockholm i april 2012

Gunilla Glasare och Göran Roos
Sveriges Kommuner och Landsting
Avdelningen för tillväxt och samhällsbyggnad

Innehåll

7	Del 1. Inledning
8	1. Vem är äldre?
10	2. Äldres hälsa
12	3. Demens
14	4. Vem använder rullator? - om tillgänglighet
16	5. Hur vi bor idag?
17	6. Bostadsbehovet hos äldre och det egna initiativet
19	7. Andelen fattigpensionärer ökar
21	8. Tillgänglighetsinventering
24	9. Äldres boende - begreppsförvirring
29	10. Äldres boende och kommunal helhetssyn
33	Del 2. Att bygga - hela processen
34	11. För vem bygger vi - satsar vi rätt?
36	12. Ombyggnad eller nybyggnad - vad är långsiktigt hållbart?
38	13. Programskrivning
44	14. Att få med kvaliteten från första tanke till sista spiken
45	15. Lågenergitänk för fastigheten
47	Del 3. Trygghetsboende och andra bostäder utformade särskilt för äldre
48	16. Genomtänkta lösningar och god design = långsiktigt hållbart och attraktivt
50	17. Läge och omgivning
52	18. Balkong, dagsljus och utsikt
54	19. Måttkrav och disposition av bostad
56	20. Hygienrummet - en stöttesten
60	21. Inredning i kök
62	22. Gemensamma utrymmen - placering och användning
64	23. Seniorboende och gemenskapsboende - också trygga boendeformer

67	Del 4. Vård- och omsorgsboende
68	24. En del av samhället
70	25. Vad blir långsiktigt hållbart och attraktivt?
72	26. Kundens och anhörigas val påverkar utformningen
74	27. Regelverk - möjligheter och hinder - motstridiga krav
76	28. Utemiljön
78	29. En tydlig och välkomnande entré
80	30. Dagsljus och utsikt
82	31. Belysning - betydelsefull att planera
84	32. Materialval
88	33. Helhetsgrepp om innemiljön
90	34. Arbetsmiljö och bostadsmiljö
93	35. Samordning av installationer
95	36. Dörrar och trösklar
96	37. Dörrar, låsning, stängning och öppningsautomatik
97	38. Brandskydd och frångänglighet
98	39. Teknik utöver det vanliga
100	40. Den enskilda lägenheten
109	41. De gemensamma delarna i boendet
116	42. Tvätt
118	43. Städ
119	44. Skölj
120	45. Källsortering och sophantering
121	46. Logistik, transporter in och ut
122	47. Gemensamma delar kopplat till boendet
125	Del 5. Goda exempel
126	48. Blandade boendekategorier i Stockholm
128	49. Om- och tillbyggnad i Bjuv
131	50. T-märkning i Göteborg
136	Källor



INLEDNING

1. Vem är äldre?
2. Äldres hälsa
3. Demens
4. Vem använder rullator? – om tillgänglighet
5. Hur vi bor idag?
6. Bostadsbehovet hos äldre och det egna initiativet
7. Andelen fattigpensionärer ökar
8. Tillgänglighetsinventering
9. Äldres boende – begreppsförvirring
10. Äldres boende och kommunal helhetssyn

1. Vem är äldre?

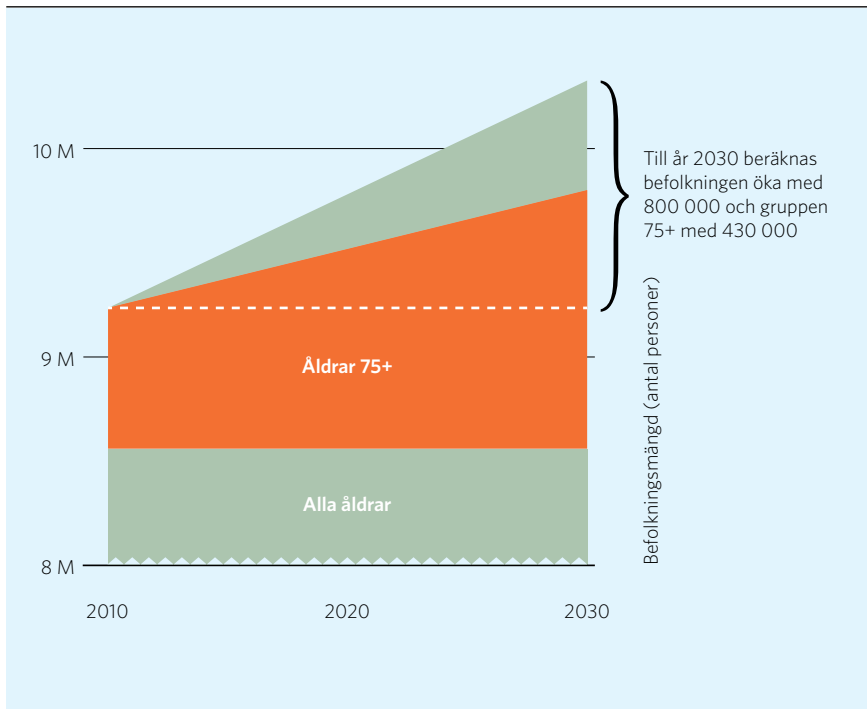
Det talas om äldre i svepande ordalag. Vilka är de? Vi själva är äldre om ett antal år, våra barn kommer att vara äldre inom en ny byggnads livslängd. Våra föräldrar är eller håller på att bli äldre just nu. Mor- och farföräldrar är det om de ännu lever. Äldre är de personer som nyss var yngre. Det handlar om individer med vitt skilda erfarenheter. Vi kommer alla att tillhöra kategorin äldre en dag. De äldre är alla vi, nu eller i ett senare skede av livet.

Äldre är en grupp i stark tillväxt. Andelen människor som är 75 år eller mer beräknas öka från ca 8,6 procent av befolkningen 2010 till ca 12,1 procent år 2030. I antal individer innebär det en ökning från ca 800 000 människor till ca 1 230 000. En ökning med ca 430 000 personer eller drygt 50 procent. Hela befolkningen förväntas under samma period öka med ca 800 000 personer.



Släkträff.

FIGUR 1. Beräknad befolkningsökning.



Källa: SCB

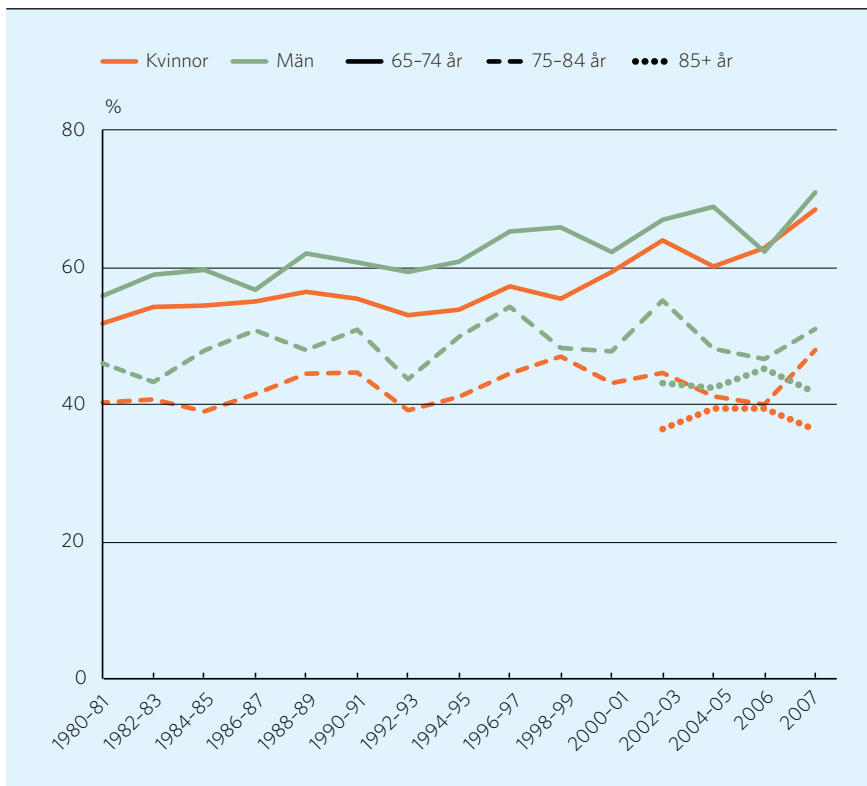
2. Äldres hälsa

Vi blir än så länge allt friskare allt högre upp i åldrarna. På 2020-talet kommer antalet personer över 85 år att öka kraftigt. Tre alternativa scenarier för de äldres hälsa har tagits fram av Äldreboendekommissionen (SOU 2008:113): Behovet av platser i vård- och omsorgsboende beräknas till mellan ca 135 000 och ca 155 000 år 2030. År 2010 beräknas behovet till ca 113 000. Man tror att behovet av platser i vård- och omsorgsboende kommer att öka med 20–37 procent under perioden 2005–2040 vilket är i en lägre takt än andelen äldre ökar. Äldre förväntas alltså bli ännu lite friskare.

Hur säkra prognoser kan vi egentligen göra? Man kan spekulera i att dagens folkhälsoproblem som till exempel stress, fetma eller alkoholvanor kommer att avspeglar sig i kortare genomsnittlig livslängd framöver. Men detta är bara spekulationer.

Än så länge sker en förbättring av hälsotillståndet hos personer över 65 år enligt deras egen bedömning. Se diagrammet på nästa sida. Kurvorna är rätt krokiga, ibland faller de märkbart tillbaka. Personer över 85 år har bara varit med i mätningen sedan 2002, just deras kurva har ännu ingen tydlig uppåt-gående trend. I genomsnitt bedömer män över 65 sin hälsa som bättre än vad kvinnor gör.

FIGUR 2. Andel personer som bedömer sitt allmänna hälsotillstånd som gott.



Källa: SCB, undersökningarna av levnadsförhållanden (ULF).

TABELL 1. Medellivslängden har ökat och förväntas öka, mer för män än för kvinnor.

	1990	2010	2030
Kvinnor	80,4 år	83,4 år	85,3 år
Män	74,8 år	79,5 år	82,4 år

Källa: SCB

3. Demens

Det finns olika typer av demens. Alla innebär nedsättning av minnesförmågan men de kan också leda till något av nedanstående:

- › språkstörningar
- › nedsatt motorisk funktion trots fungerande muskler
- › oförmåga att tolka intryck från sinnesorganen
- › störning i abstrakt tänkande och förmågan att organisera sina tankar.

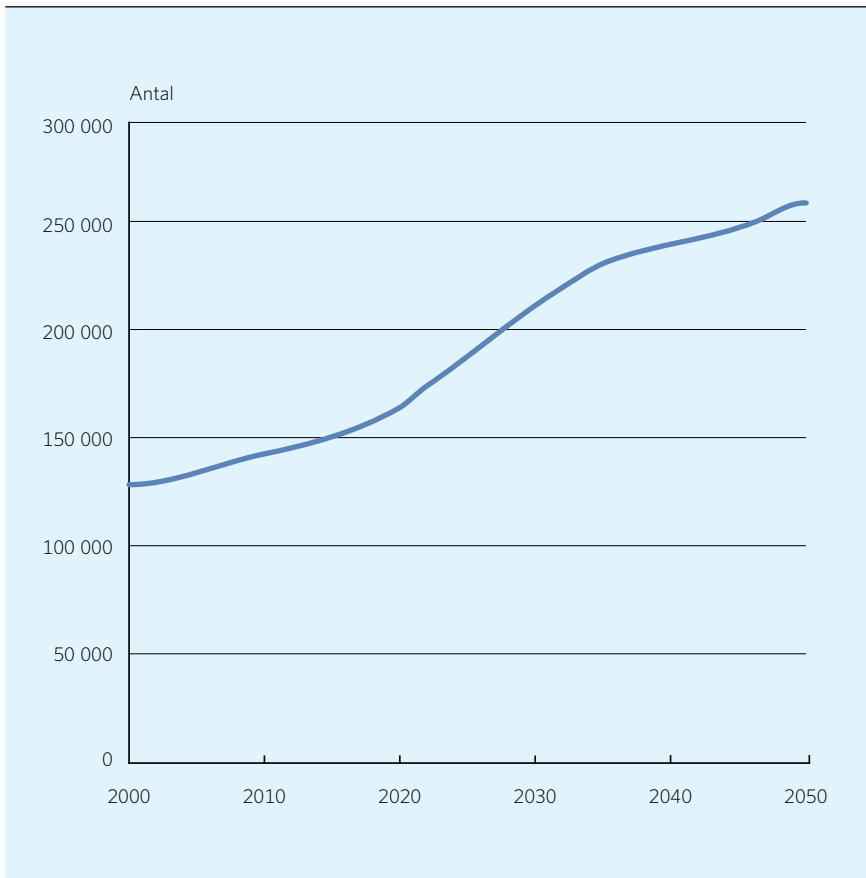
Den som är äldre och drabbas av demens av alzheimertyp kan leva i fem till tio år med successivt försämrade förmågor.

Demens kallas ”de anhörigas sjukdom”. Det är svårt för de nära att se en människa försvinna från sitt forna jag in i demensen. Det kan bli ohållbart att klara av omsorgen på hemmaplan då total uppbackning behövs dygnet runt när viktiga vardagsfunktioner blivit störda. Uppskattningsvis hälften av de boende i vård- och omsorgsboende är där på grund av demens.

Demens drabbar de äldsta i högre grad än de något yngre. En studie från 2007 visar att ca 25 procent av 85-åringarna drabbas av demens medan förekomsten hos 95-åringar närmar sig 50 procent (Fratiglioni, L & Wang, H). Antalet dementa förväntas förstås öka eftersom antalet äldre ökar. Intensiv forskning pågår för att hitta bromsmediciner och botemedel.

Naturligtvis finns individuella särdrag hos varje dement och den fysiska miljön kan behöva anpassas till det. Generellt är det viktigt med en lugn och harmonisk miljö som är lätt att orientera sig i. Färgsättning och dagsljusförläggning kan skapa tydlighet. En del dementa är vandrare. De behöver gå och gå, kanske flera mil om dagen. Boendemiljön i vård- och omsorgsboende ska fungera också för dem.

FIGUR 3. Prognos för antalet dementa 2000-2050.



Källa: Socialstyrelsen 2007

4. Vem använder rullator? – om tillgänglighet

Rullatorn är ett enkelt och mångsidigt hjälpmedel. Den ger stöd och den ökar rörlighet och livskvalitet på ett avgörande vis för den som börjar bli skröplig. Att använda kroppen och musklerna är ett sätt att vidmakthålla kroppens förmågor. Rullatorn uppmuntrar till det. Sittbrädan på rullatorn gör att man alltid kan ta en paus och sitta och vila en stund. Korgen ger möjlighet att ta med till exempel mjölken från kylskåpet till matbordet, böckerna från biblioteket, flaskorna från systemet eller frukt och potatis från affären och hem. Flertalet av oss kommer en dag att ha stor glädje av rullatorn. Desto viktigare då att inte den fysiska verkligheten hindrar framfart med rullator mer än nödvändigt.

Funktionsmått för rullstol finns i Svensk Standard och garanterar en användbarhet som gagnar inte bara rullstolsanvändare. Några motsvarande måttstudier med standard för rullatoranvändare finns inte än. Det kan tänkas att rullatorn i vissa situationer skulle kräva större mått än en rullstol. Hur fungerar det att öppna och stänga en dörr med rullator? Hur arbetar man i köket med rullator?

När det gäller nivåskillnader och lutningar är den som använder rullator minst lika känslig som den som använder rullstol. En skröplig gamling med rullator kan ha svårt att lyfta fötterna. Då blir en tröskel eller en gummilist som skosulan ”fastnar” i ett krångligt och farligt hinder. Likaså kan en utförsbacke eller ramp, aldrig så flack, bli avskräckande på grund av rädslan att inte hinna med sin rullator.

Det finns all anledning att i planeringen fundera lite extra på hur miljön fungerar för rullatoranvändaren. Vi kommer alla att vara glada för att vi och våra vänner kan ta oss fram på egen hand också med rullator. Bygg för det från början!



5. Hur vi bor idag?

TABELL 2. Befolkningen fördelad efter ålder, hustyp och boendeform år 2004 respektive 2008.

Boendeform	Samtliga		50-64 år		65-74 år		75+ år	
	2004	2008	2004	2008	2004	2008	2004	2008
Småhus, oavsett upplåtelseform	56,4	52,3	63,8	59,0	59,0	54,7	37,2	32,0
Bostadsrätt, flerbostadshus	12,6	13,6	13,0	13,4	16,5	18,1	18,7	21,5
Hysesrätt, flerbostadshus	29,6	29,7	22,2	23,3	23,4	22,0	42,0	38,2
Särskilt boende (ingen uppgift 2004)	-	0,5	-	-	-	0,5	-	5,7

Källa: SCB

En tydlig förändring mellan 2004 och 2008 är att personer i åldrarna 64+ i högre grad bor i "Bostadsrätt, flerbostadshus" än i "Småhus". Kanske kan det förklaras av att marknaden i ökad utsträckning erbjuder seniorboende och liknande på senare år. Det tyder definitivt på att äldre faktiskt flyttar från småhus till flerbostadshus då alternativet finns. Medelåldern för dem som flyttar in i 55+-boende är inte sällan en bit över 70 år. Beslutsprocessen från första tanken till ett flyttbeslut kan vara lång för den enskilda personen. Kommunerna kan på olika sätt underlätta, uppmuntra till och understödja flyttankarna (se 8 och 50).

6. Bostadsbehovet hos äldre och det egna initiativet

Hur vill du bo när du blir gammal? Frågan har på senare år ställts i många olika marknadsundersökningar riktade till äldre och blivande äldre. Marknaden har hoppats på att hitta produkter som attraherar bemedlade fyrtialister. I sina svar är det många som drömmer om boende med mycket socialt umgänge och med hög tillgång till olika hushållsnära tjänster, helst både centralt beläget och nära naturen.

När det kommer till kritan är det dock få som i dagsläget vill lägga mer pengar än nödvändigt på sådant som gemensamma utrymmen eller service som de eventuellt blir betjänta av i en framtid. Många är också skeptiska till kategoriboende och vill helst bo blandat med människor i alla åldrar. De många intressanta boendialternativ som diskuterats de senaste fem – tio åren och som skulle finansieras av fyrtialister med god ekonomi har ännu inte blivit verklighet. Men några olika exempel har genomförts och fler kommer.

De som på eget initiativ verkligen flyttat till någon form av seniorboende är överlag mycket nöjda med sitt val. I dessa boenden uppstår en social gemenskap och därmed trygghet. Det upplevs som ett bekvämt och trevligt boende som bidrar till ett rikare liv. Ofta har man flyttat hit direkt från villan.

Att tänka större kring vilka boendeformer som behövs skulle kunna leda till boendialternativ som inte bara är inriktade på begränsade åldersgrupper. Till exempel har dagens unga många gånger ett bostadsbehov som i mycket liknar de äldres. Centralt belägna eller nära kommunikationer, yteffektiva/ inte så dyra bostäder med mötesplatser för sociala aktiviteter.

”Många är också skeptiska till kategoriboende och vill helst bo blandat med människor i alla åldrar.”

Ett exempel på boende som riktar sig till alla som är intresserade är Next Step Living i Majviken i Göteborg. Affärsidén är:

”Att erbjuda ett modernt boende i hyresrätter och bostadsrätter med möjlighet till gemenskap, aktiviteter och bekvämlighet till ett överkomligt pris.”

Det är en boendeform som:

”...förutsätter ett aktivt deltagande och där livsstil förenar snarare än ålder.”

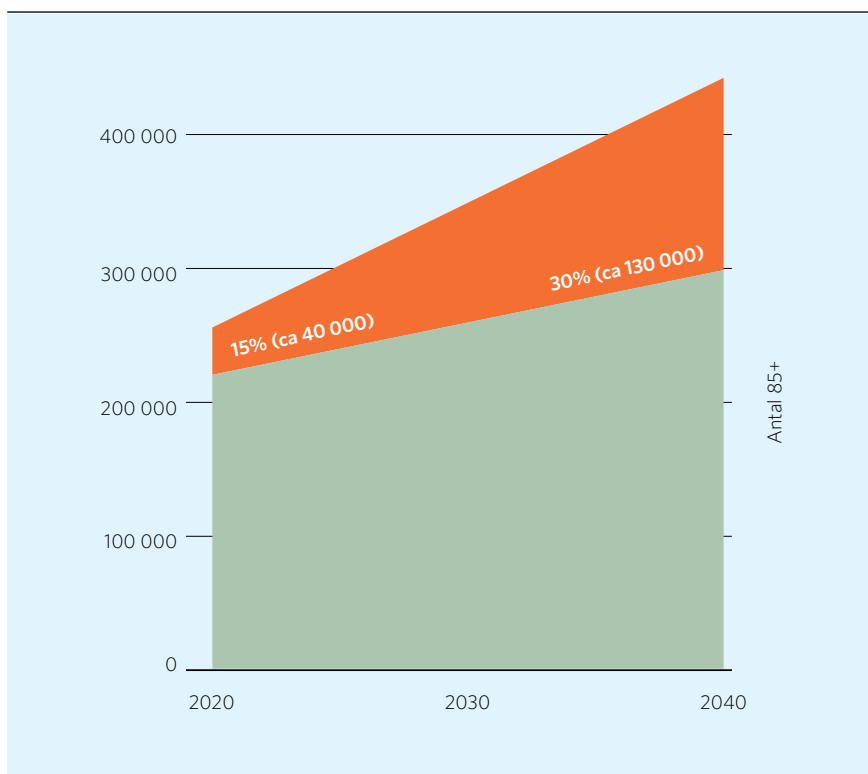
enligt Bostadsbolaget och Next Step Group som står bakom initiativet.

Det är en lång mental process från första tanken på att flytta till att verkligen genomföra en flytt. Själva flytten kan vara krävande och i det nya boendet tar det också ett tag att hitta in i gemenskapen och dess möjligheter. Allt talar för att den här processen har större möjligheter att ge ett bra resultat om man tar itu med den redan innan ålder och skröplighet gör sig påmind.

Det finns ett starkt ömsesidigt intresse i att samhället uppmuntrar och skapar möjlighet för blivande äldre att på eget initiativ söka och finna ett boende som kan vara trevligt och bekvämt livet ut. En äldre person som bor bekvämt och bra i ett socialt sammanhang har också större möjlighet att må bra och hålla sig frisk längre. Därmed minskar trycket på vård och omsorg. Det goda boendet på äldre dagar ger vinster både för individen och för samhället som helhet.

7. Andelen fattigpensionärer ökar

FIGUR 4. Andel fattigpensionärer.



Enligt en framtidssimulering (Klevmarcken, Lindgren) kommer en ökande andel av 85+-personer att bli fattiga. Enligt SCB:s befolkningsprognos kommer antalet 85+ att öka. Grafiken visar en sammanslagning av dessa båda framtidsscenarier.

En framtidssimulering som tar hänsyn till bland annat hälsa, förmögenhet och faktisk pensionsålder samt till hur dagens pensionssystem är utformat visar att i generationen född 1937 kommer 15–20 procent av personer som är 85 år (2022) att vara fattigpensionärer. I generationen född 1955 kommer ca 30 procent att vara fattigpensionärer när de är 85 år (2040). Med fattig menas här hushåll med en disponibel inkomst som är mindre än halva medianinkomsten för den vuxna befolkningen. (Källa: Klevmarken, Lindgren)

I individer räknat, baserat på SCB:s befolkningsprognos, kan det handla om en ökning från ca 40 000 personer (2022) till ca 130 000 personer (2040) sett till beräknat antal personer som är 85 eller äldre vid respektive tidpunkt.

Kvinnor har upp till 60 procent av männens pensioner i dagsläget. Det är svårt att tro annat än att den skillnaden inte kommer att jämnas ut helt de närmaste 30 åren. En större del av framtidens fattigpensionärer är antagligen kvinnor.

Tillgången på tillgängliga bostäder med låghyra kommer att bli en avgörande faktor för att begränsa såväl omsorgsbehov som behov av ekonomiskt understöd i form av bostadsbidrag och annat.

Att upgradera tillgängligheten i det befintliga bostadsbeståndet är gissningsvis mer kostnadseffektivt än nyproduktion. Små, tillgängliga bostäder i centrala lägen med god tillgång till service och kommunikationer behövs för att möjliggöra för våra blivande äldre, d.v.s. för oss, att leva självständigt i så stor utsträckning som möjligt på äldre dagar. Kan vi göra det mår vi bättre och blir mindre omsorgskrävande.

I dagsläget finns en brist på bostäder för yngre på vissa orter. Vid ett byggande särskilt för denna kategori är det viktigt att inte göra avkall på tillgängligheten. Dagens ungdomsbostäder kan bli morgondagens boende för en ökande grupp äldre. Dubbel anledning att ta itu med frågan!

”Dagens ungdomsbostäder kan bli morgondagens boende för en ökande grupp äldre. Dubbel anledning att ta itu med frågan!”

8. Tillgänglighetsinventering

Människor, unga som gamla, kan ha en rad funktionsnedsättningar som hindrar i livet:

- › Allergi och överkänslighet
- › Nedsatt hörsel och dövhet
- › Nedsatt kunskapsmässig och intellektuell förmåga
- › Nedsatt rörlighet
- › Nedsatt syn
- › Andra funktionsnedsättningar som till exempel blödarsjuka, epilepsi, elöverkänslighet, inkontinens och psykisk sjukdom.

I den byggda miljön har vi skyldighet att planera för att i möjligaste mån eliminera hindren för de som har funktionsnedsättningar. Nedsatt rörlighet drabbar i stort sett alla äldre, personer som tar sig fram med hjälp av rullator är mycket beroende av en god tillgänglighet ur den aspekten. Exempel på kommuner som arbetar aktivt med tillgänglighetsinventering och äldreboendestrategi är Göteborg och Luleå.

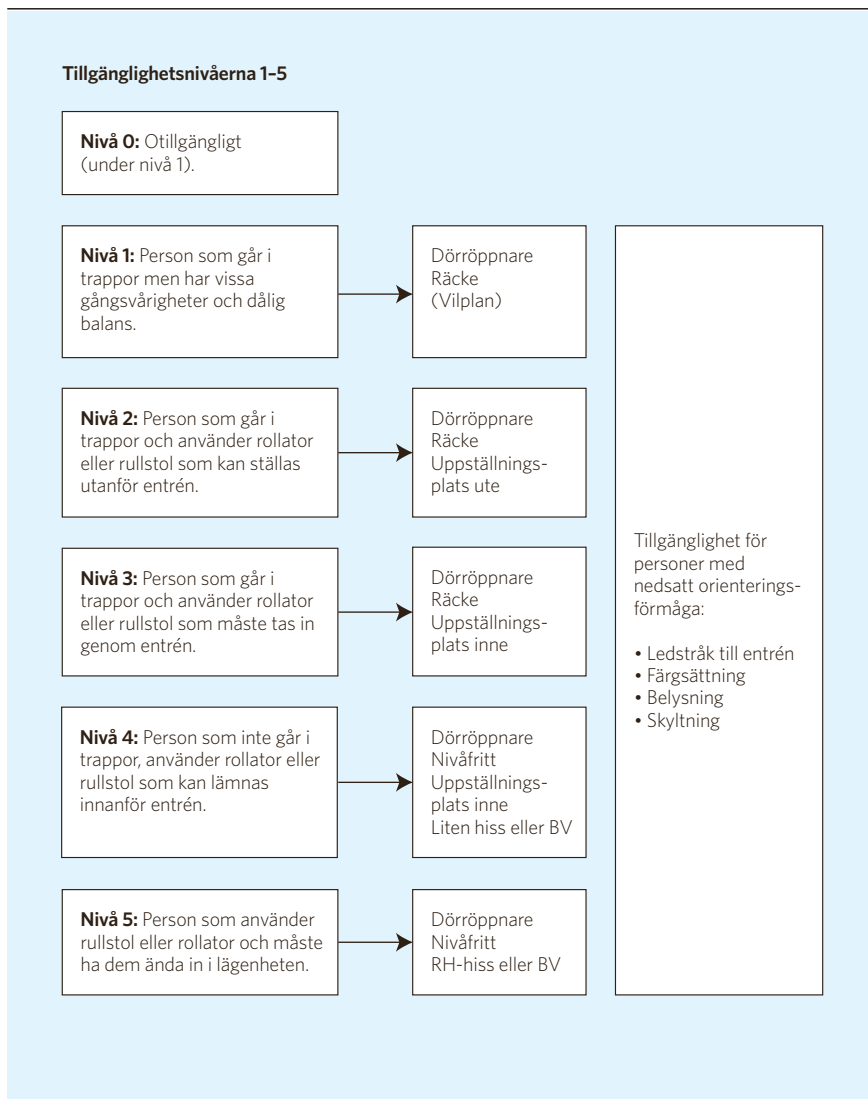
Luleå arbetar med att inventera tillgängligheten i stadens bostadsområden, både i allmännyttan och hos privatvärdar och bostadsrättsföreningar. Med uppsökande verksamhet visar man fastighetsägare åtgärder som förbättrar tillgängligheten för de som bor i husen. Man gör också klart hur stor kundgruppen gamla är – och kommer att bli! Detta har givit ett positivt utslag. Det handlar mycket om att nå fram med information och skapa motivation. I Luleå är de som flyttar till vård- och omsorgsboende från småhus i snitt tio år yngre än de som kommer från lägenhet.



Några steg i porten och en smal gångdörr gör det svårt för en rullatoranvändare att ta sig in och ut. Porten öppnas dock automatiskt då man knappat in portkoden, till glädje för alla i huset.

I Göteborg arbetar man med tillgänglighetsmärkning. Man har tagit fram en guide "Bekvämt hemma – hela livet" som innehåller korta presentationer av tillgängliga bostäder i såväl hyresrätt som bostadsrätt. Varje objekt är betygsatt i en lista med fasta kriterier gällande tillgänglighet, gemenskap och trygghet samt service. Guiden ska inspirera och hjälpa till att starta tankar om att på eget initiativ ändra sitt boende till något som på sikt kan vara både trevligt och hållbart (se 50).

FIGUR 5. Ett exempel på verktyg för tillgänglighetsinventering.



Källa: <http://www.hi.se/sv-se/Hjalpmedelstorget/Tillgangligt-boende/-/Tillgangliga-bostader/Inventering/Tillganglighetsnivaer/>

9. Äldres boende – begreppsförvirring

TABELL 3. Vad ingår i olika typer av boende?

Ordinärt boende	Seniorboende	Trygghetsboende	Vård- och omsorgsboende	
●				Äganderätt
●	●	●		Bostadsrätt
●	●	●		Kooperativ hyresrätt
●	●	●	●	Hyresrätt
		●	●	Statliga investeringsbidrag för byggnation kan erhållas (till och med 2014)
(●)	●	●	●	Tillgänglighet enligt dagens regler
		(●)	●	Utökad tillgänglighet och hänsyn till arbetsmiljö för hjälpare
	(●)	●	●	Gemensamma utrymmen
●	●	●		Behovsbedömd kommunal hemtjänst
			●	Boendet erbjuds av kommunen efter behovsbedömning, verksamheten kan drivas av entreprenör
	●			Servicepaket kopplat till boendet kan finnas
		●		Personal kopplad till boendet ska finnas på dagtid
			●	Vård- och omsorgspersonal dygnet runt
			●	Kommunal skyldighet
●	●	●	●	Kan erbjudas av kommunen
●	●	●	●*	Kan erbjudas av marknaden
	●			Lägsta ålder från 55 och uppåt, varierar
		●		Lägsta ålder 70

* men kräver biståndsbedömning av kommunen

Äldreboende är ett begrepp som ofta används men vad står det för? I vardags-tal är det ett samlingsbegrepp för ett boende för den som blivit för gammal för att klara sig själv. En vanlig och ännu livskraftig föreställning är att det finns "ålderdomshem" eller "servicehus" att flytta till då det behövs. Där man kan bo med bra service, omsorg och i gemenskap med andra äldre. Man umgås och har trevligt tillsammans, har ett utbyte av varandra. Visserligen har man ålderskrämpor men är ändå rätt kry.

Den krassa verkligheten är man inte alltid så medveten om: Den äldre ska antingen ha en långt gången demens eller vara så skröplig att han eller hon inte längre klarar sig i det ordinära boendet med en riktigt tung, daglig insats av hemtjänsten, för att genom biståndsbedömning erhålla en plats i vård- och omsorgsboende. Här tillbringar äldre människor sina sista dagar och är helt beroende av det bistånd, den vård och omsorg, personalen står för. Ett fåtal som bor här är så krya att de kan ta egna initiativ till exempelvis umgänge.

Alla har rätt att bo kvar hemma, hur tung vård- och omsorgsinsats som än behövs. Alla har också rätten att flytta som de vill. Det är dock vård- och omsorgsbehovet som avgör vem som får flytta till vård- och omsorgsboende.

Boendetiden i vård- och omsorgsboende är kort med undantag för dementa. Den genomsnittliga boendetiden är ett halvår och det handlar om ett kortvarigt boende den sista tiden i livet. Socialstyrelsen har en rikstäckande statistik från perioden 1/10 2007 – 30/6 2008, d.v.s. 9 månader. Under denna tid var det ca 60 procent av de boende som bodde kvar under hela perioden. 40 procent av bostäderna bytte hyresgäst under niomånadersperioden. En stor andel av de som bodde kvar under hela perioden hade antagligen olika former av demens. Dementa har ett sjukdomsförlopp som gör att de är i behov av vård- och omsorgsboende en längre tid.

Till andra typer av boende för äldre flyttar man på eget initiativ. Det kräver en lång framförhållning. En sådan flytt behöver planeras och genomföras innan man blivit verkligt skröplig. Det går också att flytta till en mer ändamålsenlig bostad i ordinarie boende. Kommunerna kan locka till detta genom ökade insatser för de äldres trygghet och livsvillkor inom det ordinarie boendet (se 10 och 50).

En äldreboendedelegation som tillsatts av regeringen lämnade sitt slutbetänkande *Bo bra hela livet* (SOU 2008:113) i april 2008. Där föreslogs en ny boendeform, "Trygghetsboende", som kommunerna, om de vill, kan erbjuda invånare över 70 år att på eget initiativ flytta till då det ordinarie boendet inte längre känns tryggt och säkert.

Utredningen ägnar sig åt benämningar vad gäller boende för äldre och föreslår en indelning i begreppen "Seniorboende", "Trygghetsboende" och "Vård- och omsorgsboende".

Ordinärt boende

Det stora flertalet äldre bor i ordinärt boende utan särskild anpassning till äldres behov. Den äldre har rätt att få hjälp via hemtjänst och hemsjukvård i sin bostad för att kunna bo kvar även då skröplighet och sjukdom infinner sig. Den politiska viljan, grundtanken, är att man ska kunna bo kvar i sitt hem hela livet. Hemtjänst erhålls efter behovsbedömning av kommunen.

Det befintliga bostadsbeståndet har stora brister i tillgänglighet. Några trappsteg i entrén eller en alltför tung ytterdörr kan bli det som hindrar en gammal människa att röra sig som hon vill. Bostadsanpassningsbidrag finns visserligen att få för smärre förbättringar både inom den egna bostaden och i till exempel entrén. År 2010 kostade bostadsanpassningen landets kommuner sammanlagt 962 miljoner. 71 procent av summan gick till boende för personer över 70 år och ofta till små åtgärder som trösklar och stödhandtag m.m.

I Göteborg äger allmännyttan ca 50 procent av alla hyresrätter. De är nu inventerade beträffande tillgänglighet. Cirka 11 procent av allmännyttans hyresrätter är tillgängliga enligt inventeringen (se 50). Situationen kan vara liknande på många orter. Här finns en stor potential till förbättring, en upp- rustning av tillgängligheten i hela bostadsbeståndet är en angelägen fråga för ett land med en åldrande befolkning.

”Det befintliga bostadsbeståndet har stora brister i tillgänglighet. Några trappsteg i entrén eller en alltför tung ytterdörr kan bli det som hindrar en gammal människa att röra sig som hon vill.”

Seniorboende

Seniorboende är ett begrepp som funnits sedan 1980-talet. Begreppet är inte entydigt. Seniorboende finns som bostadsrätt, hyresrätt och kooperativ hyresrätt och har en undre åldersgräns, från 55 år och uppåt. Seniorboenden har god tillgänglighet, d.v.s. enligt dagens ordinarie krav, såväl i gemensamma utrymmen som i den enskilda lägenheten. Särskilt hygienrummet brukar vara väl studerat ur tillgänglighetsaspekt. Ofta finns en gemensamhetslokal och ibland även en gästlägenhet för övernattande släkt och vänner. Servicepaket att fritt välja ur på egen bekostnad kan vara kopplat till boendet, det kan handla om hushållsnära tjänster, att hyra bil eller åka på solsemester.

Seniorboende i form av kollektivhus och gemenskapsboenden finns också. Dessa tillkommer ofta genom initiativ från en grupp människor som själva och i gemenskap vill skapa ett boende i socialt samröre med andra. De kan vara helt olika till innehållet med en mer eller mindre tydlig intressegemenskap som grund. Gemensamma utrymmen finns i större eller mindre utsträckning och ingår i hyran, den egna lägenheten är i allmänhet fullt utrustad men återhållen i storlek. Här är gemenskapen den centrala utgångspunkten och inte något som kanske uppstår ”på köpet”. Läs mer om gemenskapsboende på www.kollektivhus.nu. Kooperativ hyresrätt, där de boende tillsammans äger eller hyr boendet med en avgift som insats, är också en upplåtelseform som lämpar sig väl för de som vill skapa något gemensamt.

Trygghetsboende

Begreppet lanserades av Äldreboendedelegationen i utredningen *Bo bra hela livet* (SOU 2008:113). Som en följd av utredningen beslöt regeringen att statliga investeringsbidrag ska kunna utgå till nyetablering av trygghetsbostäder, som nybyggnad eller som ombyggnad. Bidragen har nu funnits några år och kommer att finnas till och med 2014, minst.

Trygghetsbostäder ska, för att kunna få bidrag, uppfylla några särskilda kriterier. Det ska vara fullt ut tillgängligt, måttstandarderna inne i lägenheterna ska vara enligt höjd nivå i Svensk Standard. De ska erbjudas personer från 70 år och uppåt. Det ska finnas gemensamt utrymme för de boende där till exempel måltider kan ätas gemensamt och där personal finns dagligen.

Hur begreppet trygghetsbostäder utvecklas framöver är oklart, hur kommunerna väljer att utveckla boendeformen är också en öppen fråga.

Vård- och omsorgsboende

För att få flytta till en bostad i vård- och omsorgsboende krävs en biståndsbedömning av kommunen. Det blir aktuellt först när det inte längre fungerar att bo kvar hemma med stöd av hemtjänst. I vård- och omsorgsboendet bor man med eget kontrakt i en fullvärdig bostad. Tanken är att det ska vara ett permanent boende.

För utformning av bostaden i vård- och omsorgsboende gäller samma regler som för vilken bostad som helst. Men en del av ytorna för matlagning, måltid och samvaro förläggs till gemensamma utrymmen. Den boende ska, i lagens mening, ändå kunna stänga sin dörr och leva sitt eget liv i den enskilda bostaden. Därför krävs till exempel att det finns möjlighet till matlagning inne i den privata bostadsdelen. Undantag görs för dementas bostäder, där denna möjlighet endast behöver vara förberedd.

Vård- och omsorgsboendet är även en arbetsplats. Här finns personal dygnet runt. Boendet behöver utformas så att arbetsmiljölagen kan följas. Regler för hygien och mathantering ska också uppfyllas i denna typ av boende vilket även påverkar utformningen. Att i slutänden ändå få till en helhetsmiljö som känns mer som ett hem än som en institution är en verklig utmaning som kräver stark styrning genom hela planerings- och byggprocessen. Det är kommunerna som har ansvaret för att denna typ av boende kan erbjudas de som behöver det. Privata aktörer kan dock stå för såväl fastighet som verksamhet.

”Att i slutänden ändå få till en helhetsmiljö som känns mer som ett hem än som en institution är en verklig utmaning som kräver stark styrning genom hela planerings- och byggprocessen.”

Platser för korttidsvistelse

Kommunerna tillhandahåller dessutom plats för olika former av korttidsvinstelser. Då dessa inte är tänkta att ersätta det ordinära boendet behöver de inte uppfylla kraven på en fullvärdig bostad vad gäller storlek och utrustning. Däremot kan det vara nog så viktigt att här finns en stödjande och behaglig hemliknande miljö. Och, förstås, att arbetsmiljön fungerar väl.

I Helsingborg arbetar man med att skapa pensionatskänsla med matsal och vardagsrum som inbjuder till samvaro. Utemiljön är också viktigt och ska locka till aktivitet med sådant som lusthus och utegym.

Vid korttidsvistelse vårdas man en begränsad tid för till exempel rehabilitering och återhämtning efter sjukhusvistelse eller för att ens anhöriga ska avlastas några dagar. Några är bara här en gång på väg mellan sjukhus och hemmet. Andra kanske återkommer regelbundet enligt ett schema där anhöriga har huvuddelen av omsorgen men behöver avlastas med jämna mellanrum. Avlastning till anhöriga är ett sätt att undvika eller skjuta upp behovet av vård- och omsorgsboende. Med ett gott stöd orkar man som anhörig bättre med att bidra till omsorgen. För korttidsvistelse krävs ingen behovsbedömning.

Ett annat sätt att arbeta med rehabilitering är att ett särskilt rehabiliteringsteam ger intensiv stöttning i det ordinarie hemmet under en övergångsperiod. På så vis kan behovet av rehabiliteringsplatser minskas. Ett väl fungerande rehabiliteringsteam kan vara bättre för den enskilde som istället för att flytta runt får hjälp att komma igång på nytt i sin egen hemmiljö.

10. Äldres boende och kommunal helhetssyn

Hur kan kommunen agera för att göra tillvaron så bra som möjligt för sina äldre? Och därmed hålla nere kostnaderna för omsorg, bostadsanpassning och annat? Äldre som bor med god tillgänglighet och nära kommunikationer och service har bättre förutsättningar att vara aktiva och må bra. Så skulle vi alla vilja ha det – eller hur?

En tillgänglig bostad minskar kostnaderna för bostadsanpassning och gör det dessutom enklare att hjälpa den som behöver hjälp. Inte bara för hemtjänsten utan även för de anhöriga, makan/maken, barn och andra, som står för en väldigt stor andel av vård och omsorg av äldre. Tillgänglighet är också bra för den som kan klara sig bättre med hjälp av till exempel rullator då måtten för denna redan finns på plats. Vi talar här om stora samhällsekonomiska vinster som berör många. I Luleå har man konstaterat att de som flyttar från lägenhet till vård- och omsorgsboende i genomsnitt är tio år äldre än de som flyttar från småhus.

Äldre bor ofta billigt och invariant. En flytt måste vara verkligt attraktiv för att locka. Här finns mycket kvar att göra. Trygghetsboende är ett av svaren på frågan men säkert finns en rad andra boendeformer att utveckla som kan attrahera. Bäst är om man av egen kraft flyttat redan innan otrygghet och skröplighet gör sig påmind. Hur inspireras vi till det?

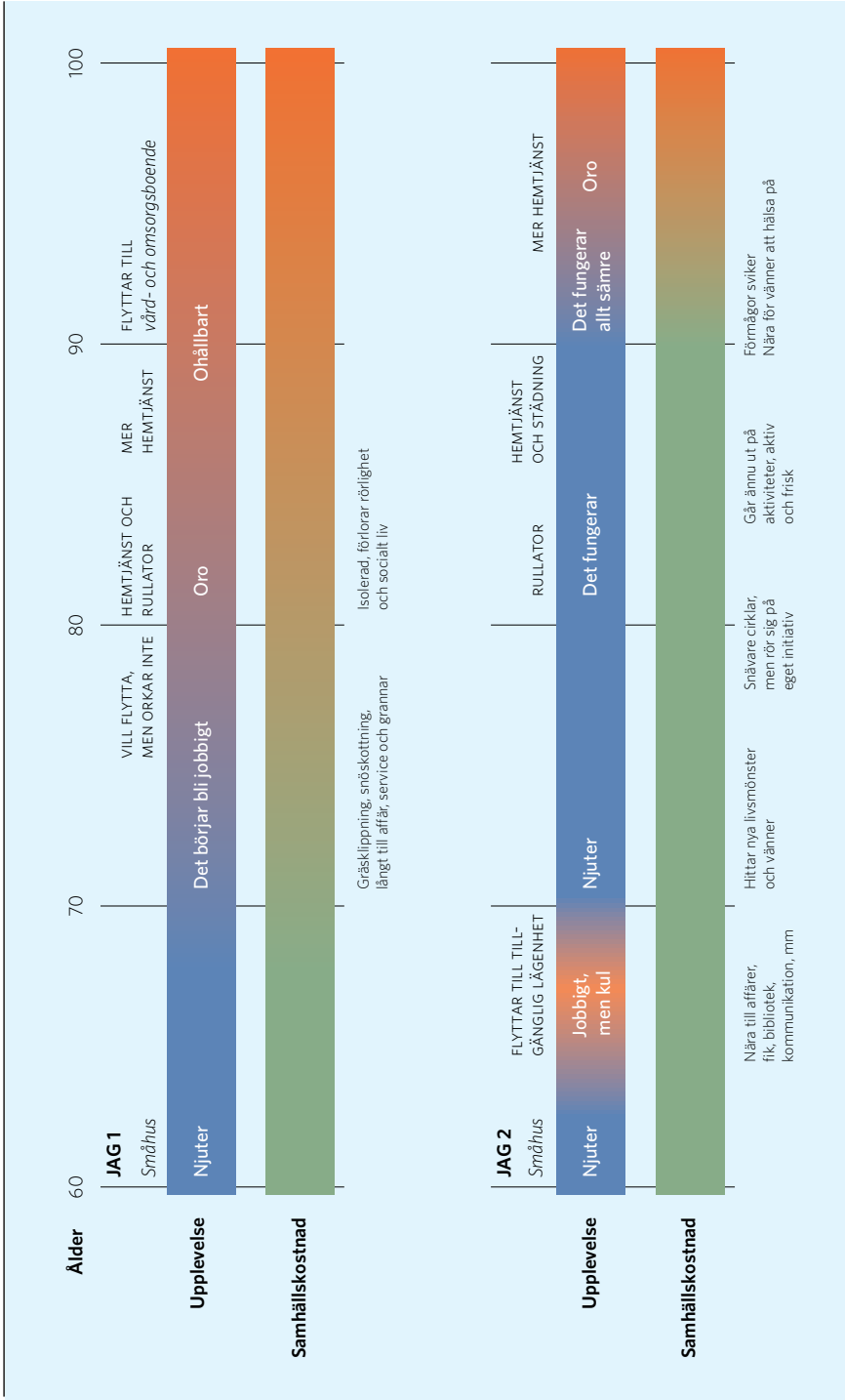
”För kommunernas del kan det handla om att uppmuntra och skynda på processerna med att göra den befintliga bebyggelsen tillgänglig.”

För kommunernas del kan det handla om att uppmuntra och skynda på processerna med att göra den befintliga bebyggelsen tillgänglig. Från gatan och ända in till badrummet och såväl i det egna beståndet som hos enskilda fastighetsägare. Det handlar också om att komplettera med ny bebyggelse som är tillgänglig och i bra läge. Att skapa förutsättningar för socialt utbyte, planerat och oplanerat, har också med utformningen av den byggda miljön att göra.

I Luleå har man gjort en tillgänglighetsinventering i det befintliga beståndet och därefter aktivt, med uppsökande verksamhet, motiverat fastighetsägarna till att åtgärda enkelt avhjälpta hinder. Det har då varit viktigt att uppmärksamma på äldre som en attraktiv kundgrupp. Det har fungerat som en ögonöppnare för hyresvärdarna och givit resultat.

Att ordna med lättillgängliga lokaler som kan fungera som träffpunkt i befintliga bostadsområden är ett annat sätt att underlätta för kommunens äldre. De ska vara bemannade med någon som stöttar de äldres aktiviteter. Ett varierat utbud behövs, äldre är inte lika bara för att de är äldre. Tvärtom tenderar vi att särpräglas med åren. Möjligheten att uppsöka umgänge och aktiviteter i sitt närområde kan göra stor skillnad.

FIGUR 6. Att flytta eller inte flytta? Scenarier.





DEL 2

ATT BYGGA - HELA PROCESSEN

11. För vem bygger vi – satsar vi rätt?
12. Ombyggnad eller nybyggnad – vad är långsiktigt hållbart?
13. Programskrivning
14. Att få med kvaliteten från första tanke till sista spiken
15. Lågenergitänk för fastigheten

11. För vem bygger vi – satsar vi rätt?

Lagstiftning och statliga bidrag är starka styrmedel för hur vi utformar det vi bygger men starkast är kanske konventionen. Vi gör helst likadant som förra gången eller som grannen eller grannkommunen fast med några smärre förändringar som förbättrar. Det är lugnast så eftersom det handlar om mycket pengar.

Det går att planera för flexibilitet i det byggda för att lättare kunna förändra med tiden. Till exempel genom att bygga med pelare som bärande element istället för väggar och genom att ha en takhöjd i våningsplanen som medger ändrade installationer i undertak i framtiden utan att för den skull få för låg rumshöjd. Men även om det är väl förberett är det ändå aldrig enkelt med ombyggnad. Det är en stor och kostsam apparat.



Går det att vara än mer förutseende, än mer långsiktig?

Att utgå från en mer grundläggande nivå och fråga sig vad det egentligen är för funktion byggnaden ska understödja kan vara ett sätt. Här följer några exempel på frågeställningar:

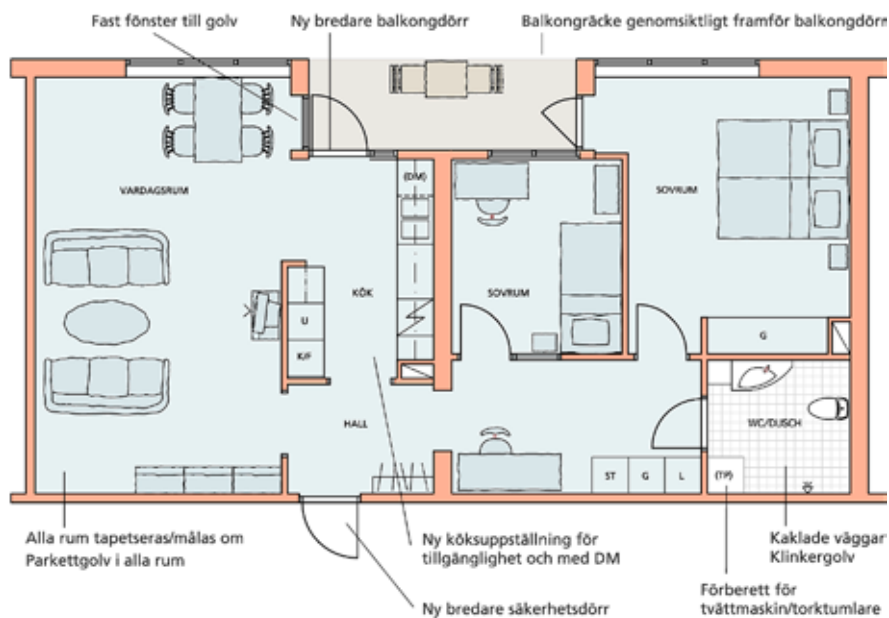
- Kan vi ordna bättre förutsättningar för en åldrande befolkning i det ordinära boendet? Många efterfrågar, av ekonomiska skäl, en relativt liten bostad. Med god tillgänglighet och ett socialt sammanhang kan livet fungera bra och vara tryggt också i ett minimerat boende. Det sociala kan bestå i ett gemensamt utrymme där möjlighet att träffas och ordna enkla gemensamma aktiviteter finns. Det är en stor fördel om det gemensamma utrymmet är placerat så att alla passerar igenom eller tätt förbi i det dagliga livet. Med byggnadsplaneringen kan man underlätta såväl planerade som spontana möten. Kanske kan lägenheterna ordnas i en grupp kring en gemensam kärna som kan fungera som en sammanhållen enhet på de boendes initiativ. Säkert är andra än äldre intresserade av sådant boende. Om liknande och ytterligare alternativ ska finnas på plats i någon större omfattning i framtiden är det dags att börja nu!
- Dementa kan bli relativt långvarigt boende i ett vård- och omsorgsboende och är på många sätt beroende av att detta verkligen blir den nya bostaden med en för ändamålet bra fördelning mellan enskilda och gemensamma ytor. Ett flertal år ska antagligen tillbringas här. För andra, som kommer hit på grund av skröplighet och många sjukdomar som omöjliggör kvarboende hemma trots stora hjälpinsatser, är bostadsfunktionen underordnad. För dem är själva omsorgen och tryggheten i att ha personal på plats det mest väsentliga. De har ofta en kort boendetid och det kan vara orimligt att i detta skede av livet avveckla den förra bostaden och flytta bohaget hit. Går det att hitta en annan boendeform för dessa människor? En annan lösning såväl fysiskt som juridiskt?

12. Ombyggnad eller nybyggnad – vad är långsiktigt hållbart?

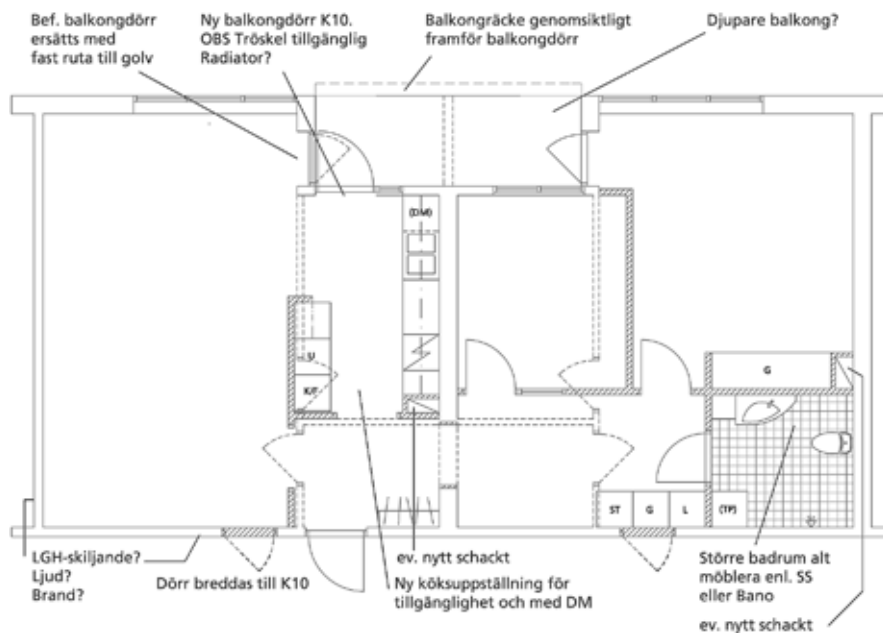
Kan vi uppgradera ett befintligt boende för äldre så att det uppfyller dagens krav med ett lyckat och långsiktigt användbart resultat? De flesta kommuner sitter med en sådan frågeställning i knäet. Ofta är det måtten i badrum och andra arbetsmiljöaspekter som gör att den befintliga anläggningen inte längre fungerar. Vid ombyggnaden ställs krav på en fullvärdig bostad liksom diverse tekniska krav beträffande ljud, ventilation, brand, el, energiförbrukning, låsning och mycket annat. I slutänden hamnar ombyggnadskostnaden inte långt från nybyggnadskostnaden. Då är frågan – blir resultatet tillräckligt bra? Eller tvingar den befintliga strukturen fram kompromisser som ger ett halvdant slutresultat? Och därmed utan hållbarhet på sikt?

Vilka är alternativen? Finns det en tillförlitlig behovsanalys? Kan behoven delvis tillgodoses med platser för korttidsvistelse och/eller åtgärder i befintligt bostadsbestånd? Finns lämpliga tomter för nyetablering att tillgå? Kan den befintliga byggnaden användas på annat sätt – företagshotell, skola, ungdomsbostäder eller annat?

SLUTRESULTAT 3 RoK 85 Kvm



ÅTGÄRDER



Ett exempel: Hur gör man en trea av två ettor och med bibehållen stomme?

13. Programskrivning

Programarbetet bör föregås av en vidsynt behovsanalys och omvärldsbevakning. Vad finns det för lösningar på annat håll? I Sverige? I Skandinavien? I världen? Kanske upptäcker man att ett behov delvis kan tillgodoses med annat än byggnation. Kan till exempel en ändrad organisation av omsorgen möta en del av behovet? Kan en stimulans till fastighetsägare att uppgradera tillgängligheten i ett befintligt bestånd och lösgöra gemensamhetslokaler för sina äldre, ge fler och billigare trygga bostäder än ett nytt trygghetsboende? Oväntade och kostnadseffektiva lösningar kan finnas runt hörnet om man lyfter blicken och letar.

Programarbetet är den process där det som ska byggas tar form till sitt innehåll. Ju bättre slutresultatet kan beskrivas i förväg i form av krav och ramar för funktion och utformning, desto större är sannolikheten att man verkligen når dit eller längre. De som ska bekosta, använda och förvalta nybyggnaden eller ombyggnaden behöver, tillsammans, skapa en tydlig beskrivning av hur de vill ha den och hur den ska fungera.

I programarbetet kan olika prioriteringar vägas mot varandra och klaras ut. Att även ekonomi- och förvaltningsaspekter tas med gör att målinriktningen blir realistisk. Motsättningar mellan hemlighet och arbetsmiljö kan sammanvägas till en god helhet redan här. När man väl står på bygget är det för sent.

Ett välorganiserat programarbete med rätt kompetenser och utrymme för frågeställningar att mogna och klaras ut kan betala sig bra i andra änden. Programskrivningen kan administreras av en extern konsult, till exempel arkitekt eller projektledare, med bred erfarenhet från ämnesområdet och från byggande.

Självklart ska man inte uppfinna hjulet på nytt om det finns tidigare erfarenheter från nybyggnad och/eller ombyggnad. Att se tillbaka och rätta brister i det man tidigare gjort och samtidigt höja blicken och se sig förutsättnings-

löst om efter andra lösningar och andra sätt att tänka ingår i programarbetet.

Många kommuner har någon form av generellt program för vård- och omsorgsbostäder. Det kan vara en bra grund att utgå ifrån inför nya projekt men inget att slå sig till ro med. Det måste vara ett levande dokument som uppdateras kontinuerligt eller åtminstone omprövas och kompletteras inför varje nytt projekt.

För andra är byggande kanske en engångsföreteelse istället för en pågående process och då blir programprocessen förstås en annan.

Följande två programarbeten är exempel ur verkligheten på två helt olika programprocesser.

Kontinuerligt programarbete i Helsingborgs kommun

I Helsingborgs kommun har vård- och omsorgsförvaltningen inrättat en referensgrupp vars uppgift är att förkovra sig i frågor som gör deltagarna till bättre beställare och ett bättre stöd för bygg- och fastighetsverksamheten. I gruppen finns personer från samtliga yrkeskategorier inom vård och omsorg. Gruppen arbetar kontinuerligt med ett par träffar i månaden. Varannan träff är kortare och sker endast inom den egna förvaltningen. Varannan träff är en halvdag eller mer tillsammans med projektledare och förvaltare från bygg- och fastighetsförvaltningen. Genom att arbeta tillsammans skapas en samsyn på hur bra bostäder för äldre och funktionshindrade som också är bra arbetsmiljöer kan åstadkommas.

Gruppens uppdrag är att:

- › Få kännedom om kommunens byggplaner och hur bygg- och planeringsprocessen ser ut från ax till limpa. När, var och vad ska vi bygga?
- › Delta i visningar av nya produkter och därigenom förstärka sin egen och förvaltningens kunskap.
- › Göra studiebesök för att lära av andras goda exempel.
- › Bygga upp ett referensbibliotek för att underlätta för alla att höja sin kompetens avseende vårdbyggnader.

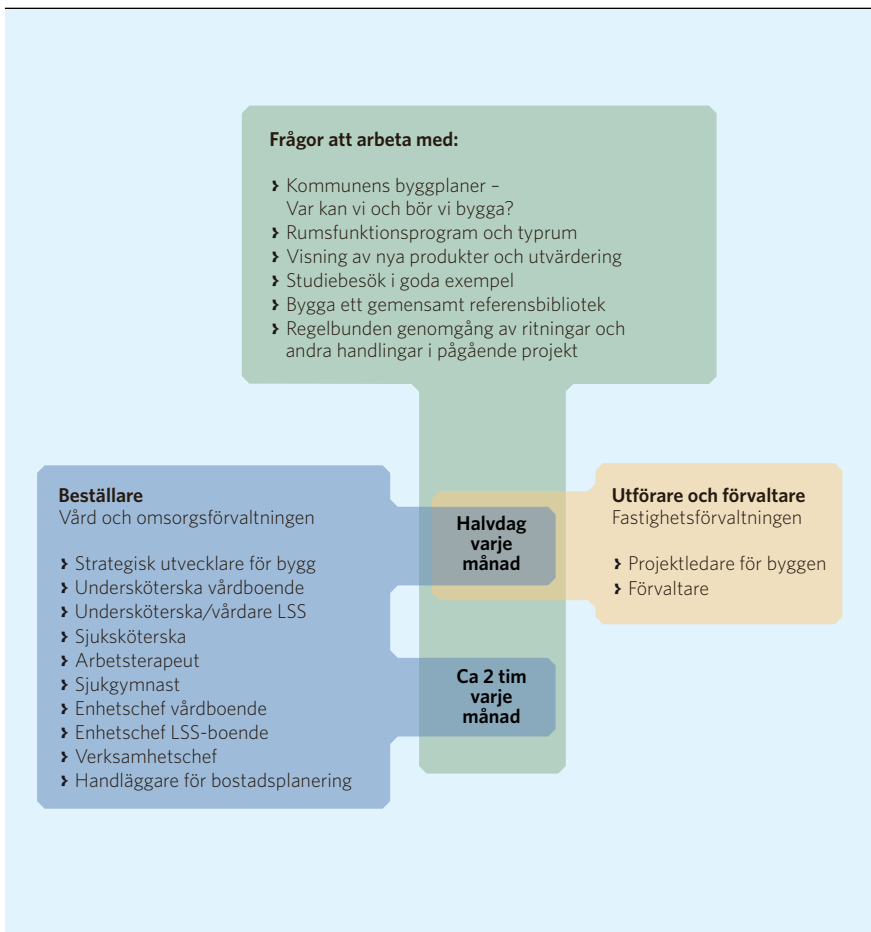
Exempel på teman som gruppen arbetat med under sitt första år:

- › Lås och larm, hur vill vi att de ska fungera, intern diskussion. Träff med tre leverantörer som presenterat sina produkter. Utvärdering och förslag på funktionskrav.
- › Inredning och färgsättning, presentation från tre företag, utvärdering som kommer att ligga till grund för upphandling.
- › Utformning av lägenhet och gemensamma ytor. Förslag på typrum och funktioner.

- › Kontinuerlig genomgång av ritningar och förslag i pågående byggprojekt.
- › Arbete med att ringa in nyckeltal för hur mycket förrådsytor som behövs i vård- och omsorgsboende.
- › Studiebesök.

Gemenskap, en nära tillgång till varandras kunskaper och erfarenheter och personligt engagemang som uppstått i gruppen genererar diskussioner och nya idéer växer fram. De blir möjliga att genomföra då en samsyn finns över de olika kompetensområden gruppen representerar. Gruppen leds av en strategisk utvecklare som är ”byggansvarig” inom vård och omsorg.

FIGUR 7. Referensgrupp för ny- och ombyggnad av vårdboenden och bostäder inom LSS i Helsingborgs kommun.



Programarbete och genomförande av en om- och tillbyggnad i privat regi

Ett privat vårdbolag med en tydlig vårdideologi har genomfört en om- och tillbyggnad av ett vård- och omsorgsboende. Slutresultatet har blivit en harmonisk och människovärdig miljö, välfungerande och skön att vistas i för alla och envar.

En befintlig äldre byggnad, en budget, en tydlig vårdideologi och en entusiasm från såväl företagsledning som verksamhet var de utgångspunkter som fanns på plats då ett arkitektkontor kopplades in. Man visste också hur många boende som skulle rymmas och hur de skulle vara indelade. Det stod även klart att man ville få en nära och tydlig sammankoppling mellan tillbyggnad och befintligt hus.

Programprocessen inleddes med en analysfas och några workshops med företagsledning och verksamhet. Arkitektkontoret tog fram underlag för diskussionerna som handlade om vad man ville åstadkomma med den nya miljön. Kunskap om denna typ av verksamhet inhämtades genom intervjuer med personer i olika roller: företagsledning, boende, verksamhetsansvariga, omsorgspersonal, specialkompetenser i omsorgen och anhöriga. Dessutom läste och googlade man om företeelser kopplade till verksamheten. Vanligt förekommande situationer och möten i den dagliga verksamheten valdes ut och försök gjordes att hitta paralleller i andra miljöer och verksamheter för att lära av dem.

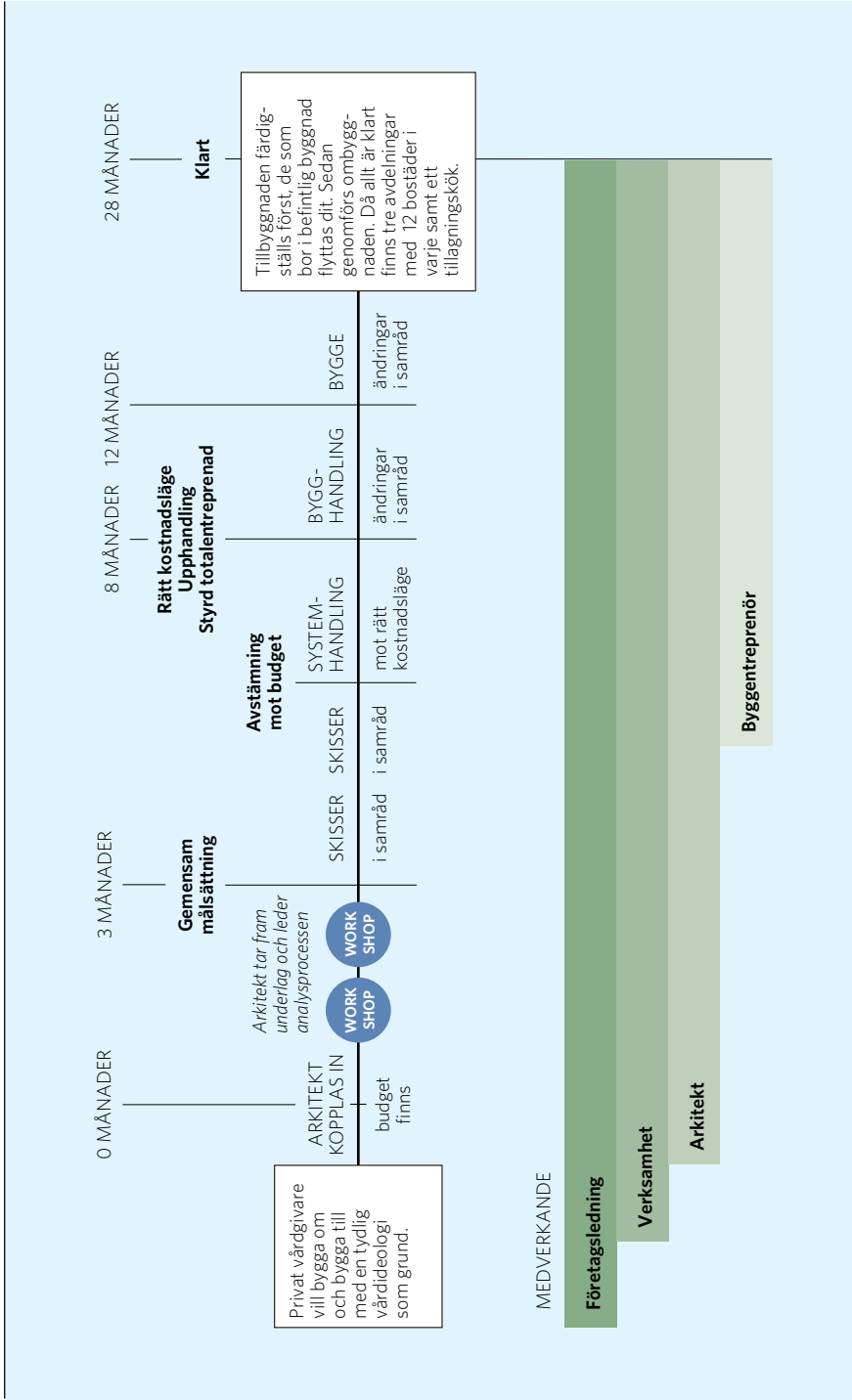
Till exempel gjordes en genomgång av rörelsemönster hos de boende, personalen och de anhöriga. Var möttes de och var gick de isär? Vilka rörelser och vilka möten kunde underlättas med den byggda miljön? Hur?

Man arbetade med färg och med material, vilken karaktär ville man åstadkomma? Tidigt kom det till exempel fram att lågt sittande fönster, breda dörrar, lugna färger och möjlighet att gå runt inomhus var viktiga förutsättningar.

Analyskedet pågick utan att några som helst ritningar eller skisser påbörjades. Detta för att inte låsa tankar om verksamhetens innehåll till byggnadens förutsättningar utan tvärtom avvakta för att kunna forma den byggda strukturen för verksamheten och för platsen. En platsanalys startades parallellt och olika förutsättningar för tillbyggnaden undersöktes utifrån denna.

”Analysen resulterade i en gemensamt formulerad målsättning och skissarbetet kunde påbörjas.”

FIGUR 8. Exempel på programarbete och genomförande av en om- och tillbyggnad i privat regi.



Analysen resulterade i en gemensamt formulerad målsättning och skissarbetet kunde påbörjas.

Redan efter en första kostnads kalkyl och avstämning mot budget koplades byggtreprenören in. Systemhandlingen utarbetades i samråd med den tilltänkta byggaren och kontroller mot budget gjordes kontinuerligt. Besparingar gjordes i samråd och kunde ibland leda till ändrat tänkande och omstrukturering.

Till sist handlades bygget upp som totalentreprenad, en styrd sådan. Mycket av byggnadens innehåll och utformning var ju preciserat och låst i den gemensamma processen fram till detta skede. Även under byggskedet hanterades problemsituationer i hög utsträckning i samråd.

Många personer som varit med från första början, i analys, i utformning av program och i systemskede var också med under byggskedet och fram till inflyttningsfärdigt hus. Ett starkt engagemang och en förståelse för helheten blev resultatet av den gemensamma processen. Säkerligen en garant för det goda slutresultatet.

Av denna beskrivning skulle man kunna tro att byggnaden blev väldigt speciell och utformad bara för just denna verksamhet men så är det inte. Bra rörelsemönster, vackra rum, konsekventa materialval med naturmaterial som bärande inslag, flödande dagsljus som underlättar orienteringen, inre och yttre miljö i ett nära samspel – allt borgar för att detta kan bli en uppskattad miljö i långa tider, oavsett förändrat innehåll i verksamheten.

”Ett starkt engagemang och en förståelse för helheten blev resultatet av den gemensamma processen. Säkerligen en garant för det goda slutresultatet.”

14. Att få med kvaliteten från första tanke till sista spiken

Den här punkten skulle kunna bli en hel avhandling. Hur organiserar man processer så att kvaliteter och mål från tidiga skeden inte tappas bort eller förvanskas under den långa vägen till ett genomfört bygge?

Utöver tydliga programskrivningar, kvalitetssystem och annat som ska säkerställa rätt produkt finns ett till synes enkelt och effektivt sätt. Det är att någon eller några personer med god kunskap om och engagemang i det önskade slutresultatet finns nära processen i alla skeden. Från policy och övergripande nivå i de inledande tankegångarna till projektering, upphandling och bygge.

Många vägval ska göras och det är lätt att gå vilse. Erfarenhetsmässigt är till exempel en sådan grundläggande sak som att trösklar och nivåskillnader inte får finnas inomhus eller mellan ute och inne svår att faktiskt genomföra. Det kräver medvetenhet och styrning i projektering, upphandling och byggprocess. Kunskapsöverföring mellan dessa led är ingalunda en självklarhet.

Om tanken och inlevelsen i att det är åt mig själv och mina nära jag bygger kunde inplanteras i alla inblandade, från kommunstyrelse till hantverkarna på bygget, skulle mycket vara vunnet. Att gång på gång berätta om det som byggnaden är till för, nämligen att innehålla och understödja liv som ska levas i skeden då vi går mot att bli alltmer sköra och sårbara, kan vara en verklig framgångsfaktor.

Det är viktigt att någon eller några personer med god kunskap om och engagemang i det önskade slutresultatet finns nära processen i alla skeden.

15. Lågenergitänk för fastigheten

Gränsen för hur mycket energi en byggnad får förbruka skärps undan för undan i lagstiftningen. Än så länge talar man endast om bruksskedet. Det borde vara en tidsfråga innan hänsyn ska tas även till koldioxidaspekten. Det kommer att påverka val av byggnadsmaterial och genomförandet av själva bygget. Och förstås hur den energi vi tillför fastigheten är producerad. Att som byggherre vara alert i dessa frågor ger nya kunskaper och ett litet för-språng i förhållande till snabbt skärpta lagkrav.

Det gäller dessa typer av bostäder lika mycket som allt annat byggande. Frågan är om det finns något specifikt i till exempel ett vård- och omsorgs-boende, som kan bidra till en energismart lösning?

En förhöjd rumstemperatur, ca 22 grader, är önskvärd och gärna ytterli-gare ett par grader i hygienrummet. Ventilationen får absolut inte skapa en känsla av drag och det får heller inte bli för varmt inne på sommaren.

DEL 3

TRYGGHETSBOENDE OCH ANDRA BOSTÄDER UTFORMADE SÄRSKILT FÖR ÄLDRE

16. Genomtänkta lösningar och god design = långsiktigt hållbart och attraktivt
17. Läge och omgivning
18. Balkong, dagsljus och utsikt
19. Måttkrav och disposition av bostad
20. Hygienrummet – en stötesten
21. Inredning i kök
22. Gemensamma utrymmen – placering och användning
23. Seniorboende och gemenskapsboende – också trygga boendeformer

16. Genomtänkta lösningar och god design = långsiktigt hållbart och attraktivt

De här bostäderna utformas för att fungera bra för åldrande personer som lever självständigt eller med hjälpbehov som klaras av hemtjänst och hemsjukvård. Trygghetsboenden har en åldersgräns för inflyttning från 70 år. Upplåtelseformen kan vara hyresrätt, kooperativ hyresrätt eller bostadsrätt. Utöver god tillgänglighet ska boendet underlätta social gemenskap. Här kan utformningen av byggnaden få en avgörande roll. Att till exempel ha en gemensam gård som alla lägenheter har kontakt med eller att placera entré och trapphus på ett sådant sätt att alla i huset passerar samma ställe på väg in och ut ur huset, ökar kontaktytorna och möjligheterna till spontana möten. De gemensamma lokalerna ska ligga där många, helst alla, ändå passerar dagligen.

De byggnader vi uppför i dag ska fungera långsiktigt. Bostäder med god tillgänglighet är en bristvara och kommer att så förbli. En försvinnande liten andel av hela bostadsbeståndet har en väl genomförd tillgänglighet. Välplanerade och välbyggda bostäder kommer att fungera som sådana under lång tid. Våra barn hinner bli gamla under byggnadens livslängd.

Äldre människor tillbringar mycket tid i sin bostad. Därför är dagsljusförläggning och möjlighet till olika rörelsemönster och möbleringar inne i själva bostaden extra viktigt. Tillgång till en rejäl uteplats med både sol och skugga är ovärderlig.

Som nämns under andra punkter (6, 10) finns mycket att vinna för många om äldre väljer att lämna sitt småhus för att bo tillgängligt och i ett centralt läge och/eller i ett socialt sammanhang. Att fortsätta utveckla attraktiva boendeformer och bostäder som lockar är angeläget för såväl kommunala som enskilda aktörer.



Bostadskvaliteter kring en gemensam gård.

17. Läge och omgivning

Trygghetsbostäder ska helst ligga centralt eller i ett bra kommunikationsläge. Om det är nära till affären, biblioteket och caféet blir det lättare att ta sig dit på egen hand, med eller utan rullator. Då ökar också möjligheten att upprätthålla ett aktivt och socialt liv och därmed en högre livskvalitet.

En förskolas gård, en park eller en matsal i en skola, är exempel på sådant som trygghetsboendet kanske kan samnyttja.

Bra kommunikationer är en annan förutsättning som underlättar för äldre att fortsätta vara aktiva och socialt rörliga.

Omvänt kan man också planera för social gemenskap, spontana möten och ett tryggare boende i centrala lägen för de som redan bor där. Tillgängligheten i det befintliga bostadsbeståndet kan uppgraderas så att äldre kan ta sig in och ut ur sina hem på egen hand. Lokaler i bra lägen kan fungera som träffpunkt och aktivitetscenter för de äldre i stadsdelen. Sådana åtgärder kan upprätthålla livskvaliteten för dem som börjar bli mindre rörliga och kan vara ett väl så effektivt sätt att minska behovet av vård och omsorg.

I varje detaljplan för bostadsbebyggelse bör äldre aspekten finnas med som en egen frågeställning. Att ta tillvara, och definitivt inte bygga bort, egenskaper som gynnar äldre i bebyggelseplaneringen är en akut fråga. Förutsättningarna skapas NU för att den stora gruppen blivande äldre ska kunna bo bra.



Då Norrköping förlänger spårvagnen skapas en ny stadsdel, Söderport. I detaljplanen förbereds för ett äldreboende (uppe till höger på bilden) invid det nya torget med hållplats för spårvagnen. Bilden är klippt ur illustrationerna till detaljplanen.

18. Balkong, dagsljus och utsikt

Ett rikt och varierat dagsljus betyder mycket, fönster som sitter max 0,6 meter över golvet ger bra utsikt för den som sitter eller ligger. Fönster nära taket sprider å andra sidan ljuset längre in i rummet längs en vit takyta. En ljus takyta minskar bländningseffekten från fönstret och ljuset blir mjukare i hela rummet. Fönster åt olika väderstreck ger varierat ljus i bostaden över dagen och över året.

En riktigt användbar balkong eller uteplats kan göra stor skillnad, inglasad eller ej. Uteplatsen ska erbjuda sol, skugga och en intressant utsikt, gärna mot något grönt, och kanske mot den gemensamma gården så att det går att se grannar som kommer och går. Plats för ett kaffebord, ett par rejäla stolar, balkonglåda och någon kruka att odla i bör finnas. Räcknet ska vara genomsiktligt och släppa in ljus men måste ändå kännas skyddande. Balkongdörren ska vara enkel att öppna och stänga från rullator och rullstol och ha vred som är lätta att greppa och manövrera. Nivåskillnaden mellan ute och inne ska vara max 15 mm och tröskelns kanter fasas så att den blir lätt att rulla över.



Seniorboende med generösa balkonger.

19. Måttkrav och disposition av bostad

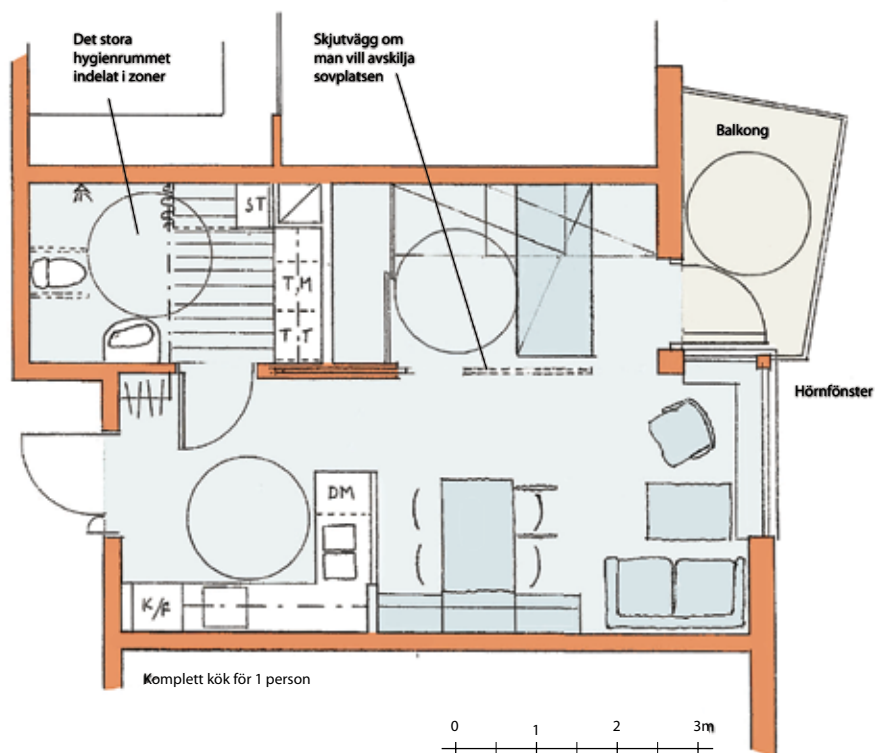
När vi blir äldre tillbringar vi alltmer tid i bostaden. Vi blir mer och mer hänvisade till hemmamiljön ju mindre rörliga vi är. Uteplatsen som en integrerad del, kanske ingår den i sambandet kök/vardagsrum, varierar bostaden över året. En väl utformad planlösning med möjlighet till olika möbleringar och olika rörelsemönster inom bostaden är här särskilt eftersträvansvärd. Långa siktlinjer genom bostaden ökar rymdkänslan och skapar tydlighet.

Ett nära, lättorienterat samband mellan sovrum och hygienrum har hög prioritet, gärna förstärkt med något ledljus nattetid så att det blir lätt att hitta och ta sig emellan.

Svensk Standard SS 91 42 21:2006 redovisar invändiga mått för bostäder som de minst ska vara för att uppfylla bygglagstiftningens krav på en bostad. Måtten redovisas i tre olika nivåer: Normalnivå, höjd nivå och sänkt nivå.

Normalnivån är dimensionerad efter de mått som en inomhusrullstol behöver. Höjd nivå redovisar det manöverutrymme en mindre, eldriven rullstol behöver. Höjd nivå ger också bättre utrymme för hjälpare. Mått vid sidan om dörrar har i höjd nivå bra utrymme för den som ska öppna och stänga stödd av rullator. Höjd nivå i hygienrum, vid sidan om dörrar och även vid sängen är ett relevant krav då man planerar bostäder särskilt anpassade för äldre.

Höjd nivå i hygienrummet överensstämmer med vissa av arbetsmiljöverkets nuvarande mått för hjälpare.



Exempel på lägenhet med mått enligt höjd nivå i svensk Standard. 1 rok 42 kvm.

”Mått vid sidan om dörrar har i höjd nivå bra utrymme för den som ska öppna och stänga stödd av rullator.”

20. Hygienrummet – en stöttesten



Aktivera de krafter du har kvar

Nyckeln är att få äldre att aktivera sig och våga röra på sig. På så sätt frigörs personalresurser och livet blir enklare för både vårdtagare och vårdare.

- det är få som inte har några krafter kvar
- när självständigheten ökar avlastas personalen

Nära emellan och gott om möjligheter att stödja sig ger bra funktion, det finns badrumskoncept framtagna särskilt för äldre. Detta kommer från Bano.

Hygienrummet i en trygghetsbostad bör minst ha mått enligt ”Höjd nivå” i Svensk Standard. I standarden redovisas hur hygienrummet kan förändras med ökande hjälpbehov eller funktionshinder. Det krävs noggrann planering från början om förändringarna ska vara möjliga att genomföra när det är dags.

Tyvärr gäller delvis motsatta krav på mått och möblering för en person som klarar sig själv i hygienrummet och för den som behöver hjälpare och hjälpmedel som ska rymmas.

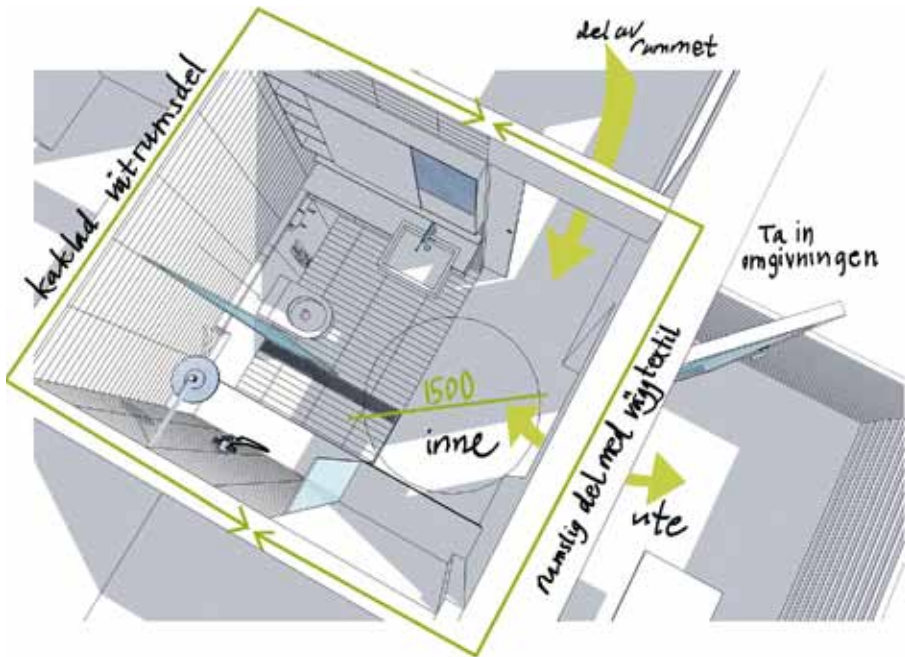
För en skröplig människa är det bra med korta avstånd och gott om ställen att ta stöd emot eller handtag att greppa då man reser sig eller sätter sig eller för att hålla balansen i duschen. Däremot kan en toalett, med stödhandtag, placerad mitt på väggen och med friytor runtomkring i värsta fall skapa otrygghet och försämra möjligheterna att klara sig själv i hygienrummet. Äldreboendedelegationen ägnar detta problem särskild uppmärksamhet i sitt betänkande *Bo bra hela livet* (SOU 2008:113).

Hur borde då hygienrummet i en trygghetsbostad se ut? Det finns inget enkelt svar på frågan. Det finns minst ett koncept (Bano-konceptet) som är helt inriktat på att underlätta för just äldre i hygienrummet. Mått och rörelsemönster är noga studerade och handfat, toalett och handtag samspelar i att erbjuda stöd och draghjälp på rätt ställen. Det är i något avseende inte helt i överensstämmelse med arbetsmiljöverkets måttkrav och ser inte, i grundutförandet, ut som uppställningen för ”Höjd nivå” i Svensk Standard. Ska vi satsa på ett sådant tänkande eller prioritera arbetsmiljömått mer? Det ligger väl ändå ett stort värde i att en gammal människa kan klara sina egna toalettbestyr trots skröplighet? Då sparas också på hjälpsinsatsen.

Ägna mycket undersökning, eftertanke och diskussion åt hygienrummets utformning och utrustning i programarbetet!

”Det relativt stora hygienrummet behöver ägnas omsorg för att bli trevligt.”

Det relativt stora hygienrummet behöver ägnas omsorg för att bli trevligt. Det är ju en stor del av hela bostaden. Kanske kan man ge det lite av spa-karaktär, ett rum för njutning och vård av den egna kroppen. Överväg material på golv och väggar, det ska vara hygieniskt och lättstädad men ska också kännas varmt och omsorgsfullt. Att toalettstolen kontrasterar mot väggen bakom underlättar för en dement att faktiskt hitta rätt. Blankt kakel kan för den demente ge förvirrande reflexer och bör undvikas.



Ett vinnande bidrag i arkitekttävling om badrum för äldre. Rummet delas in i en våtdel och en vistelse- del och har alla mått på plats den dag det också ska fungera som arbetsmiljö. Olle Rex arkitektbyrå AB, tävlingen ordnades av Micasa 2009.

Kanske ska rummet göras ännu lite större? Ska det förses med fönster och utrymme för en strykplats, en träningscykel, odling eller hyvelbänk framme vid fönstret? Går det att kombinera storleken med något som ger mervärde i bostaden?

Äldre behöver extra värme i detta rum eftersom blodcirkulationen är sämre och man lättare blir kall när man klär av sig. Golvvärme är här verkligen ett plus. Smårutig klinkermosaik kan ge ett relativt halkfritt golv. Belysningen kan göra stor skillnad, tänk att kunna välja en varmare, mysigare belysning. Det starkaste ljuset behövs inte alltid. Dimmer och några olika punkter att tända en och en eller samtidigt kan hjälpa till att skapa en vänligare karaktär.

Tvättmaskin och torkmöjlighet förläggs ofta till badrummet. Tvättmaskin och tumlare ovanpå varandra är inte en tillgänglig lösning. För att kunna jobba bekvämt med och nå in i frontmatade maskiner från rullstol eller rullator behöver de vara förhöjda med extra ben eller sockel. Numera finns det många tvättmaskiner med inbyggd torktumlare vilket kan vara ett bra alternativ. Att ordna för lufttorkning av tvätten är också bra då det spar energi. Har man en förhöjd temperatur i badrummet torkar tvätten relativt snabbt och värmen utnyttjas dubbelt.



Japansk toalett med tekniska lösningar för tvätt, tork och hjälp att resa sig.

Hygienrummet ska vara lätt att nå från sovrummet, funktionsmåttan kring dörren ska överensstämma med "Höjd nivå" i Svensk Standard för att garantera att det finns utrymme att öppna den också med rullator.

Den pivåhängda dörren som numera finns på marknaden kan vara ett intressant alternativ. Den kan alltid öppnas i ens egen färdriktning och ger därmed bättre tillgänglighet. Den ser ut som en vanlig dörren då den är stängd, då den öppnas och står öppen är väggen mitt för dörrbladet, d.v.s. halva dörrbladet står i det ena rummet och andra halvan i det andra.

I Japan är toaletter med bidéfunktion vanligt förekommande i ordinarie boende. De kan vara mer eller mindre tekniskt avancerade men har alltid en sprutfunktion så att man blir rengjord underifrån och varmluftsblås som sedan torkar. Kan det vara av intresse i detta sammanhang?

21. Inredning i kök

Ett kök planerat enligt Svensk Standard "Höjd nivå" är ett bra kök. Arbetsytan mellan spis och vask ska vara minst 80 cm. Utrymmet under denna del av köksbänken ska kunna frigöras så att en person i rullstol kan arbeta sittande och komma åt såväl spis som vask. Arbetsytan kan också förberedas för att bli höj- och sänkbar om behov uppstår.

Det finns en del detaljer i köket värda särskild omtanke för just äldre. För-sämrad motorik i händerna och mindre kraft i greppet drabbar med stigande ålder många.

- › Välj handtag, vred och andra beslag med tanke på svaga händer som kan ha svårt att greppa.
- › En avställningsyta intill kylen underlättar då matvaror ska ut och in, vilket sker många gånger om dagen. Vid val av kyl, se till att handtaget hjälper till att öppna när man drar i det, kylskåpsdörren kan vara tung att få upp.
- › Ugn kan sitta i bekväm höjd men ska då ha en avställningsyta strax intill. Att ugnsgaller och plåtar går på geidrar, expansionsbeslag, så att de inte tippas när man drar ut dem är en detalj som ökar säkerheten oavsett var ugnen är placerad.
- › Eluttag vid köksbänk ska vara lätta att se och nå.
- › Underskåp och högskåp med utdragbar inredning istället för traditionell lucka och hyllor är mycket bra ur tillgänglighetssynpunkt.
- › Även kylskåp finns med utdragslådor istället för hyllor, det kan vara ett bra alternativ ur tillgänglighetssynpunkt beroende på hur det placeras. Det ger också mer bänkyta då det ryms under arbetsbänken.
- › Olyckor på grund av påslagna spisplattor som glömts är tyvärr relativt vanliga. Såväl nya typer av spisar som nya typer av timers eller spisvakter är under utveckling. Det finns till exempel spisfläktar med sprinklerfunktion som utlöses av en överhettad spis.



Bra för äldre och för alla: Greppvänliga handtag på skåp och kran, glasdörrar så att man ser vad som finns i skåpen, bra belysning och eluttag som är lätt att se och nå.

22. Gemensamma utrymmen – placering och användning



I Malmö innerstad ligger Havsuttern, ett trygghetsboende i ett ombyggt trotjänarinnehem från förra sekelskiftet. I direkt anslutning till entén finns en liten trädgård och ett verandarum. Verandarummet används som café och för aktiviteter där även pensionärer som bor i närområdet är välkomna att delta.

Gemensamma utrymmen för boendes måltider, samvaro, hobby och rekreation ska finnas i trygghetsboendet enligt villkoren för statliga investeringsbidrag. Och personal på plats ”... varje dag för att skapa kontakt med de boende, erbjuda gemensamma måltider och erbjuda kulturella aktiviteter m.m.” enligt regeringens direktiv formulerat av Boverket. Hur de gemensamma lokalerna

ska vara beskaffade är en rätt öppen fråga. De behöver till exempel inte vara utrustade för matlagning även om man ska kunna äta gemensamt där.

Bortsett från hur detta styrs av bidrag eller ej är möjligheten till formella och informella möten och sociala nätverk väl så viktigt som bra tillgänglighet för att skapa ett tryggt och levande boende på äldre dagar. Att underlätta kontakter och spontana möten de boende emellan är huvudsyftet med de gemensamma utrymmena. Med ett fungerande socialt nätverk i boendet blir det just tryggt. Trivsamma och inbjudande lokaler i anslutning till den gemensamma entrén, gemensam gård och gemensam tvättstuga har möjlighet att bli flitigt använda. Det kan finnas både utrymmen av lobbykaraktär och rum för avgränsade aktiviteter. Det vill säga utrymmen där man spontant kan släntra in och slå sig ner och hamna i samspråk, till exempel ett gemensamt vardagsrum, och utrymmen där schemalagda aktiviteter kan pågå parallellt. Storleken beror förstås på antalet boende i huset. Med hjälp av glaspartier och en planlösning som ger god överblick, syns pågående aktiviteter vilket ger liv och rörelse och kan väcka nyfikenhet hos den som passerar. De gemensamma lokalerna ska vara attraktiva att vistas i och locka till aktivitet och socialt umgänge.

Det kan finnas stora fördelar med att samordna åtminstone delar av dessa lokaler med andra fastigheter i grannskapet. Det kan vara till gagn för kontakter i vidare kretsar än det egna huset.

En gemensam trädgård/uteplats i anslutning till entrén där alla passerar är oslagbart som spontant umgängesrum under sommarhalvåret. Här kan också de som vill ägna sig åt odling utöva sitt intresse.



Trädgård och gemensam veranda i anslutning till entrén. Havsuttern, Malmö.

23. Seniorboende och gemenskapsboende – också trygga boendeformer

Att kommunerna stimulerar alla boendeformer för äldre är nödvändigt. Att hitta sätt att underlätta och understödja initiativ till seniorboenden, gemenskapsboenden och andra boendeformer där trygghet och tillgänglighet värnas är viktigt.

Gemenskapsboenden, där man hjälps åt med mathållning och andra aktiviteter i gemensamma utrymmen, initieras ofta av en grupp personer med gemensamma mål och/eller värdegrund på något plan. I denna boendeform är gemenskapen en huvudfråga och inte något som eventuellt uppstår som en följdverkan. Det kan innebära att man här tar ett större ansvar för sin granne och att boendet i sig blir en trygg hamn i högre grad och därför fungerar avlastande för vård- och omsorgsinsatser. Underlätta för de människor som vill ta sig an sådana projekt! Till ömsesidig glädje och nytta. Kan en kommunal coach, som guidar intresserade genom den byråkratiska processen från den första idén till färdigt hus, vara ett sätt?

VECKANS MATSEDEL I FÄRDKNÄPPEN



V 35 29/8 - 2/9 2011

Måndag

Vegetarisk lasagne med dagens sallad

Tisdag

Festsoppa för pankä med mjukt bröd och dagens sallad

Onsdag

Fiskgratäng med dillsås med dagens sallad

Torsdag

Fisksoppa från Menton med dagens sallad

Fredag

Husets Wallenbergare med tillbehör och dagens sallad

Dessert: Tårta!

Veg: Kidneyburgare



Squashsoppa på gång. Squashen är odlad på Södermalm.



Månen kostar 24 kronor måndag - torsdag och 40 kr på fredagar.

Alla i huset deltar i måltidningen var fjärde vecka med cirka 3 arbetspass - antingen måltidning eller disk. Och det finns kaffe/teuser!



Färdknäppen är ett gemenskapsboende för andra halvan av livet med 43 lägenheter på Södermalm i Stockholm. Här bor människor från 40 år och uppåt. Här sköter man matlagning, trädgård och en del städning gemensamt. Det finns ett tillagningskök, en matsal som rymmer alla, sällskapsrum, bibliotek och verkstad m.m. som ingår i hyran. Huset ägs av Familjebostäder som är ett allmännyttigt bostadsbolag.

Klippt ur www.fardknappen.se



VÅRD- OCH OMSORGSBOENDE

24. En del av samhället
25. Vad blir långsiktigt hållbart och attraktivt?
26. Kundens och anhörigas val påverkar utformningen
27. Regelverk – möjligheter och hinder – motstridiga krav
28. Utemiljön
29. En tydlig och välkomnande entré
30. Dagsljus och utsikt
31. Belysning – betydelsefull att planera
32. Materialval
33. Helhetsgrepp om innemiljön
34. Arbetsmiljö och bostadsmiljö
35. Samordning av installationer
36. Dörrar och trösklar
37. Dörrar, låsning, stängning och öppningsautomatik
38. Brandskydd och frångänglighet
39. Teknik utöver det vanliga
40. Den enskilda lägenheten
41. De gemensamma delarna i boendet
42. Tvätt
43. Städ
44. Skölj
45. Källsortering och sophantering
46. Logistik, transporter in och ut
47. Gemensamma delar kopplat till boendet

24. En del av samhället

Ett studiebesök i Föglö kommun på Åland, med knappt 700 invånare, bjöd på en oförglömlig upplevelse. Så här hade man ordnat för äldres boende:

En radhuslänga med fem lägenheter med varsin liten tomt låg strax intill äldreboendet. Här kunde man få hyra då man inte längre orkade med livet på någon av öns ensliga uddar, här fanns social gemenskap och hjälp med det dagliga på nära håll. Äldreboendet, för de mer skröpliga, delade gård med ortens förskola/skola. I det lilla skärgårdssamhället är många släkt och alla känner alla. Gamlingarnas utsikt över gården innehöll små släktingar och bekanta. Barnen kunde lätt slinka in till de gamla för att säga hej. Barnens föräldrar rörde sig ofta i närheten och kunde också enkelt titta in en stund. Inrättningar som affärer, bibliotek, kommunhus, läkarstation och post fanns ju också helt nära i detta lilla men kompletta samhälle. De äldre var här en synlig och naturlig del av det dagliga livet.

Vård- och omsorgsboenden, liksom trygghetsboenden och seniorboenden, ska ha en väl genomtänkt placering i samhället. Det ska vara lätt att komma dit och därifrån och en park, en skolgård, en skolmatsal, ett bibliotek, en vårdcentral, en simhall o.s.v. kan gärna samutnyttjas. Att ta in äldre aspekten i detaljplanearbetet kan ge bättre förutsättningar för placeringen av framtida boenden och kan även borga för att den planerade miljön som helhet blir attraktiv och användbar också för de lite äldre av oss. Tänk på att vi planerar för såväl oss själva som för generationen efter, minst.



25. Vad blir långsiktigt hållbart och attraktivt?

En byggnad som väl tar vara på platsens förutsättningar och kvaliteter. En bra disposition med en väl genomtänkt logistik där rummen är harmoniska och har ett generöst och mjukt dagsljusflöde kommer att stå sig i längden. Korridoren ska vara en kvalitetsyta där det är intressant att röra sig från ett ställe till ett annat, inte bara vara en transportsträcka. Korridorer utan dagsljus och utsikt ska undvikas helt.

En beredskap för att kunna disponera uppdelningen olika över tiden kan byggas in. Om 18 lägenheter kan disponeras som 9+9, 6+12 eller t.o.m. 6+6+6 beroende på vilka behov de boende har, finns möjlighet att möta ändrade förutsättningar i framtiden.

Med hållbara och behagliga ytskikt, med en genomtänkt och tydlig färgsättning som stödjer orientering och rumsuppfattning och med en dynamisk, varierbar belysning skapas miljöer som är attraktiva också på lång sikt.

Gemensamt kök och gemensamma samvarorum ska vara hjärtat dit man med självklarhet söker sig. Härifrån ska personal ha en god överblick över de som är ute och rör på sig. Här blir alla sedda och att vara sedd skapar trygghet.

Med omsorgsfullt utformade uteplatser där de boende kan röra sig på egen hand och uppsöka sol eller skugga, sällskap eller enskildhet, vila eller aktivitet får boendet en rytm över dagen och året.

Lägenheterna, särskilt bostadsrummet, ska ha kvaliteter värdigt din sista bostad i livet.

En smart stomme, med pelare som bär istället för väggar, och höga våningshöjder som medger installationer i undertak med bibehållen rumshöjd på minst 2,4 meter gör det enklare att i framtiden ändra i byggnaden. Även installationerna i sig kan göras mer eller mindre lätta att förändra.



Bomiljöer med hög kvalitet kommer alltid att vara attraktiva.

26. Kundens och anhörigas val påverkar utformningen



Dokumentation sker här i den gemensamma delen av boendet. Snyggt inordnat och lättillgängligt för personalen. Går att stänga då det ej används. Ett exempel på nytänkande för att spara yta. Personalen är inom räckhåll för de boende och den lilla arbetsplatsen skänker trevnad.

På senare tid, då vårdval blivit allt vanligare i kommunerna och då privata aktörer oftare agerar byggherrar, har boendekvaliteter och trevnadsvärden mer tydligt blivit ett konkurrensmedel. Med vackrare miljö kan man locka de biståndsbedömda och deras anhöriga, som oftast har starkt inflytande över vårdvalet, att välja just det här boendet.

Några aktörer arbetar mer aktivt med att effektivisera såväl gemensamma ytor som utrymmen för personal. Skillnader finns helt klart i hur lokalerna disponeras, vad som är sämre eller bättre är svårt att säga. Effektivisering av ytor är inte bara av godo och större ytor gör inte självklart lokalen bättre. Allt beror på den sammanlagda, övergripande dispositionen kopplat till hur verksamheten bedrivs.

En uppvikt plastmatta i alla utrymmen är ofta standard med hänsyn till städning och slitage. Det bidrar starkt till en sjukhusliknande karaktär. Få av oss skulle välja att ha det så hemma. Allt oftare förekommer trägolv, ekparkett eller annat material som ger en helt annan hemkänsla åt boendet som helhet. Det ger kanske ett ökat underhåll men bedöms vara värt det besväret. Skillnaden i städning handlar om städmetoder visavi respektive golvmaterial.

27. Regelverk – möjligheter och hinder – motstridiga krav

Utformningen av vård- och omsorgsboenden påverkas av ett antal olika regelverk.

- › Bygglagstiftningens krav på hur bostäder ska vara beskaffade formuleras i BBR, Boverkets byggregler. Utformning och utrustning preciseras i Svensk Standard, SS 914221 och SS 914222. Där finns funktionsmått för att uppfylla tillgänglighetskravet vid dörrar, i köket, i badrum och kring möbler m.m. Även den utrustning och inredning en bostad ska kunna rymma beskrivs.
- › Arbetsmiljölagstiftningen och särskilt AFS 2009:2 ”Arbetsplatsens utformning” ställer funktionskrav på arbetsmiljön. Arbetsmiljökraven ställs för arbetssituationen i sig och inte egentligen på lokalen. Vid en arbetsmiljöinspektion på plats kan ett mått för ett arbetsmoment bli avgörande på centimetern när. Inspektören har aktuella domslut i tvister kring måttkrav för arbetssituationer som grund för sin bedömning. Måttkraven är alltså dagsnoteringar och kan förskjutas i och med nya domslut i nya processer. Arbetsmiljöverket har gjort en broschyr, som kan vara en hjälp vid projektering. Den beskriver lämpliga mått för arbetsmoment som är vanliga i vård och omsorg: *Särskilt boende för äldre – Arbetsmiljö* (Information till länsstyrelserna 2007-05-23). Dessa mått kan användas som riktlinjer vid utformning av lokalerna men är egentligen bara vägledande. Måtten i bygglagstiftningen och måtten för arbetsmiljön i boendet sammanfaller inte alltid.
- › Socialstyrelsen är den myndighet som reglerar hygien och hälsoskydd i vård och omsorg genom Hälso- och sjukvårdslagen (HSL). I boendeformer och enheter där en kommun bedriver hälso- och sjukvård ska det enligt

HSL finnas den personal, de lokaler och den utrustning som behövs för att god vård ska kunna ges. Medicinskt ansvarig sjuksköterska (MAS) i kommunen har ett övergripande ansvar för kommunens hälso- och sjukvård. I planeringen av om- eller nybyggnad av vård- och omsorgsboenden ska MAS vara delaktig.

- ▶ Socialstyrelsen ger tillstånd att driva vård- och omsorgsboenden. I tillståndsgivningen kontrolleras att lokalerna är ändamålsenliga. Bland annat undersöks hur de enskilda lägenheterna uppfyller bygglagstiftningens krav på bostäder. Man tittar även på verksamhetsbeskrivningen och att verksamheten ska genomföras med ”god kvalitet och säkerhet” som socialtjänstlagen kräver. Denna granskning sker då privata aktörer ansöker om tillstånd att bedriva verksamhet. Kommunala aktörer förutsätts ha god kännedom om och följa lagarna och granskas därför inte.

”Arbetsmiljökraven ställs för arbetssituationen i sig och inte egentligen på lokalen.”

28. Utemiljön

En lättillgänglig gård eller trädgård är en väsentlig del i vård- och omsorgsboendet. Hit utvidgas verksamheten under den varmare delen av året. Utemiljön ska vara väl avgränsad och får inte innehålla signaler som kan få dementa att ge sig iväg bort från trädgården. Som komplement till den väl avgränsade uteplatsen kan det också finnas sittplatser utomhus i anslutning till entrén. Här finns liv och rörelse att betrakta för den som inte är benägen att ge sig iväg.

Den avgränsade trädgården ska erbjuda sol och skugga och promenadstigar som leder den äldre runt och är lätta att ta sig fram på med rullator och rullstol. En del dementa kan vandra flera mil om dagen. Växtlighet som prunkar olika tider på året och som är intressant att följa i sin utveckling kan få en pedagogisk roll och locka till utevistelse och rörelse. Många av de boende har haft egna trädgårdar! Färg och doft, frukt och bär, löv på hösten och lövsprickning på våren. Det är företeelser som ligger flertalet av oss nära och rör sinnena.

Vattenspel, möjlighet till odling i bekväm höjd, ett litet växthus att gå in i och en berså att dricka kaffe i med grannar eller anhöriga kan finnas. Utemiljön ska stimulera till rörelse och det kan till exempel finnas ett utegym. Sådant som kan intressera de små anförvanterna och locka dem till lek ska inte heller glömmas bort.



Några enkla och användbara gymredskap ingår i gårdsplaneringen.

29. En tydlig och välkomnande entré

Entrén passeras av alla och den ska vara inbjudande och upplevas som ett positivt inslag i miljön. De som passerar här kanske tänker att en gång kan detta bli min entré – eller pappas eller mormors. Det är viktigt också för den som faktiskt flyttar hit att den är tydlig och värdig.

Miljön i anslutning till entrén är händelserik. Människor och leveranser av olika slag kommer och går. Här sitter man och väntar på färdtjänst eller på en anhörig som ska komma på besök. Genom att i anslutning till entrén ordna för vistelse och samtal, skapas en plats som i sig själv bjuder på kvaliteter för den som har glädje av en miljö med liv och rörelse. Att personal rör sig kring platsen är förstas också viktigt. Ett inbjudande rum i rummet kan skapas med hjälp av sittmöbler och belysning.

Tillgängligheten ska finnas där på ett naturligt vis, alla ska känna sig välkomna. En kort trappa är många gånger det enklaste för dem som faktiskt går på egen hand. Ramp är nödvändig och bjuder in alla med rullator och rullstol. Såväl trappa som ramp ska ingå i motivet ”huvudentré”.

Varor, sopor och andra tunga transporter kan skötas på annat håll än i denna entré, i alla fall i större anläggningar. För det mindre boendet som inte ligger i stadsmiljö kan det tvärtom vara värdefullt att koncentrera händelserna till en punkt för att få liv och rörelse.



Trappa (till vänster) och ramp (till höger) upp mot huvudentrén. Grönt och välvårdat. En bänk att invänta taxin på.

30. Dagsljus och utsikt

Dagsljuset är en gratisresurs som ska tas väl tillvara. En inomhusmiljö med rikligt dagsljus skapar på ett naturligt sätt rytm i dagar och årstider och bidrar till en levande miljö. Dagsljuset ska behandlas med omsorg så att det flödar och inte blir bländande. Fönster mot olika väderstreck i samma rum ger i allmänhet ett rikt och modellerat ljus. Om det ena fönstret är stort kan det räcka med ett aldrig så litet ”motljus” från det andra hållet för att få ett intressant och vackert dagsljus. Att få in ljus nära taket som sprids in i rummet av en ljus takyta är också ett sätt att skapa ljusflöde. Långa mörka korridorer med ett fönster i änden duger inte. Solavskärmning behöver också planeras.

Fönster tar inte bara in ljus utan skapar också kontakt med omvärlden. Fönstret ska sitta 50–60 cm från golvet för att ge bekväm utblick för en sittande person. Helst ska utsikten både innehålla något att betrakta på nära håll och något att vila blicken på mer i fjärran.



Sittplats med dagsljus och utsikt i korridorens ände.

31. Belysning – betydelsefull att planera

En bra utformad belysning kan underlätta mycket för såväl boende som personal. Att kunna anpassa belysningen efter olika tider på året, dygnet och olika situationer ger betydande mervärden i de gemensamma utrymmena och även i den enskilda lägenheten. Det kan enkelt åstadkommas genom att ta fram ett program med krav för belysningen i ett tidigt skede. Gärna tillsammans med en specialiserad ljuskonsult som kan bidra med erfarenhet och kunskap och utifrån programmet specificera vilka krav det ställer på elinstallationerna. Utvecklingen går för närvarande snabbt i denna sektor. Utöver själva belysningen handlar det om att vara energiklok och att tänka på enkelt underhåll och miljöaspekter vid val av armaturer och ljuskällor.

Målet är att skapa en hemtrevlig ljusmiljö med differentierat ljus. Andra faktorer att fundera på är hur bländning undviks och hur belysningen kan underlätta orienteringen. På natten ska man kunna ha en dämpad belysning som tydligt signalerar ”natt” till den som är uppe och går och behöver hjälp med tidsbegreppen. Det är också bra att ha ett ledljus som underlättar att ta sig från sängen till toaletten. Ledljuset kan styras med rörelsevakt.

Arbetsmiljöaspekten får inte tappas bort, om de kraven också är med från början är det inga problem att få dem tillgodosedda på ett sätt som inte står i konflikt med hemkänsla.



Med hjälp av varierad belysning kan man skapa hemkänsla.

32. Materialval

Boendemiljöns karaktär och hemlighet styrs till stor del av materialval på ytorna i rummen. Här följer några funderingar kring olika alternativ. Som vanligt är det bättre ju tidigare i processen man tar tag i dessa frågor. Val av golv kan till exempel påverka konstruktion i bjälklag och undertakens beskaffenhet påverkar rumshöjden.

Golv

Golvmaterialen bidrar starkt till karaktären i boendet. Uppvikta plastmattor ger en känsla av sjukhus och institution medan trägolv ger hemkänsla. Bilden är från ett boende där man lagt bambugolv överallt. Bambu är hårt och tåligt. I bostadsrummen är det löst lagt för att skadade bitar enkelt ska kunna bytas ut vid behov.

I ett boende med textil heltäckningsmatta erhålls många kvaliteter på köpet. Ljudklimatet blir fritt från slammer. Golvet reflekterar varken dagsljus eller elljus och bildar därför en verkligt stadig botten i rummet som då upplevs som harmoniskt och stöttar rumsuppfattningen. Städbarheten är ett motargument, men det kanske kan lösas? Varje golvtyp har sin städteknik. Textila heltäckningsmattor förekommer ofta i miljöer med hårt slitage, till exempel på tåg eller i butiker och på kontor. Allergi är inte något problem om man väljer rätt kvalitet på mattan.

Plastmattor innehåller, med några undantag, PVC och ftalater. Det är ämnen som ska fasas ut då de innehåller flera hälsofarliga, bland annat hormonstörande, ämnen. Utveckling pågår och nya, miljövänligare plastmattor utan PVC lanseras med mer miljövänliga mjukgörare än ftalater. De PVC-fria plastmattor som finns i dag är styva och svåra att arbeta med som till exempel uppvikt sockel. Många kommuner ska enligt sin miljöpolicy inte



Korridor med dagsljus och golv av bambu.

använda PVC överhuvudtaget. Ändå väljer man plastmattor och inte bara i våtrummen. Välj en så miljövänlig plastmatta som möjligt där det ska vara plastmatta!

Ett alternativt våtrumsgolv som är halkskyddande är svårt att hitta. Smårutig klinkermosaik, där de många fogarna ger halkskydd, är ett bra alternativ. Särskilt om man också vill ha golvvärme. Halkskyddande klinkerplattor finns också men prisbilden är en annan än för plastmattorna. Det finns även en konflikt mellan halkskydd och städbarhet att ta ställning till. Med klinker blir uppbyggnaden tjockare och det krävs samordning i projekteringen för att inte få en nivåskillnad mellan rum och våtrum. Det är svårare att klara i ombyggnad än i nybyggnad. Denna frågeställning om golvmaterial i våtrum, behöver alltså klaras ut tidigt i processen. Stegvänlighet som en arbetsmiljöaspekt ska finnas med i valet av golvmaterial.



Vägg med putsliknande karaktär.

Väggar

För väggar i bostadsrum, i såväl de enskilda som de gemensamma delarna, är valet mellan målning eller tapet mest en fråga om hur underhållet sköts. Det flyttas ofta ut och in i dessa bostäder. Tapet i den enskilda bostaden ger en mer direkt hemkänsla och är därför att föredra. En kompromiss kan vara att tapetsera en fondvägg i rummet.

Innerväggar kan också sprutas med ett tunt, putsliknande skikt och få en annan karaktär, ett annat underhåll och akustiska och branddämpande egenskaper.

För våtrum finns alternativ till kakel som i dagsläget är närmast allena-rådande som väggbeklädnad. Kakel ska vara matt med hänsyn till dementas känslighet för reflexioner. I de stora våtrum vi har idag kan det vara välgörande att i någon mån begränsa kaklet för att erhålla en mer intim och mindre badhusliknande karaktär.

Tak

Taken ska vara så släta som möjligt, de leder dagsljus från fönstren in i rummet. Det bidrar starkt till rummets harmoni. Undvik demonterbara undertak i möjligaste mån och undertak med synligt bärverk. Om undertakssystem måste användas, projektera noga och samordna med el, sprinkler och annat för ett så lugnt slutresultat som möjligt. Undvik undertak med synligt bärverk.

”Taken ska vara så släta som möjligt, de leder dagsljus från fönstren in i rummet. Det bidrar starkt till rummets harmoni.”

Innerdörrar

En vanlig slagdörr är förstahandsvalet i denna typ av boende. ”Höjd nivå” enligt Svensk Standard innebär enmetersdörrar som tyvärr har rätt stora och otympliga dörrblad. Dörröppningar större än en meter i karmyttermått ska helst ha två dörrblad. Tänk då på att gångdörren ändå ska ha ett fritt mått på minst 800 mm för att klara passage med rullstol och rullator.

Skjuddörrar ska ha rejäla, begripliga, greppvänliga handtag och vara lätta att dra. De tar stor plats i väggen vid sidan om vilket kan vara ett problem om saker ska monteras på denna vägg till exempel i ett badrum. Skjuddörrar som pardörr, där båda dörrbladen öppnas och stängs då man drar i det ena är ett alternativ som kan vara lättare att hitta utrymme för. Skjuddörrars användarvänlighet för rullstol och rullator är inte optimal. Skjuddörrar är svåra att få tillräckligt täta vid krav på ljudavskärmning.

Handledare, dörrtrycken, vred och handtag

Lämna inte dessa detaljer åt slumpen. Tänk på att gamla kan ha kraftlösa och fumliga händer. Det ska också finnas en tydlighet, det ska vara lätt att förstå hur till exempel spaken till en ettgreppsblandad kran används.

Fönsterfabrikanternas standardbeslag fungerar ofta inte för äldre. Öppningsbeslag för fönster bör sitta max 1200 mm över golvet för att kunna nå från rullstol, vilket inte heller är standard.

Upprätta tidigt tydliga krav på beslagens beskaffenhet och placering. Tänk igenom dörrar, fönster, badrum, köksinredning, skåp, lådor, strömställare och andra reglage och handtag. De ska synas och vara begripliga, de ska vara greppvänliga och kräva ytterst lite kraft.

33. Helhetsgrepp om innemiljön

Ta med en inredningsarkitekt tidigt i processen! Val av möbler, textilier och lampor är avgörande för ett bra slutresultat och ska stå i samklang med husets rum och övergripande struktur. Arkitekt, inredningsarkitekt och verksamhet behöver processa detta tillsammans då det är mycket som hänger ihop och många brukarkrav att ta hänsyn till. Inredningen ska planeras och styras av professionella inredare och inte av verksamheten. Det är viktigt att den får tydlig karaktär och inte blir plottrig. Ett helhetsgrepp som är tillåtande och understödjer vardagslivet borgar för att bostadsmiljön står sig länge.

Konstnärlig utsmyckning som planeras samordnat med bygge och inredning har bra förutsättningar att bidra till identitet och helhet. För ett lyckat resultat, ska även det in tidigt i processen.



Inredningen bidrar starkt till struktur och orienterbarhet. Det är viktigt att den blir tydlig men ändå varm och inbjudande. Och praktisk förstås.

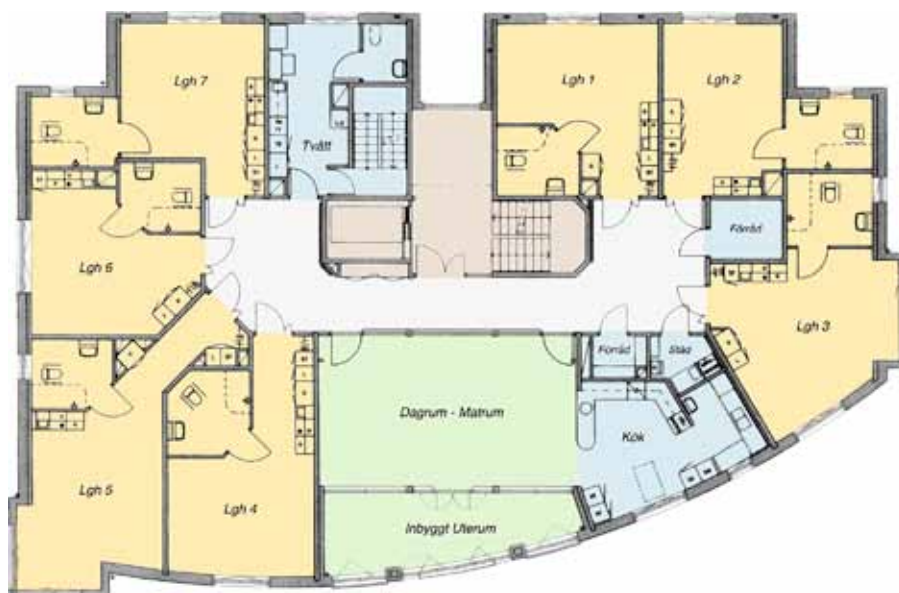
34. Arbetsmiljö och bostadsmiljö

Ett vård- och omsorgsboende är samtidigt både bostad och arbetsmiljö. Det gäller både de enskilda lägenheterna och de gemensamma utrymmena. För det mesta finns inga motsägelser i detta. Tvärtom, en värdig och vacker bostadsmiljö blir också en arbetsplats att trivas på och vara stolt över. Och denna verksamhet behöver attrahera arbetskraft, enligt prognoser behöver så mycket som 150 000–200 000 tjänster nyrekryteras de närmaste 10–20 åren. Dels pågår en generationsväxling och dels ökar antalet äldre som behöver vård och omsorg. Bra arbetsförhållanden och en attraktiv och behaglig arbetsmiljö underlättar att få ihop det pusslet.

I planeringsprocessen finns arbetstagarna representerade och det finns många tydligt formulerade arbetsmiljö- och hygienkrav som påverkar utformningen. Bostadskvaliteterna har däremot svårare att hävda sig då det handlar om mjuka värden. De boende är heller inte lika tydligt representerade i planeringen utan är en svag grupp i detta sammanhang.

Störst påverkan på den fysiska arbetsmiljön har övergripande planering som planlösning och logistik. Bra överblick och korta avstånd är avgörande för hur effektivt arbetet kan bli. I mindre enheter, 6–8 lägenheter, är det enklare att få ordning på detta. Ju fler bostäder som ska kopplas till en gemensam kärna desto större risk för korridorkänsla och långa avstånd för både boende och personal. Dementa som har svårt med orienteringen får mycket stöd av en ”nära” och lättorienterad helhetsmiljö, något som också minskar behov av tillsyn från personal.

I dag är 9 lägenheter per enhet nästan allena rådande som planeringsnorm. Det ska vara optimalt ur bemanningssynpunkt och är en rekommenderad övre gräns satt av Socialstyrelsen. Kan man tänka friare här? Kanske går det att bemanna 3x7 lägenheter väl så bra som 2x9? Det är lättare att åstad-



I detta boende med 7 lägenheter per plan finns inga långa avstånd. Det är bra för såväl personal som de som bor där. Ingen villar bort sig och alla blir sedda. Det hela är tydligt en gemensam bostad. En vinn-vinn lösning.

komma en intim och bostadsliknande miljö med mindre enheter eftersom kommunikationsytorna kan minskas. De boende blir tryggare och då kanske tillsynsbehovet minskar en aning? Hur sedan enheterna kopplas till varandra inverkar också på effektiviteten. Ofta arbetar personalen på flera enheter, särskilt på natten.

20–25 procent av kostnaden för en plats i vård- och omsorgsboende utgörs av fastighetskostnader (drift, underhåll, kapital). Resterande 75–80 procent är kostnader för att driva verksamheten, varav den absolut största delen är personalkostnader. Att vid planeringen av fastigheten kunna minska transportsträckorna för personalen ger följaktligen bra ekonomisk utväxling.

I den enskilda lägenheten finns några konfliktpunkter mellan bostads- och arbetsmiljö. En av dem är frågan om fast installerad taklift, en annan är belysning för personalen på natten och ytterligare en är medicinskåpets placering. Samordningen av alla tekniska installationer och deras reglage och tablåer är också avgörande (se 35).

Takliften fråntar bostaden dess hemlighet på ett påtagligt sätt. Den finns där för att kunna användas om behovet uppstår, dvs. då den boende blir sängbunden. En verksamhetschef tycker att det fungerar utmärkt med mobil lift och att det är värdefullt för bostadsmiljön att slippa skenor i taket. En annan



Detta är en av de sju lägenheterna som alla har hög kvalitet som bostäder. Här flödar ett rikligt dagsljus genom hörnfönstret.

verksamhetschef säger tvärtom att takliften är ett ovärderligt hjälpmedel och att den inte gör något större väsen av sig när den inte är i bruk, då är ju inte heller motorn på plats. Det finns mer eller mindre diskreta taklifftar/traverser. De mest diskreta är de med skenor infällda i taket. Lägg stor omsorg på valet av takliftsystem och låt inte bara slumpen eller priset avgöra. En taklift behöver samordnas med konstruktion och övriga installationer samt med kroken för kristallkronan som den boende kanske har.

Nattbelysningen för personalen som tittar till den boende tenderar att bli något fast installerat med sjukhusprägel som inkräktar på hemligheten. Tänk igenom situationen ordentligt och välj en diskret armatur som ser ut att ingå i ett hem. Tänk på att olika sängplaceringar efter den boendes önskemål ska vara möjliga också ur arbetsmiljösynpunkt.

I varje bostad ska ett medicinskåp finnas. Där förvaras den medicin personalen ansvarar för samt en journalpärm. Personalen har nyckeln till skåpet som i allmänhet inte har en utformning som associerar till hemmiljö. Studera noga dess placering så att den blir så diskret som möjligt men ändå fungerar bra att arbeta med. Kanske kan det helt enkelt vara ett vanligt överskåp i köksinredningen fast med lås?

35. Samordning av installationer

Dessa bostäder har fler installationer än ordinärt boende. Utöver el, it, värme, vatten, avlopp och ventilation förekommer larm, sprinkler, kylning, centraldammsugare, dörröppnare och olika former av låsning. Ljudabsorbenter och undertak är vanligt i de gemensamma delarna.

I hygienrummen tillkommer olika handtag och stöd samt hygien/arbetsmiljörelaterade attiraljer. De gemensamma köken kan vara allt från i det närmaste små restaurangkök till nästan vanliga bostadskök beroende på system för mathållning.

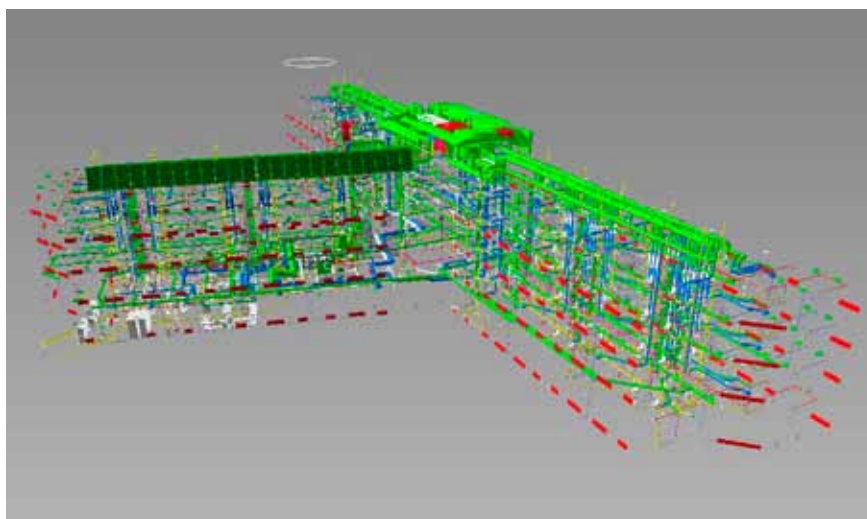


Bild av de tekniska försörjningssystemen i ett vård- och omsorgsboende. WSP Systems, Helsingborg.

Att göra allt detta till en lugn och harmonisk bostadsmiljö kräver omsorgsfull planering och samordning. Återigen är rejäla tag i ett tidigt skede av stort värde. Gör program- och systemhandlingar där en logisk och samordnad hantering av installationerna säkerställs.

Rita vägguppställningar för lägenhet och hygienrum där alla små och stora saker som ska monteras i fast läge på väggar och i tak redovisas. Fundera över hur dessa ska samordnas för att få ett så lugnt och harmoniskt slutresultat som möjligt. Allt som kan döljas ska döljas. Kontrollera också att möblerbarheten inte påverkas mer än nödvändigt. Vikten av uppföljning under upphandlingsprocess och bygge kan inte nog understrykas. Att verkligen redovisa var allt hamnar på vägguppställningar och takplan är ingen självklarhet och måste därför drivas av beställare och projektledning.

Finns det möjlighet att på förhand eller tidigt i bygget uppföra en provlägenhet och ett provbadrum i fullskala med alla olika installationer på plats är det av stort värde. Att se det hela på plats kan ge aha-upplevelser. En utvärdering med eventuella justeringar kan sedan skickas med till det fortsatta bygget.

Extra höjd mellan bjälklag jämfört med i normala bostäder underlättar installationsdragningar. Sådan extra höjd är också en god förutsättning för framtida förändringar och nya/andra installationer. 2,70 meter från golv till underkant bjälklag kan vara ett bra mått. Det ger också generösa rumsvolymer där undertak inte behövs. I till exempel 20–30-talets flerbostadsbyggande var sådan rumshöjd det normala.

”Finns det möjlighet att på förhand eller tidigt i bygget uppföra en provlägenhet och ett provbadrum i fullskala med alla olika installationer på plats är det av stort värde.”

36. Dörrar och trösklar

I vård- och omsorgsboende får inga trösklar förekomma i de delar som utgör enskild eller gemensam bostad. Det kräver omtanke i planeringen. Brand- och ljudaspekter behöver tänkas igenom på ett tidigt stadium.

Lägenheterna är egna brandceller och ska dessutom avskärmas avseende ljud mot utrymmet utanför. Ett sätt är att ha en mekanisk tröskel infälld i lägenhetsdörren. Eller kan utrymmet utanför rent av räknas som en del av bostaden, fast delad med andra? Kan man tänka annorlunda när det gäller ljudkravet?

Till våtrummet får inte heller finnas tröskel. Golvet i våtrummet ska vara så gott som plant för att vara tillgängligt. Här krävs samordning i projekteringen och en noggrann uppföljning på bygget så att vattnet verkligen rinner mot golvbrunnen och inte åt något annat håll. Ju längre bort från dörren duschen med sin golvbrunn kan placeras desto lättare blir det att hantera lutningarna.

Vid ytterdörrar och dörr till uteplats ska övergången ute/inne helst utföras helt utan nivåskillnad, eller max någon centimeter, tröskeln inräknad. Skarpa kanter i tröskeln avrundas eller fasas för att den boende ska kunna ta sig ut och in på egen hand med rullator eller rullstol. Detta är en byggteknisk svårighet och kräver särskilda detaljritningar samt eventuellt en anpassning av dörren. För byggaren är ett sådant utförande långtifrån en självklarhet och just denna detalj kräver noggrann uppföljning. Skydda gärna sådana dörrar med skärmtak eller annat. Vid ytterdörrar kan det vara bra att lägga värmslingor i marken för att undvika isbildning. Dörrbladet sveper strax ovan markbeläggningen och blir känsligt för grus och andra hinder.

37. Dörrar, låsning, stängning och öppningsautomatik

Inom det här fältet går teknikutvecklingen väldigt snabbt. Förhoppningsvis blir lösningarna allt smidigare både att installera och använda. Samtidigt som man vill ha kontroll över vilka som rör sig in och ut och känna sig säker på att ingen försvinner i obevakade ögonblick är det ju så att ingen får låsas in. Dessutom ska alla kunna ta sig ut i en nödsituation. Resultatet kan bli att ett stort antal dörrar behöver någon form av elektronisk utrustning för att fungera på rätt sätt i olika situationer. Detta är ett viktigt ämnesområde att ta tag i redan i programskedet för att hitta en användarvänlig och kostnadseffektiv lösning.

Dörrar med dörrstängare blir per definition tunga och behöver därför, nästan utan undantag, ha automatisk öppning för att uppfylla kraven på tillgänglighet. Dörrstängare behövs då dörren sitter i gränsen mellan två brandceller. Det gör till exempel lägenhetsdörrar. Eller kan man se lägenhetsdörren som en intern dörr i den stora gemensamma bostaden? Diskutera med brandkonsulten!

Det finns dörrstängare som inte är aktiva i vardagslag men som får stängningsfunktion då brandlarmet går. De har en bra funktion i detta sammanhang men kostar lite mer och behöver således säkerställas i budgetarbetet om helhetslösningen beror på dem. Diskutera de olika alternativen ur kostnadsynpunkt med brandkonsulten.

”Dörrar med dörrstängare blir per definition tunga och behöver därför, nästan utan undantag, ha automatisk öppning för att uppfylla kraven på tillgänglighet.”

38. Brandskydd och frångänglighet

Frångänglighet är något som uppmärksammas alltmer. Vi gör byggnaderna tillgängliga så att det går att röra sig självständigt i dem om man är till exempel rullstolsburen. Men hur går det i händelse av brand? Kommer den boende också ut på egen hand då det behövs?

I vård- och omsorgsboende lutar man sig ofta mot att där finns personal dygnet runt som ska hjälpa de boende i en nödsituation. Det är viktigt att tillsammans med brandkonsult dels skapa en rimlig frångänglighet och dels upprätta brandskyddsplaner för personalen så att de är tillräckligt många på plats dygnet runt och vet hur de ska agera.

De byggregler som gäller fr.o.m. 2012 kräver till skillnad från tidigare alltid sprinkling av vårdbostäder.

Ta in en brandkonsult tidigt i projektet. Det finns anledning att ta ställning till hur boendet ska sprinklas i ett inledande skede. Detta kan i sin tur påverka hur öppen en planlösning kan vara och om lägenhetsdörrar behöver dörrstängare eller inte. Kostnader och funktioner kan vägas mot varandra. Brandskyddet påverkar inte sällan planlösningen för en bostadsenhet.

39. Teknik utöver det vanliga

I vård- och omsorgsboende kan betydligt fler tekniska installationer än i ordinarie boende förekomma. Det pågår också en intensiv teknikutveckling på hjälpmedelsfronten, inte minst vad gäller IT.

Sprinkler är något som verkligen syns och behöver omsorgsfull planering för att störa bomiljön så lite som möjligt. Det förekommer att man installerar kyla för att kunna reglera temperaturen under de varmaste dagarna. Det innebär ytterligare ett rörsystem som ska samordnas med övriga installationer. Att integrera kyldonen i bostadsmiljön är en utmaning både med avseende på hur det kommer att se ut och eventuellt drag. Kylning ger en ökad energiförbrukning och är ovanlig i bostadssammanhang. Undvik kylning.

Eventuell centraldammsugare är också ett rörsystem som ska samordnas med övriga installationer. Bevaka placeringen av centraldammsugarens uttag. Sopsuganläggning är ett sätt att bli av med soporna i sopnedkast på våningsplanen vilket kan spara många steg för personalen. Det förutsätter dock att det finns hämtning med sopsug på orten (se 45).

Bredband, TV och telefoni utvecklas snabbt och installationsmässigt gäller det att planera för att kunna ta emot och använda kommande teknik.

Brandlarm, kallelselarm och låsning är andra tekniska system som i den här typen av boende genererar tablåer och annat att integrera i bostadsmiljön.

Allt detta är sådant man behöver ta ställning till i ett tidigt skede och noga samordna i projektering och bygge (se 35).



En ljuslist i golvsöckeln hjälper till att visa vägen mellan säng och toalett på natten.

40. Den enskilda lägenheten

Den enskilda lägenheten brukar bestå av köpprum, hygienrum och ett bostadsrum. Här ska man, enligt bygglagstiftningens intentioner, kunna stänga dörren och leva ett självständigt liv. Delar av funktionerna för matberedning, måltid och samvaro är förlagda till den gemensamma delen av boendet och är därför minimerade i den enskilda delen.

Kraven på funktionsmått i lägenheten bör här vara utökad tillgänglighet, d.v.s. ”Höjd nivå” enligt Svensk Standard. Därtill kommer mått genererade av arbetsmiljökrav kring säng och i hygienrum.

Lägenheten hyrs med eget kontrakt och den boende är berättigad till bostadsbidrag om inkomsten inte räcker till. Den boende möblerar med eget bohag bortsett från sängen som av arbetsmiljöskäl brukar tillhandahållas av boendet.

Entrédörren

Utformningen av entrén till den enskilda lägenheten ska signalera att man går hem till sig, till sitt eget. Att ge den karaktären av en ordinär lägenhetsdörr i trapphus är ett enkelt sätt. Dörren kan också markeras med en egen belysningsarmatur och/eller en nisch. I denna dörr går gränsen mellan den gemensamma bostaden och den enskilda.

Det är vanligt att verksamheten vill ha möjlighet till sängtransport genom dörren. En säng kan vara upp till 1,1 meter bred inklusive all utrustning. En alltför bred dörr blir dock tung och svårhanterlig och behöver delas upp i gångdörr plus sidoparti.

Lägenheten är en egen brandcell och dörren ingår i skyddet mot brand- och rökgas spridning. Den ska alltid vara stängd, precis som i vanliga trapphus. I denna typ av boende kan det i praktiken vara så att dörren står öppen. Om dörren förses med dörrstängare blir den per definition en tung dörr och behöver ha automatisk öppning för att betraktas som tillgänglig. Ett alternativ är



Varje lägenhetsdörr har en egen nisch i koridoren.

en s.k. freeswingstängare som stänger dörren automatiskt om brandlarm utlöses (se 37 och 38). Dörren ska också avskärma ljud vilket ställer krav på täthet. Det innebär en komplikation då dörren inte får ha tröskel (se 35).

Att förse dörren med hotellås löser många problem kring nycklar och integritet. Här går utvecklingen snabbt framåt.

Det finns många faktorer som driver upp kostnaderna för lägenhetsdörren och dess olika funktioner. Ett tidigt helhetsgrepp kring brandsäkerhet, ljud och låsning kan ge en säkrare kostnadsstyrning. Målet är förstås högsta användarvänlighet för den som bor i lägenheten.

Kapprummet

Det är eftersträvänsvärt att kapprummet rymmer såväl garderober, pentry som dörren till hygienrummet. Då sammanfaller respektive funktionsyta och lösningen kan bli yteffektiv. På så vis avlastas bostadsrummet som blir mer renodlat och lättare kan möbleras efter tycke och smak.

En garderobsvägg med skjutdörrar som ger en öppning på minst 80 cm ger god tillgänglighet till förvaringen och med en genomtänkt inredning blir det ett effektivt utrymme. Det kan med fördel vara djupare än ordinarie 60 cm för att erbjuda bättre förvaring. Glöm inte inredningen i skjutdörrsgarderoben.

Någon har sagt att kapprummet är lägenhetens garage. Här förvaras ofta rullatorer och andra hjälpmedel.

Hygienrummet

”Aldrig har vi haft så många toaletter och aldrig har vi förbrukat så mycket blöjor som nu i äldreomsorgen” (Thyra Frank, vårdhemmet Lotte, Danmark.)

Hygienrummet i den enskilda vård- och omsorgsboendebostaden är platsen där arbetsmiljö och boendemiljö ska förenas i en väl fungerande helhet. Samhällets krav på utformning och utrustning formuleras av bygglagstiftning och arbetsmiljölag samt av bestämmelser för hygien i omsorgsarbete.

Utökad tillgänglighet, d.v.s. funktionsmått enligt ”Höjd nivå” i Svensk Standard bör tillämpas genomgående. Arbetsmiljöverket har formulerat måttkrav på de arbetssituationer som är vanliga på just denna typ av arbetsplats. Skriften *Särskilt boende för äldre – Arbetsmiljö* finns att hämta på verkets hemsida. Observera att måtten ofta inte överensstämmer med varandra. De avser två skilda funktioner, den boendes och arbetstagarens.

Till detta kan läggas hela den frågeställning som behandlas i fundering 20: Vilken inredning och vilka mått betjänar egentligen den boende bäst? Är ”arbetsmiljömåtten” rentav dåliga för en skröplig person? Innebär de att tiden då den boende klarar sina toalett- och hygienbestyr på egen hand förkortas? Kring detta pågår forskning, bl. a. vid Centrum för Hälsa och Byggnade vid KTH.



”Aldrig har vi haft så många toaletter och aldrig har vi förbrukat så mycket blöjor som nu i äldreomsorgen” (Thyra Frank, vårdhemmet Lotte, Danmark).

Hygienkraven och vilken utrustning de genererar i den boendes privata wc/dusch varierar i allra högsta grad beroende på vilken kommun eller organisation som är beställare. Allt från inget extra alls, över att behållare för tvål, handsprit och pappershanddukar monteras till att det ska finnas plats för förvaring av skyddskläder för personalen i hygienrummet förekommer.

Utmaningen är att inte sprida smitta från en boende till en annan via personalen. Det handlar om hur personalen arbetar och hur handhygien sköts. En del verksamhetsansvariga tycker inte det är något problem alls, att det ”bara” är en fråga om ordning och reda i arbetet medan andra tar till alla medel som finns för att säkerställa hygien. Här finns en koppling mellan arbetssätt och hur utrustningen ska vara beskaffad. Diskutera igenom detta i ett tidigt skede! Medicinskt ansvarig sjuksköterska har ansvaret för denna fråga. Ur bostadsperspektivet finns aspekter kring integritet. Den boende betalar hyra för sin bostad – var går gränsen för rätten till det egna badrummet?

Det förekommer allt oftare att personlig småtvätt sköts i tvättmaskin i den egna bostaden. Tänk på att maskinen ska vara tillgänglig och att det ska finnas torkmöjlighet (se 20).

”Hur hävdar man bostadsmiljökvaiteter i detta rum?”

Hur hävdar man bostadsmiljökvaiteter i detta rum? Materialval och inredningsdetaljer liksom belysning spelar förstås roll. Golvet brukar, i de allra flesta fall, bli en halkskyddande plastmatta. Smårutig klinkermosaik, där fogarna ger bra halkskydd, kan vara ett alternativ, särskilt om man också vill ha golvvärme. Golvet färg får inte kontrastera mot golvet i intilliggande utrymme.

Kakel på väggarna ska vara matt då reflexer kan bli förvirrande för dementa. Även spegeln kan vara ett problem för dementa och bör därför vara möjlig att demontera. Toalett bör kontrastera mot bakomliggande vägg. Också handfatet ska vara lätt att upptäcka. Ge väggen en färg som skänker stadga och karaktär åt rummet. Överväg om alla väggar måste vara helt kaklade eller om annat väggmaterial kan användas för att minska badhuskänslan och öka intimiteten. Ett extra förvaringsskåp i badrummet kan hjälpa till att hålla ordning och reda. Ett 40 cm brett högsåp rymmer många dagars förbrukning av inkontinensskydd och minskar behovet av förråd på annat håll.

Funderingar liknande dem i fundering 20 kring att hitta mervärden i hygienrummet är på sin plats. För att hålla nere storleken på de enskilda badrummen kan man eventuellt ha ett separat gemensamt badrum/spa som är bekvämt att vara i vid till exempel duschning på duschvagn.



Pentryt har med genomtänkta, enkla medel blivit ett tillskott i bostadsrummet.

Pentryt

Pentryts vara eller inte vara i den enskilda lägenheten brukar diskuteras. Bygglagstiftningen kräver att det ska vara möjligt att bereda mat i den enskilda lägenheten. Undantag görs för dementa, hos dem räcker det att det är förbättrat för inredning och utrustning för matlagning.

Argumenten mot pentrytinredning handlar om kostnader i kombination med att de faktiskt inte används. Eller att de till och med är farliga för de boende som kan glömma spisen på eller bränna sig på plattor. Följden blir lätt att pentryt behandlas som ett nödvändigt ont och inte blir en bidragande kvalitet i bostadsmiljön.

Här visas två exempel på hur ett pentryt i lägenheten utformats med omsorg och då bidrar till hemkänslan. Argument som talar för pentryt är bland annat att de skapar igenkänning och trevnad. De uppskattas också av anhöriga. För personalen kan det underlätta med en vask. En kyl där till exempel näringsdrycker kan förvaras inför natten underlättar för den ensamma nattpersonalen. Det finns flera sätt att hantera farorna med pentryt till exempel att kunna bryta strömmen eller ha timer.



Med omsorgsfull utformning bidrar pentryt till hemkänslan.

Rummet

Tänk efter hur du själv skulle vilja ha det i denna din sista bostad. Många av oss blir nästan helt hänvisade till just det här rummet den sista tiden i livet. Var mån om dess kvaliteter!

Rummet ska ha bra dagsljusbelysning. Fönster som sitter på max 60 cm höjd från golvet ger god utblick för den som är sängliggande. Burspråk gör dagsljuset i rummet rikare och ger vidare utsikt. Den möjlighet till utblick längs fasaden som ett burspråk ger innebär, i alla fall i stadsmiljö, mer att betrakta. Generösa fönster med generösa fönsterbänkar är alltid en kvalitet. Något intressant att studera på nära håll där ute och något att fästa blicken på mer i fjärran bidrar starkt till hur rummet upplevs. Solavskärmning och möjlighet till vädring på ett säkert sätt ska också finnas.

Undvik så långt som möjligt fasta tekniska installationer och attiraljer. Till och med fast installerad anordning för taklift kan ifrågasättas med bostads-kvalitet som förevändning.

Målning eller tapetsering ger olika karaktär. Tapet ger mer direkt hemkänsla. Målning kan upplevas som neutralare och är eventuellt lättare att underhålla. Det flyttas ofta ut och in i dessa bostäder. Människor med olika tycke och smak avlöser varandra som hyresgäster. För dementa kan tapeter med stark mönsterverkan vara störande. Däremot kan det vara ett stöd för rumsuppfattningen om väggarna i rummet har olika färgton.



Ett rum att leva i.

Planera belysningen så att valmöjlighet finns mellan starkt ljus och ”mysbelysning”. Eluttag ska sitta i bekväm höjd. Ledljus som tänds av rörelsevakt kan vara en hjälp att finna vägen till toaletten på natten.

Golvet i bostadsrummet får inte kontrastera mot badrumsgolv eller golvet i det gemensamma utanför lägenheten. Stark kontrast kan upplevas som håll eller nivåskillnad av dementa och därmed skapa problem då de ska ta sig fram. Valet av material och färg på golv är avgörande för rummets karaktär.

Uteplats / balkong

Uteplats eller balkong i anknäring till den enskilda bostaden brukar ifrågasättas. Anledningen är säkerhetsaspekten då det är svårt för personalen att hålla uppsikt. Dementa kan många gånger ha en drift att ta sig ut, ge sig iväg, samtidigt som de förlorat förmågan att bedöma vad som är farligt för dem.

För många skulle uteplatsen förstås vara ett plus. Tänk att, trots att man blivit sängbunden, kunna rulla ut sängen där en skön sommardag. Kan man inte ordna enskilda uteplatser är det desto viktigare med en rejäl gemensam uteplats i anslutning till kök och vardagsrum som är lätt för personalen att hålla uppsikt över (se 41, Uteplats på våningplanen).

Bostad för par

Ett par där båda bedöms ha behov av vård- och omsorgsboende har rätt att bo tillsammans i samma rum eller i samma boendeenhet.

Ett enkelt sätt att ordna så att par kan bo ihop är att förbereda för eller bygga en dörr mellan två enkelrumsbostäder. Då kan de välja mellan att dela sovrum och dela vardagsrum eller att bo i varsitt rum. Ett annat sätt är förstås att bygga dubletter. Att lösa frågan om kontrakt och besittningsrätt då en i paret dör är en grannliga uppgift. Dubletten bör helst kunna frigöras för nya par. Det kan också vara ett problem att ha dubletter som inte efterfrågas eftersom hyran är högre för en större bostad.

I Löjtnantsgården i Stockholm, en fastighet där olika boendeformer blandats, har man valt att på några ställen lägga en vård- och omsorgsbostad med intern dörr till en ordinär lägenhet med tanke på par där den ene är friskare



Från trygghetsbostaden går en dörr direkt till vård och omsorgslägenheten där maken bor.

än den andre. Paret kan leva tillsammans i den utsträckning de vill och orkar. Dörren kan vara stängd till exempel på natten eller om den pigga i paret är ute på stan eller bortrest. Personalen har ju ansvaret för den som bor i omsorgslägenheten. Kontraktet är utformat så att änkan/änklingen måste flytta då den andre går ur tiden men då kunna få en annan lägenhet i huset om så önskas (se 48).

Det är inte alltid en bra lösning för den piggare i paret att fortsätta dela boende då den andre blivit dålig. Det kan vara oerhört tungt och kanske skulle hon (som det ännu oftast är) som är piggare egentligen behöva vila från omvårdnadsansvar och se över sitt eget liv. I Löjtnantsgården finns också de som valt att bo i fastigheten men inte dörr i dörr med sin partner.

41. De gemensamma delarna i boendet

Gemensamt kök och matplats, vardagsrum och uteplats ska helst ligga i ett sammanhang med god överblick för personalen. Överblicken innebär att de som vistas här känner sig sedda och därmed trygga. Hit ska de boende lockas och hitta lätt. Detta är också en del av bostaden, kanske den viktigaste till och med.

Här ska finnas ett rikt och varierat dagsljus, en hemlik belysning på kvällen och en varm och inbjudande färgsättning och möblering. Det är en balansgång att ha tillräckligt stora ytor samtidigt som rummen ska vara intima och ombonade, men med en omsorgsfull planering, färgsättning och möblering går det att åstadkomma.



Här ser man från umgängesplatsen i korridoren genom TV-rummet till köket.



Köket ingår i bostaden och tillhör de boende. Här ska personal hantera mat på ett bra sätt.

Köket – verksamhetens hjärta?

Formen för mathantering i vård- och omsorgsboendet styr kökets storlek och utrustning. Får man dit varm mat transporterad med bil eller får man dit kyld mat? Eller lagar man rentav maten själv, någonstans i huset eller i avdelningsköket?

Färdig mat som kommer med bil, varm eller kall, ska tas emot och sedan hanteras på rätt sätt från varumottagning till tallrik. Den logistiken ska lösas.

Köket är en del av hyresgästernas gemensamma bostad och rent principiellt ska de och deras vänner ha tillgång till det. Här finns konfliktpunkter vad gäller hälsa och hygien och bestämmelser kring mathantering. Ofta vill man också känna sig säkra på att någon av de boende inte i ett oönskat ögonblick, till exempel på natten, gör sig illa på knivar, spis eller annat i köket.

Allt oftare görs köket låsbart och får egentligen bara beträdas av personal. ”Det är EU-regler” säger man.

Det finns dock inga regler som säger att köket måste vara låst. Mathantering och hygien godkänns efter hur kvalitetsplanen för arbetet med maten är uppbyggd och där ingår inte avskilt utrymme för matlagning som en förutsättning.

Detta är alltså en programfråga att planera i samordning med hur mathanteringen är organiserad. Om köket är låst kan man inte ta ut hyra av de boende för detta då det i så fall inte ingår i bostaden. Dessutom måste man ordna med ett extra kök som är tillgängligt för de boende och deras anhöriga. Köksutrustningen i den enskilda lägenheten är reducerad med hänvisning till ett gemensamt kök dit den boende ska ha tillträde.

För hemkänsla och igenkänning är aktiviteterna i köket viktiga oavsett om man kan delta i dem eller inte. De ger dagen rytm och innehåll med ljud och dofter. Ett boende utan köket som en tillgänglig centralpunkt har väl förlorat lite av sitt hjärta?

Matplatsen

Matplatsen ska ligga i direkt anslutning till köket och gärna i öppet förhållande med detta för god överblick för personalen. Matplatser beräknas för antalet boende på enheten, samtliga med rullstol, och lika många hjälpare (utan rullstol). På så vis erhålls det extra utrymme för stora rullstolar och andra hjälpmedel som behövs. Matbordet ska vara minst en meter brett för att ge tillräckligt djup för motstående rullstolar.



Vid matplatsen tillbringas mycket tid, båd vid måltider och andra verksamheter under dagen.

Det är bra att kunna fördela platserna på flera bord. Något bord kan gärna stå lite för sig då bordsvanorna hos de boende varierar. En del har stort behov av ordning och prydlighet medan andra lever bortom sådana begrepp eller inte förmår klara av det. Matplatsen ska ha hemlik och varm karaktär med bra och vänlig belysning samt god akustik.

Matplatsen används för andra verksamheter mellan måltiderna. Här vistas man mycket.

Vardagsrummet

Vardagsrum ska ligga i direkt anslutning till matrum och kök. Många boende vistas mer i det gemensamma vardagsrummet och köket än i sina enskilda lägenheter och då är det viktigt för tryggheten att känna sig sedd. Här ska olika samtal kunna försiggå samtidigt och här ska man kunna titta på tv. Rummet ska kunna möbleras i några mindre grupper.

TV ska placeras avskilt så att man kan välja om man vill titta på den eller inte. Ljudproblematiken kan lösas med hörselslinga och portabla talförstärkare.



En god och varierad dagsljusbelysning är av stor vikt då mycket tid tillbringas här. Fönster mot flera väderstreck ger ett mjukare ljus. Undvik bländning. Även elbelysningen ska planeras så att den går att modifiera efter olika möbleringar. Generellt takljus måste kunna tonas ned till förmån för lokala, rumsskapande belysningar.

Uteplats på våningsplanen

För bostäder i entréplan kan uteplatsen med fördel vara en avgränsad del av den gemensamma gården (se 27). För bostäder en trappa upp eller mer är det viktigt med en rejäl balkong så att de boende kan vistas utomhus spontant. Uteplatsen placeras i anslutning till vardagsrum, matplats och kök för att ingå i det område där personalen har ständig överblick.

Uteplatsen ska vara rymlig eftersom de flesta vill komma ut med rullstolar och rullatorer under vackra dagar och då ska få plats samtidigt. Helst ska man kunna välja mellan sol eller skugga. Utforma dörr och tröskel för god tillgänglighet (se 36). Balkonger ska inte placeras så att de till stor del skuggar vistelse-



Stora balkonger som kan ta del av gårdsmiljön finns på plan två och tre.

rum under och innanför. Det begränsar både dagsljus och utsikt från dessa.

Planera för grönska, kanske kan klätterväxter nå hit från gården? Räcknet ska vara genomsiktligt men ändå tydligt avgränsande för att skapa trygghet. Inglasning helt eller delvis förlänger säsongen och ger vindskydd.

Korridoren som kvalitetsyta

Korridorer borde helt undvikas men dit är det svårt att nå. Ju färre bostäder som ska länkas samman desto lättare går det (se 34). Långa korridorer som inte är annat än transportsträckor ska inte förekomma. Korridoren är en väsentlig del av den gemensamma bostadsytan och ska erbjuda både förflyttning mellan intressanta händelser och platser att vistas på. Den ska vara en behaglig och händelserik del av helheten att röra sig i. Att locka till rörelse är viktigt.

Dagsljus och utblickar, gärna i kombination med sittplatser, ger förflyttningen liv och mening. En korridorände kan formas som en ljus plats att vistas i med utblick i omgivningen och flödande ljus på dagen. På kvällen kan en medveten ljussättning ge platsen karaktär och skapa inbjudande rumskänsla.



Korridor med dagsljus, utblick, sittplatser och vackra material.

”Den ska vara en behaglig och händelserik del av helheten att röra sig i.”

Att ha visuell kontakt med ett gemensamt vardagsrum och kök och att veta att man blir sedd av de som finns där är kvalitet. Utrymmen som vetter mot korridoren ska i stor utsträckning vara öppna eller ha glaspartier och fönster som förmedlar dels dagsljus och dels en glimt av verksamheten därinne. Lägenhetsentréer ska vara tydliga, lätta att hitta och känna igen. En halvprivat zon kring entrén kan skapas med färgsättning och belysning. Detta för att skapa en möjlighet att stanna upp och överblicka innan man från den enskilda bostadsdelen kliver ut i gemenskapen (se 40, Entrédörren).

En del dementa behöver kunna gå mycket. Det kan handla om många kilometer och t.o.m. mil per dag. Planera för meningsfulla rörelsemönster för dem. Kanske kan de röra sig över flera enheter, samråd om det med verksamheten.

Ett tidigt samråd med brandkonsult, redan i programskedet, om hur korridoren delvis kan möbleras och användas som vistelseyta samt om hur öppenhet mellan kommunikationsytor och gemensamt vardagsrum/matrum/kök kan upprätthållas är angeläget. Med samordning av målsättningar i ett tidigt skede finns större möjlighet att nå hela vägen fram.

42. Tvätt

Att småtvätt utförs i den enskilda lägenheten börjar bli allt vanligare. Det finns fördelar med det, tvätt blandas inte ihop och det blir lite mer aktivitet i den egna bostaden. Nackdelen är de många maskinerna som ska hållas i funktion och som tar en del plats funktionsytorna inräknat. Tvätten ska också torka vilket tar plats.

Det finns tvättmaskiner som både tvättar och torktumlar i en och samma maskin. Tvätt och torktumlare bör stå på 30–40 cm förhöjning för att vara tillgängliga från rullstol eller rullator.

Det finns också tvättmaskiner som automatiskt doserar tvättmedel, vatten och program anpassat efter den aktuella tvättmängden. Det gör det enkelt att tvätta kläderna individuellt i den gemensamma tvättstugan. En tvättstuga per enhet hindrar bakteriespridning mellan enheterna och kan begränsa utbrott av till exempel vinterkräksjuka.

Sopnedkast eller motsvarande ska finnas i eller i direkt anslutning till tvättstugan. Möjlighet till grovtvätt bör finnas i ett vård- och omsorgsboende. En del boenden håller sina hyresgäster med sänglinne som skickas på tvätt. Logistiken för transport av smutsig och ren tvätt in och ut ur huset måste lösas.



Moderna maskiner som doserar automatiskt efter tvättmängd.

43. Städ

Hur städningen är organiserad styr behovet av städutrymmen, deras placering och inredning. Alltså bör också detta tänkas igenom och beskrivas redan i programskedet. Städmetod påverkas av valda ytskikt, framförallt golvmaterial (se 32, Golv).

Såväl städning i de enskilda lägenheterna som städning av gemensamma ytor sköts vanligen av verksamheten, även om städning i lägenheterna rent principiellt är den boendes ensak. Städskåp med plats för enskild städutrustning, dammsugare, skurhink m.m., kan finnas i respektive lägenhet och ingår i begreppet fullvärdig bostad.

Ofta väljer man istället en gemensam lösning för all städning, såväl i enskilda som gemensamma delar av boendet. Det sparar utrymme och tid sett över helheten och ger en bättre kontroll av hygienien.

En centraldammsugare är hygieniskt effektiv och en förhållandevis tyst och arbetsmiljömässigt skonsam lösning. Den kräver installationer och lämpligt placerade uttag som måste samordnas i projekteringen. Utrymme för en 8–12 m lång slang ska då finnas på varje enhet. Dammbehållare och motor med insug direkt från fasad ska också ha en plats.

För att kunna våttorka utan risk för spridning av bakterier mellan de enskilda bostäderna kan individuella moppar som tvättas i tvättmaskin förvaras i ett gemensamt städutrymme.

44. Skölj

Varje boende har i sin bostad ett hygienrum väl rustat för att klara den personliga hygien, med eller utan hjälp. Ett särskilt sköljrum ska därför inte behövas. Spring med bäcken och annat ska inte förekomma i bostadens gemensamma delar, varken i korridoren eller i andra rum. Detta för att värna om bostadsmiljön och undvika institutionskaraktär. Det är också en fråga om integritet och en omsorg på de boendes villkor. I kombination med god handhygien minskas dessutom risken för smittspridning.

45. Källsortering och sophantering

Källsortering ska ha en bra logistik och kräver utrymme. I det gemensamma köket för en enhet ska sortering i relevanta fraktioner kunna ske på ett smidigt sätt. Dimensioneringen beror på hur ofta det källsorterade tas till en gemensam uppsamlingsplats. Här handlar det om hur hela boendet är organiserat och återigen om att spara stegen för personalen. Riskabelt avfall som kan uppstå i vårdverksamheten kräver ett säkert omhändertagande.

Hantering av det som inte kan källsorteras, sophantering, ska också ha en bra logistik. Inkontinensartiklar är en stor andel av soporna, ibland hanteras de för sig, ibland tillsammans med övriga sopor. Ur de boendes och ur personalens synpunkt är det viktigt att snabbt, enkelt och på nära håll kunna göra sig av med soppåsen i till exempel ett sopnedkast. Sedan återstår att planera hanteringen från sopnedkastet och ut till sopbilen. Behövs ett kylt soprum? Var ska det ligga? Hur kommer soporna från soprummet till sopbilen – sköts det av personalen i boendet eller av sophämtningen?

Hur källsortering och sophantering bäst löses varierar förstås stort med antal boende och med hur sophantering är löst i kommunen. På de orter där det är möjligt att installera en sopsuganläggning (se 39) är det ett bra alternativ.

Att spara tid och steg för vård- och omsorgspersonal som ska hantera soporna, att säkra en god och lättskött hygien i samband med sophantering, att i alla lägen undvika att obehaglig lukt uppstår och att spring med soppåsar i boendets gemensamma delar begränsas så långt möjligt, är frågor som behöver tänkas igenom i ett tidigt skede för en bra helhetslösning.

46. Logistik, transporter in och ut

Angöring för färdtjänst och parkering för personal och besökare ska ordnas på ett bra sätt. Även handikapparkering ska finnas. Gångavstånd ska vara korta och tillgängliga. Ramper ska inte luta mer än 1:20. Allt som lutar mer än 1:40 är inte plant och kräver ramp. En ramp ska vara tydligt markerad och ha kanter och räcke. Detta behövs för att man ska våga ge sig iväg ut med rullator.

Det blir mycket varutransporter, mat, linne, engångsartiklar och hjälpmedel till enheten. Det kan vara bra att ta dessa genom en annan entré än huvudentrén. På en mindre ort kan det däremot ge lite liv och rörelse vid huvudentrén. Varorna ska också transporteras på ett smidigt sätt inne i huset.

Ambulans och transport av avlidna personer är också vanligt förekommande. Tänk igenom hur det kan skötas på ett värdigt sätt.

Sophantering får man ofta arbeta mycket med för att hitta en bra lösning (se 45). En ledstjärna ska vara att spara vårdpersonalens steg. De behövs främst för vård och omsorg.

”Allt som lutar mer än 1:40 är inte plant och kräver ramp.”

47. Gemensamma delar kopplat till boendet

Beroende på boendeenhetens storlek finns alltid anledning att fundera över om annat än själva boendefunktionen ska kopplas till anläggningen. Det behövs alltid några kompletterande rum för aktiviteter som kan anpassas till behoven i huset. Ibland används de som målarverkstad, ibland som extra matsal och ibland för någon annan aktivitet som kräver eget utrymme. Eller kan man omvänt tänka att boendefunktionen kan kopplas till andra funktioner som redan finns i samhället?

- › Hårvård och fotvård som riktar sig både till boendet och till omgivningen?
- › Bad/spa/karbad?
- › Större samlingslokal för rörelseträning, dans, allsång och annat som kan användas både av boendet och omgivningen?
- › Dagverksamhet för dementa som bor kvar i ordinärt boende?
- › Cafeteria/restaurang?
- › Lokaler för stadsdelens pensionärer?
- › Koppling till skola, dagis, bibliotek eller annat?



Den gamla tennishallen är direkt kopplad till vård och omsorgsboendet. Här finns restaurang för allmänheten och ett antal klubblokaler för stadens pensionärer. Restaurangköket lagar all mat till de 63 som bor i huset.



DEL 5

GODA EXEMPEL

- 48. Blandade boendekategorier i Stockholm
- 49. Om- och tillbyggnad i Bjuv
- 50. T-märkning i Göteborg

48. Blandade boendekategorier i Stockholm

Löjtnantsgatan 8 på Östermalm i Stockholm är en fastighet nyligen uppförd av Immanuelskyrkan genom det av kyrkan ägda fastighetsbolaget Probitas. Bostäderna är ordnade kring en rund, gemensam gård. Huset är i 6 våningar plus ett suterrängplan. Här är en vision om att göra gemenskap mellan olika kategorier av boende möjlig satt i verket.



Gården är gemensam för alla som bor i huset.

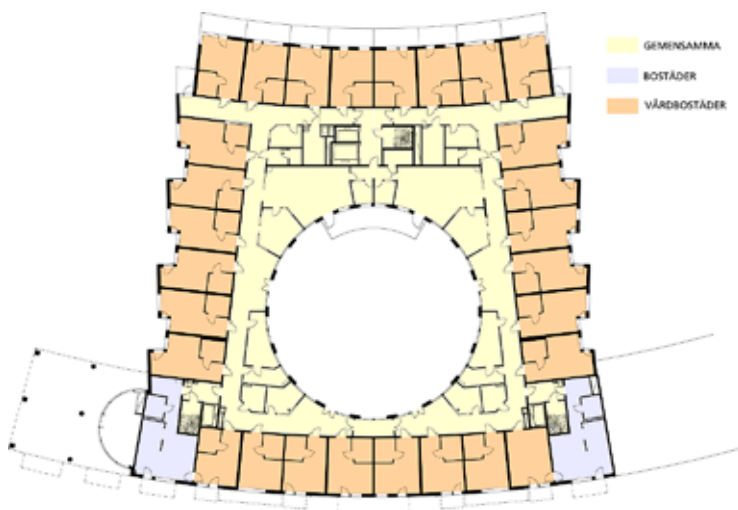
En stor del av huset disponeras av Löjtnantsgården som är ett vård- och omsorgsboende med sammanlagt 54 lägenheter, fördelat på 26 demens- och 28 sjukhemsplatser.

I huset finns också 10 studentlägenheter samt 54 helt vanliga hyreslägenheter, i storlekar från 1 till 4 rum och kök, anpassade för äldre. De förmedlas av bostadsförmedlingen enligt gällande regler. Fyra av hyreslägenheterna kan med en dörr kopplas direkt till en bostad i vård- och omsorgsboendet. Det gör det möjligt för par där den ena är frisk och den andre bor i vård- och omsorgsboendet att i den mån de vill och önskar ändå leva ett gemensamt liv. Då den ene i paret avlider erbjuds den överlevande en annan bostad i huset. De kopplade lägenheterna går till nya par i motsvarande belägenhet.

Alla som bor i huset delar den gemensamma gården och gemensamma lokaler som samlingshall/rörelserum med tillhörande pentry, bastu- och karbad, andaktsrum och konferensrum/lokal för föreningsaktiviteter. Alla som bor i huset eller besöker det går in genom samma entré.

Planlösningen av vård- och omsorgsboendet gör korridoren till en kvalitetsyta. Den löper så att den i långa stycken har direkt kontakt med gården genom sällskapsplatser i korridoren och genom uppglasade väggar eller helt öppna förhållanden till gemensamt kök, tv-rum och vardagsrum som i sin tur vetter mot gården. De enskilda lägenheterna har alla sina fönster ut mot stadens gator. Ett våningsplan kan antingen disponeras som 14+14 lägenheter eller som 9+9+8 lägenheter.

Huset är ritat av ÅWL arkitekter AB.



Ett våningsplan med vård- och omsorgsbostäder.

49. Om- och tillbyggnad i Bjuv

Mangårdsbyggnaden är ett kulturmärkt tegelhus som byggdes av godset Vrams Gunnarstorp i Bjuv under slutet av 1800-talet. Det byggdes som ett servicehem där godsets anställda fick bo på ålderns höst.

Byggnaden är nu ombyggd och tillbyggd och rymmer 24 vård- och omsorgsbostäder i tillbyggnaden samt 12 platser för korttidsvistelse i det gamla huset som även rymmer tillagningskök där all husets mat tillagas.



Kök och vardagsrum är en ljus och vacker helhet, lätt att nå för alla och trevlig att vistas i.



Planlösningen är orienterad kring några vackert planterade gårdar. De ger fina utblickar och dagsljus till korridor och gemensamma ytor. De erbjuder också trygg utevistelse.

Tillbyggnaden är organiserad kring interna gårdar som är omsorgsfullt gestaltade trädgårdsrum. Gemensamma utrymmen och kommunikationsytor vetter mot gårdarna med många möjligheter att gå ut och in. Det är behagligt att röra sig här, dagsljuset flödar och de gemensamma rummen har högt i tak. De stora fönstren har djupa nischer i sitt höjd. Rörelsen bjuder på upplevelser, det finns hela tiden utblickar över gård eller samvarorum. Möjligheterna till spontana möten är många och medvetet inplanerade. Här finns inga trista transportsträckor. Materialbehandlingen är enkel och konsekvent. Golvet är överallt, även i lägenheterna, i bambuträ. En låg panel i trä löper längs alla väggar och skänker tydlighet och harmoni. Färgsättningen går huvudsakligen i vitt men präglas av en enda gul kulör som står i samklang med golvet. Den finns på till exempel köksluckor och annan fast inredning. Samtliga dörrar är i trä.

Lägenheterna är små men upplevs som större tack vare de generösa, lågt sittande fönstren som tar in det omsorgsfullt behandlade uterummet. Pentryt är utformat med omsorg och berikar bostaden (se 40, Pentryt). Från några av lägenheterna kan man rulla sängen direkt ut på altanen.

Huvudentrén har fått drag av hotellobby, med kaffeautomat och olika sittgrupper. Här försiggår ofta umgänget med anhöriga på besök. Miljön är otvungen och barnen kan röra på sig utan att det stör. De har fått ett särskilt skåp med leksaker, pyssel och en dator att spela på.

Partnergruppen, en del av INOM (Innovativ Omsorg), är den privata aktör som genomfört bygget, ritade gjorde Marge arkitekter.



Bostadsrummet är i minsta laget. Ett generöst fönster med vacker utsikt kompenserar.

50. T-märkning i Göteborg

I Göteborg arbetar man med ”Handlingsplaner för uppdraget äldres boende” utifrån två övergripande mål:

- Äldre skall ges ökade möjligheter att bo ändamålsenligt i det ordinarie bostadsbeståndet.
- Antalet bostäder för äldre i olika boendeformer, s.k. mellanboendeformer, skall öka.

För att nå målen har ett antal strategier tagits fram:

- Strategi 1 – Öka kunskapen om äldres bostadsbehov och de fysiska förutsättningarna i bostadsbeståndet
- Delstrategi 1:1 – Utveckla behovsanalysen
- Delstrategi 1:2 – Öka takten med tillgänglighetsinventeringar
- Strategi 2 – Verka för normalisering
- Delstrategi 2:1 – Stimulera ökad flyttbenägenhet hos äldre genom satsning på kommunikation och information
- Delstrategi 2:2 – Verka för att äldre får tillgång till de mest ändamålsenliga bostäderna hos en och samma fastighetsägare
- Strategi 3 – Skapa förutsättningar för ett intensifierat arbete med tillgänglighet och höjd kvalitet i boendet för äldre
- Delstrategi 3:1 – Öka kunskapen och nytänkandet kring sätt att arbeta med tillgänglighet i befintligt bostadsbestånd genom särskilda projekt
- Delstrategi 3:2 – Utveckla rådgivningen avseende tillgänglighet i samband med bygglov och kvalitetskontroll
- Strategi 4 – Skapa förutsättningar för en snabb ökning av antal mellanboenden.
- Delstrategi 4:1 – Fokusera på strategiska områden där kommunen kan påverka tillskottet av mellanboenden

- Delstrategi 4:2 – Införa kommunala subventioner för personal och wgemenskapslokaler i trygghetsboenden
- Delstrategi 4:3 – Utveckla rådgivning och processtöd till medborgar-initiativ och byggherrar som tillsammans verkar för fler mellanboenden (citat ur Göteborgs Stad Fastighetskontoret, tjänsteutlåtande dnr 2788/11, Bilaga 1)

Några exempel på vad man har börjat genomföra följer här:

- Man har inventerat allmännyttans bostäder och tillgänglighetsmärkt, T-märkt, dem:

”T-märkning – tillgänglighet i befintligt bostadsbestånd – anger mark-lägenhet eller att hiss finns till bostad, inga eller låga trösklar och att badrummet är funktionellt när rollator ska kunna användas.”

Göteborgs stads kriterier antagna av fastighetsnämnden

11 procent av lägenheterna hos allmännyttan kunde T-märkas. Gissningsvis är situationen likartad hos många av Sveriges kommuner. Även det privata beståndet inventeras och T-märks nu i Göteborg.



Kriterier för att bo bekvämt

För varje boendeanternativ i den här broschyren finns en spalt med information om vad boendet har för standard. Då kan du själv välja vad du prioriterar. Utgångspunkten har varit att ta med kvaliteter som underlättar vardagen när man blir äldre.

Att något är tillgängligt i den här guiden betyder att du enkelt kan ta dig fram med rollator. Vi har gjort en uppställning med kvalitetskriterier, ● grönt för godkänt, ● rött för icke fullgott och ● grått där problemet inte är aktuellt.



TILLGÄNGLIGHET

- Hiss/marklägenhet
- Inga eller låga trösklar
- Funktionellt badrum
- Automatisk dörröppnare
- Jämn och bländfri belysning vid entré och allmänna utrymmen
- Funktionellt trapphus
 - kontrasterande ledstänger m.m
- Tillgänglig sophantering
- Tillgänglig tvättstuga
- Tillgänglig balkong/uteplats
 - 70 cm dörröppning, låg tröskel
- Tillgänglig utemiljö

GEMENSKAP OCH TRYGGHET

- Mötesplats utomhus
- Gemensamhetslokal inomhus
- Matsservering
- Tydlig skyltning
- Porttelefon/kodlås
- Tittöga
- Brandvarnare
- Säkerhetsdörr

SERVICE

- Avstånd till:
- Matbutik
 - Kollektivtrafik
 - Flexlinje
 - Bibliotek
 - Café/restaurang
 - Vårdcentral

Klippt ur "Bo bekvämt hemma".

Guldheden

CENTRUM

81



6 Dr Allards gata - hyresrätt

Hyresgästerna har en egen förening som är viktig för gemenskapen i huset. Föreningen ordnar fester och tillställningar. Här finns också en stor rekreationsavdelning, hobbyrum och bibliotek.

Allandhuset som stod klart 1992 ligger vid spårvagnens ändhållplats i södra Guldheden. Här har Poseidon 47 lägenheter med balkong. Det finns tvättmaskin och torktumlare till varje lägenhet och garage under huset med hiss direkt upp till våningsplanen. Breddband finns. Det finns en gästlägenhet att hyra för övermattande gäster. Poseidons husvärdar har kontor tvärs över gatan. Flexlinjen stannar utanför liksom den ordinarie bussen.

Bostäderna förmedlas via Boplatz Göteborg.



TILLGÄNGLIGHET

- Hiss/marklägenhet
- Låga trösklar
- Funktionellt badrum
- Automatisk dörröppnare
- Jämn och bländfri belysning
- Funktionellt trapphus
- Tillgänglig sophantering
- Tillgänglig tvättstuga
- Tillgänglig balkong/uteplats
- Tillgänglig utemiljö

GEMSKAP OCH TRYGGHET

- Mötesplats utomhus
- Gemensamhetslokal inomhus
- Matservering
- Tydlig skyltning
- Porttelefon/kodlös
- Tillsöga
- Brandvarnare
- Säkerhetsdörr

SERVICE

Matbutik	500 m
Kollektivtrafik	50 m
Flexlinje	0 m
Bibliotek	500 m
Café/restaurang	500 m
Vårdcentral	1 500 m

Klippt ur "Bo bekvämt hemma".

- Senior Göteborg har i samarbete med bland annat Boplats Göteborg (som förmedlar stadens bostäder) utvecklat guiden ”Bekvämt hemma – hela livet”. Guiden riktar sig till stadens äldre och blivande äldre. Den innehåller en systematisk genomgång av ett antal bostadsområden beträffande tillgänglighet och trygghet. Det är områden i såväl kommunal som privat ägo och även bostadsrätter ingår i inventeringen. Guiden fungerar som konsumentupplysning och är ett led i Strategi 2 ovan.
- Senior Göteborg har uppdragit åt Statistiska centralbyrån att undersöka hur göteborgare med trygghetslarm och/eller hemtjänst bor. Av dem

”... anger två av tre svarande att de inte kan nå sin bostad direkt från markplan. Hälften har tillgång till hiss men några anger att en halvtrappa försvårar möjligheten att använda hissen. Det framgår också av undersökningen att trappor och nivåskillnader ställer till problem både i och utanför bostaden och att tunga ytterdörrar är det vanligaste hindret för framförallt kvinnor i flerfamiljshus. De svarande har svårare att förflytta sig utanför än inne i bostaden. Hälften av de svarande besöker inga träffpunkter – varken förening, bibliotek, café eller gården utanför. För sitt framtida boende prioriterar man främst att kunna leva ett självständigt liv där vardagen fungerar. Då är enkla åtgärder i entréer och i utemiljön av stor betydelse liksom att det finns tillgängliga gemensamhetslokaler i närmiljön.”

Antagligen speglar detta ganska väl hur läget är runt om i landet. En förbättring av tillgängligheten hela vägen från gatan in till lägenheten kan höja livskvaliteten för väldigt många sett i ett längre perspektiv. De insatser man gör nu kommer ju att bestå. Kundunderlaget blir betydligt större för den hyresvärd som kan erbjuda ett tillgängligt boende. Det pågår också ett beredningsarbete för att införa kommunala subventioner till trygghetsbostäder. Man räknar med att det i slutändan ska leda till besparingar eftersom trygghetsboende minskar trycket på vård- och omsorgsboende.

Liknande arbeten som det i Göteborg med att försöka styra mot att äldre får möjlighet att bo så att det dagliga livet underlättas pågår säkert på många håll. Vore det inte bra att samla ihop olika erfarenheter och idéer från kommunerna i en kunskapsbank? Till en portal där ett erfarenhetsutbyte kan ske? I stort sett alla kommuner har ju en motsvarande problematik att hantera, ett brett samarbete borde leda till bättre lösningar och mer innovativt tänkande. Det behövs om vi ska kunna erbjuda en bra bostadssituation till alla våra äldre.

Källor

Litteratur

- Ahlström, P. & Nilsson, F. *Boende för äldre – utmaningar och möjligheter*. Linköpings universitet 2007
- Arbetsplatsens utformning AFS 2009:2, Arbetsmiljöverket 2009
- Arjo Hospital Equipment. *Arjo guidebok för arkitekter och konsulter*. Arjo AB 2005
- Bo bekvämt hemma*. Göteborgs stad 2010
- Feddersen, E. & Lüdtke, I. *Living for the Elderly. A Design Manual*. Birkhäuser 2009
- Göteborgs stad, Målaremästarna m.fl. *Rum för god omvårdnad*. Kan beställas från MedicHus 031-558700
- Holm Bodin, J. *Äldreboende – särskilt boende för äldre konsekvenser av myndighetskrav vid ombyggnad*. Arkus 2004
- Jensfelt, C. *Det befintliga bostadsbeståndet – ett framkomligt boende på äldre dagar*. SABO 2010
- Johanson, U. & Westman, B. *IT i hemmet*. Sveriges Kommuner och Landsting 2007
- Kärnekull, K. *Bygga för seniorer*. AB Svensk Byggtjänst 2011
- Klevmarken, A. Lindgren, B. *Simulating an ageing population: a micro-simulation approach applied to Sweden, 1. ed*. Emerald, 2008
- Lindahl, L., Malmqvist, I. & Martin, M. *Vem ska värna tillgängligheten?* Hjälpmedelsinstitutet 2010
- Lindberg, J. *Alternativ utformning av brandskydd vid särskilt boende för personer med vårdbehov*. Lunds universitet 2009
- Mark-Nielsen, J. Spjuth M: *Kvarboende + tillgänglighet = god ekonomi?* SABO och Svenska Kommunförbundet 2004
- Paulsson, J. *Boende och närmiljö för äldre*. Arkus 2008
- Regnier, V. *Design for Assisted Living – Guidelines for housing the physically and mentally frail*. John Wiley & Sons 2002
- Socialstyrelsen. *Vad är särskilt i särskilt boende för äldre? – en kartläggning*. Nordstedts Tryckeri 2001
- Svensk Standard SS 914221:2006 Byggnadsutformning – Bostäder – Invändiga mått
- Svenska Kommunförbundet. *Äldreboende – Ett försök till helhetssyn*. Svenska Kommunförbundet 2002

Svensson, E. *Bygg ikapp*. Svensk Byggtjänst 2008
Thune Henrikson, R. *Enkelt avhjälpta hinder*. Sveriges Kommuner och Landsting 2011
UUS Urban Utveckling & Samhällsplanering AB. *Upprusta miljonprogram – mest för de äldre*. Hjälpmedelsinstitutet 2010
Wijk, H. *Goda miljöer och aktiviteter för äldre*. Studentlitteratur AB 2004
Äldreboendedeligationen. *Bo bra hela livet* (SOU 2008:113). Del B: Bilagor. Regeringskansliet 2008
Äldreboendedeligationen. *Bo bra hela livet* (SOU 2008:113). Regeringskansliet 2008

Webbadresser (hämtade 16 mars 2012)

Arbetsmiljöverket/ Arbetsmiljökrav särskilt boende
www.av.se/dokument/aktuellt/2007/arbetsmiljokrav_sarskilt_boende.pdf

Boverket/ investeringsstöd till äldreboendestäder
www.boverket.se/Bidrag--Stod/Hyreshus/Investeringsstod-till-aldreboendestader/

Föreningen Kollektivhus NU/ om gemenskapsboenden
www.kollektivhus.nu

Göteborgs bostadssida/ tryck på "senior" / här återfinns bland annat "Bo bekvämt-guiden" med TG-märkta bostäder för olika stadsdelar
www.boplats.se

Hjälpmedelsinstitutet/ förstasidan innehåller mycket att gå vidare med bland annat projekten Bo bra på äldre dagar och Teknik för Äldre
www.hi.se

Kungliga Tekniska högskolan/ Skolan för teknik och hälsa/ Centrum för hälsa och byggande
www.kth.se/sth/forskning/chb

Linköpings universitet/ Institutionen för samhälls- och välfärdsstudier/
NISAL – Nationella institutet för forskning om äldre och åldrande
www.isv.liu.se/nisal/forskning/programmet-aldrande-och-omsorgens-former

Lunds universitet/ Medicinska fakulteten/ CASE – Centre for Ageing and Supportive Environments
www.med.lu.se/case

NextStepLiving/ Ett boendekoncept genomfört i Göteborg
www.nextstepliving.se

Sveriges Kommuner och Landsting/ Aktuellt på äldreområdet
www.skl.se/vi_arbetar_med/socialomsorgochstod/publikationer_1/aktuellt_pa_aldreområdet_2008

TIBB ett hjälpmedel för tillgänglighetsinventering återfinns på
Hjälpmedelstorget
www.hi.se/sv-se/Hjalpmedelstorget/Tillgangligt-boende/-/Tillgangliga-bostader/

Bildförteckning

Fundering	Bild	Objekt	Arkitekt	Fotograf	Övrigt
1	Släktträff	-	-	Jan-Åke Eriksson	
4	Vem använder rullator?	-	-	Johan Boman	
8	Port med trappsteg	-	-	Johanna Holm Bodin	
12	Ombyggnad & åtgärdad (ritn)	-	Basark	-	
13	Tröskeldetalj	-	Basark	-	
16	Seniorboende	Kv Lindarna, Stockholm	Södergruppen Arkitektkontor	Hans Bäckström	
18	Balkong	Järnvägsparken Strängnäs	Södergruppen Arkitektkontor	Hans Bäckström	
18	Ritning	1 RoK 42 Kvm	Basark	-	
21	Kran	Micasa visningslägenhet	-	Olle Holdar	
22	Havsuttern	Havsuttern, Malmö	-	Kersin Kärnekull	
22	Havsuttern	Havsuttern, Malmö	-	Kersin Kärnekull	
25	Romares stiftelse	Romares Stiftelse, Helsingborg	-	Eva Adolfson	
26	Admin plats, norra vram	Norra Vram, Bjuv	Marge Arkitekter	Johanna Holm Bodin	
28	Utegyms	Utegyms	-	Felix Bodin	
29	Välkomnande entré	Fruängskällan, Nyköping	Södergruppen Arkitektkontor	Stefan Malmkvist	
30	Dagsljus	Söderport, Norrköping	Basark	Johanna Holm Bodin	Inredningsarkitekt: Murman arkitekter
31	Belysning	Söderport, Norrköping	Basark	Johanna Holm Bodin	Inredningsarkitekt: Murman arkitekter
32	Materialval - golv	Norra Vram, Bjuv	Marge Arkitekter	Johan Fowelin	
32	Materialval - väggar	Löjtnantsgården, Stockholm	ÅWL Arkitekter	Johanna Holm Bodin	
33	Helhetsgrepp on innemiljön	Söderport, Norrköping	Basark	Johanna Holm Bodin	Inredningsarkitekt: Murman arkitekter
34	Arbetsmiljö & Bostadsmiljö (ritn)	Marietorp, Malmö	Foster & Partners	-	
34	Arbetsmiljö & Bostadsmiljö (ritn)	Marietorp, Malmö	Foster & Partners	Johanna Holm Bodin	

Fundering	Bild	Objekt	Arkitekt	Fotograf	Övrigt
39	Teknik utöver det vanliga sockelbelysning	Micasa visningslägenhet	-	Olle Holdar	
40	Entrédörren	Fruängskällan, Nyköping	Södergruppen Arkitektkontor	Johanna Holm Bodin	
40	Hygienrummet	Löjtnantsgården, Stockholm	ÅWL Arkitekter	Johan Boman	
40	Pentry med tv	Löjtnantsgården, Stockholm	ÅWL Arkitekter	Johanna Holm Bodin	
40	Pentry m konsolhylla	Norra Vram, Bjuv	Marge Arkitekter	Johanna Holm Bodin	
40	Ett rum att leva i	Marietorp, Malmö	Foster & Partners	Johanna Holm Bodin	
40	Bostad för par, trygghetsbostad och omsorgslägenhet	Löjtnantsgården, Stockholm	ÅWL Arkitekter	Johanna Holm Bodin	
41	De gemensamma delarna (gemensamhetsrum)	Löjtnantsgården, Stockholm	ÅWL Arkitekter	Johanna Holm Bodin	
41	Köket - verksamhetens hjärta	Marietorp, Malmö	Foster & Partners	Johanna Holm Bodin	
41	Matplatsen Norra Vram	Norra Vram, Bjuv	Marge Arkitekter	Johanna Holm Bodin	
41	Vardagsrummet	Löjtnantsgården, Stockholm	ÅWL Arkitekter	Johan Boman	
41	Uteplats på våningsplanen	Fruängskällan, Nyköping	Södergruppen Arkitektkontor	Johanna Holm Bodin	
41	Korridoren som kvalitets yta. norra vram	Norra Vram, Bjuv	Marge Arkitekter	Johanna Holm Bodin	
42	Tvättmaskiner	Tvättmaskiner	-	Johanna Holm Bodin	
46	Gemensamma delar kopplat till boendet.	Fruängskällan, Nyköping	Södergruppen Arkitektkontor	Johanna Holm Bodin	
48	Löjtnantsgården gårdsrum (foto)	Löjtnantsgården, Stockholm	ÅWL Arkitekter	Åke E:son Lindman	
48	Löjtnantsgården (ritn)	Löjtnantsgården, Stockholm	ÅWL Arkitekter	-	
49	Norra vram matsal	Norra Vram, Bjuv	Marge Arkitekter	Johan Fowelin	
49	Norra Vram (ritn)	Norra Vram, Bjuv	Marge Arkitekter	-	
49	Norra Vram (rum)	Norra Vram, Bjuv	Marge Arkitekter	Johan Fowelin	



Femti funderingar om äldres boende

Den här skriften riktar sig till alla som är inblandade i planeringsprocesser kring boende för äldre. Från kommunstyrelse och representanter för verksamhet och brukare till såväl tjänstemän som konsulter som deltar i planerings- och byggprocess. Ett syfte är att lyfta lite på locket till ett antal små och stora frågor i tidigt skede, då de ännu är möjliga att hantera och utveckla. Ett annat syfte är att inspirera till framsynt helhetstänkande som ger långsiktigt hållbara lösningar.

Skriften kan läsas lösryckt i de punkter som intresserar. Sammanhängande ger den en i glimtar belyst bild av den komplexa planeringsprocessen. Rapporten har initierats och finansierats av Sveriges Kommuner och Landstings FoU-fond för fastighetsfrågor.

Författare till skriften är arkitekt Johanna Holm Bodin. Hon förmedlar sina kunskaper, insikter och erfarenheter från sitt arbete med planerings- och byggprocesser för boende för äldre i både offentlig och privat sektor.

