

Kristina Risholt Ramberg

Aldersvennlig Stedsutvikling

En kvalitativ studie om eldre og offentlige rom i Trondheim

Masteroppgave i Fysisk Planlegging
Juni 2022

Kristina Risholt Ramberg

Aldersvennlig Stedsutvikling

En kvalitativ studie om eldre og offentlige rom i
Trondheim

Masteroppgave i Fysisk Planlegging
Juni 2022

Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet
Fakultet for arkitektur og design
Institutt for arkitektur og planlegging



Kunnskap for en bedre verden

Sammendrag

Ifølge SSBs hovedalternativ vil det innen 10 år for første gang bli flere eldre (65+ år) enn barn og unge (0-19 år) i Norge. Videre i 2020 utgjorde aldersgruppen 80 år og eldre 4,3 prosent av befolkningen. I 2040 vil denne aldersgruppen utgjøre 8,0 prosent av befolkningen i Norge. I antall tilsvarer dette en økning fra 230 710 til nærmere 500 000 i 2040 (Helsedirektoratet 2021).

Dette betyr at vi vil få en økende gruppe med eldre mennesker i årene som kommer, og de offentlige rommene må derfor tilrettelegges deretter. Denne oppgaven tar for seg hvordan eldre i Trondheim opplever de offentlige rommene ut ifra «Social practice theory» der jeg benytter seg av material, meaning og competence for å besvare problemstillingen:

Hvordan opplever eldre de offentlige rommene i Trondheim med tanke på det materielle (material), økt livskvalitet (meaning) og infrastruktur (competence).

Videre ser jeg på betydningen av offentlige rom for eldre i Trondheim, og hvordan aldersvennlig stedsutvikling bidrar til bedre fysisk og mental helse.

For å undersøke dette ble det benyttet kvalitative intervjuer med eldre over 65 år som er bosatt i Trondheim. Jeg hadde 15 personer til enkeltintervjuer, og 5 fokusgrupper med mellom 3-5 deltakere per intervju. Til sammen hadde jeg 34 informanter.

Resultatene viser at gode og anvendbare offentlige rom er viktige bidragsyttere til bedre mental og fysisk helse hos eldre, noe som vil øke livskvaliteten deres. Det betyr at gode fysiske omgivelser må få større status som et strategisk virkemiddel for å nå samfunns mål som helsefremmende og aldersvennlig planlegging. Det må satses mer på utvikling av nærmiljø, og det må sørges for at tiltak som brukerinvolvering og medvirkning får større plass i samfunnsplanleggingen. Videre er det viktig å ta i bruk brukerperspektiver og kunnskap som allerede eksisterer på feltet. Kunnskapen må innhentes og omsettes til konkrete mål og styrende føringer som kan brukes i utviklingen av gode offentlige rom for eldre.

Summary

According to Statistics Norway's main alternative, there will for the first time within 10 years be more older people (65+ years) than children and young people (0-19 years) in Norway. Additionally, the population over the age of 80 accounted for 4,3% of the population in 2020. This age group will make up 8% of the population in Norway by 2040. This corresponds to an increase in numbers from 230,710 to almost 500,000 by 2040 (Helsedirektoratet 2021).

This means that we will have an increasing group of older people in the years to come, and the public sector must therefore adapt accordingly. This thesis is about how older people in Trondheim experience the public spaces based on «Social practice theory», where I use the aspects material, meaning and competence to answer the research question:

How do older people experience public spaces in Trondheim in terms of the material (material), increased quality of life (meaning), and infrastructure (competence).

Futhermore, I look at the importance of public spaces for elderly in Trondheim, and how age-friendly place development contributes to better physical and mental health.

To investigate this, I did qualitative interviews with people over the age of 65 who lives in Trondheim. I had 15 individual interviews, and 5 interviews in focus groups with 3-5 participants per interview. In total I had 34 informants.

The results from this master's thesis demonstrate that good and usable public spaces contribute to the physical and mental health of the elderly, which will ultimately improve their quality of life. This means that good physical environment must be given greater status as a strategic tool for achieving societal goals such as health-promoting and age-friendly planning. A greater focus must be placed on developing the local environment, and it is imperative that community planning incorporates measures such as user involvement and participation. It will also be important to use user-perspectives and knowledge that already exist in the field. In order to create good public spaces for elderly people, it is necessary to acquire knowledge and translate it into concrete goals and guidelines.

Forord

Et fint og lærerikt semester med skriving av masteroppgave er nå over. De siste to årene som student ved fysisk planlegging på NTNU har vært interessante, artige, hektiske og givende.

Jeg ønsker å rette en stor takk til informantene som har delt sine erfaringer med meg, og som har gjort oppgaven mulig.

Videre ønsker jeg å takke min veileder Tanu Priya Uteng for gode innspill og tilbakemeldinger. Jeg vil også takke familie og venner som har vært der for meg hele veien med oppmuntrende ord, engasjement og støtte.

Og tusen takk til min samboer Svein Eriksen, som alltid forstår og sier de rette tingene når jeg sto fast eller følte det gikk treigt i perioder.

Avslutningsvis vil jeg takke Kjell Erik Ronæss for gjennomlesning og fine innspill til oppgaven.

Trondheim 10.juni 2022

Kristina Ramberg

Innholdsfortegnelse

1. Introduksjon.....	1
1.1 Forskningsspørsmål.....	1
1.2 Oppgavens aktualitet.....	1
1.3 Avgrensning og presisering av problemstillingen.....	2
1.4 Struktur videre.....	2
1.5 Refleksjon rundt valg av teori.....	3
2. Bakgrunn.....	4
2.1 Active Ageing.....	4
2.2 Active ageing fra norsk helseforsknings perspektiv.....	6
3. Teori.....	10
3.1 Social practice theory.....	10
3.1.1 Material:.....	12
3.1.2 Meaning:.....	12
3.1.3 Competence:.....	13
3.2 Eldre og bomiljø.....	14
3.2.1 Aldersvennlig stedsutvikling.....	14
3.2.2 Nærmiljøet.....	16
3.2.3 Universell- og visuell utforming.....	17
3.3 Eldre og tilgjengeligheten på offentlige rom.....	19
3.3.1 Sosiale møteplasser og velfungerende uteområder.....	20
3.3.2 Transport og mobilitet i aldersvennlig stedsutvikling.....	20
3.4 Active Ageing internasjonalt og i Norge.....	21
4. Metode.....	25
4.1 Kvalitativ metode.....	25
4.1.1 Kvalitativt intervju.....	26
4.1.2 Semistrukturert intervju.....	27
4.1.3 Tematisk intervjuguide.....	28
4.1.4 Utvalg og rekruttering av informanter.....	28
4.1.5 Rekruttering av informanter.....	28
4.1.6 Informantene.....	29
4.1.7 Gjennomføring av intervjuene.....	30
5. Data/presentasjon av funn.....	32

5.1 Den materielle oppfattelsen av de offentlige rommene	33
5.1.1 Opplyste offentlige rom.....	36
5.1.2 Mangel på toaletter.....	37
5.1.3 Dårlig snømåking og strøing.....	38
5.1.4 Universell utforming på torvet.....	39
5.1.5 Det nye torvet i Trondheim.....	40
5.2 Offentlige rom og livsglede	45
5.2.1 Turmulighetene	45
5.2.2 Sosial interaksjon og møteplasser på det nye torvet.....	47
5.3 Infrastruktur	51
5.3.1 Foretrukket transportmiddel	55
5.3.2 Rosa busser til Trondheim?	56
6. Analyse og drøfting.....	58
6.1 Material	59
6.1.1 Benker	59
6.1.2 Belysning.....	60
6.1.3 Toalett.....	61
6.2 Meaning (offentlige rom og livsglede).....	64
6.2.1 Sosialt.....	64
6.3 Infrastruktur.....	66
7. Konklusjon	69
7.1 Viktige funn.....	69
7.2 Utsikt til fremtidig forskning	70
8. Vedlegg	1
8.1 Vedlegg 1: Informantutlysning	1
8.2 Vedlegg 2: Informantutlysning på Facebook	2
8.3 Vedlegg 3: Temabasert intervjuguide	3
8.4 Vedlegg 4: Informasjonsskriv til informantene.....	5
9. Litteraturliste	9

Figurliste

Figur 1 Forventet levealder for menn fra 1946-2003. Figuren viser at den forventede levealderen har økt med nesten 8 år for menn (Helgøy 2005).	7
Figur 2: Forventet levealder for kvinner fra 1946-2003. Figuren viser at den forventede levealder har økt med 9 år for kvinner (Helgøy 2005).	7
Figur 3: Tabellen viser forventet prosent av livet levd med sykdom, ved fødsel og 65 års alder, forventet levealder, forventet friske leveår og forventet antall år med sykdom for kvinner og menn i Norge i 2015 (Bo 2014).	8
Figur 4: Figuren viser sammenhengen mellom aspektene i «Social practice theory» (Egenprodusert)	11
Figur 5: Kjennetegn på aldersvennlige nærmiljø tatt fra Håndbok for aldersvennlig stedsutvikling (Waage 2019).	16
Figur 6: viser tiltak som gjør det enklere for eldre å gå. andelen eldre som svarer at tiltaket er «svært viktig» for at de skal gå mer (Amundsen 2014).	19
Figur 7: Figuren viser utgifter etter utvalgte tjenesteområder i Trondheim Kommune (Statistisk sentralbyrå 2021).	21
Figur 8: Råd for aldersvennlig stedsutvikling som bør tas til betraktning når man planlegger offentlige rom i Norge (Waage 2019).	24
Figur 9: Kartutsnitt som viser hvilke områder som informantene bor i, og som viser oppgavens spredningen når det kommer til valg av informanter (Egenprodusert)	30
Figur 10: Kartet viser hvor de offentlige rommene som er nevnt flest ganger av informantene befinner seg i trondheim (egenprodusert ved bruk av google).	32
Figur 11 Benker i Tordenskioldsparken ved Vår Frues kirke	33
Figur 12 Benker i Stiftsgården	34
Figur 13: kartet Viser hvilke områder i Trondheim det bor flest eldre. området som er klart størst og rødest i kartet er Tyholt, Bromstad, valentinlyst og rosenborg, og har svært mange eldre innbyggere (Waage 2019).	35
Figur 14: Diagrammet Viser antall menn og kvinner i aldersgruppen 65 år og oppover som er bosatt i Østbyen i Trondheim (Statistisk sentralbyrå 2022).	36
Figur 15 Belysning på det nye torvet	37
Figur 16 Torvet består av store fliser som øker fremkommelighet for eldre som bruker rullator eller rullestol og som er dårlig til beins	40
Figur 17 Bildet viser torvet på 60-tallet med biltrafikk (Trondheim byarkiv).	41
Figur 18 Bilde viser det nye torvet i dag med store steinfliser og uten motoriserte kjøretøy	42
Figur 19 statuen har en integrert vannfontene med lys som del av blåstrukturen på det nye torvet ..	43
Figur 20 Integrert blåstruktur og grønnstruktur i en benk. Denne løsningen har både et fuglebad, belysning, beplantning av et tre og sitteplasser	43
Figur 21 Bildene viser Stiftsgårdsparken som har fin beplantning, fontene, benker og en statue av Kong Olav V (egenprodusert)	46
Figur 22 Scenen på torvet er plassert mellom Olav Tryggvassons statuen og Trondheim torg kjøpesenter	48
Figur 23 Viser julemarkedet i Trondheim, bildet til venstre er tatt fra pariserhjulet	50
Figur 24: Bildet viser bussforbindelsene til metrobussen i Trondheim. Som man ser er det enkelte området som har bedre bussforbindelser enn andre (AtB 2021)	52
Figur 25: Bilde Viser en av Ruters rosabusser i Oslo (Kjelstrup 2020).	57

Figur 26: Viser hvordan Social practice theory fungerer sett i lys av offentlige rom, her har jeg brukt ord som gjenspeiler funnene i denne oppgaven (Egenprodusert)	58
Figur 27: Bilde viser benker tett plassert i Kongens gate, der det ferdes mye folk. dette gjør at man har muligheten til å observere bylivet.....	60
Figur 28: Bilde viser Valentinlystsenteret og Melhus bakeri som er en stor samlingsplass for eldre i nærmiljøet.	66

1. Introduksjon

1.1 Forskningsspørsmål

Forskningsspørsmålene:

1. Hvordan kan de offentlige rommene i Trondheim bedre tilrettelegges for eldre?
2. På hvilken måte bidrar de offentlige rommene i Trondheim til økt livskvalitet?
3. Hvordan er tilgjengeligheten på offentlige rom i Trondheim i forhold til infrastruktur og fremkommelighet?

1.2 Oppgavens aktualitet

Det er viktig at byen man bor i er tilrettelagt for innbyggerne. En gruppe mennesker som stadig blir større, er eldre over 65 år. Denne gruppen vil i fremtiden kunne koste staten og velferdssamfunnet mye penger. Likevel trenger ikke dette å være tilfelle, da utgiftene vil gå betraktelig ned om man heller vektlegger hvilke bidrag denne gruppen kommer med til samfunnet og nærområdene. For at eldre skal kunne være en bidragsyter så er det viktig å legge til rette for at de kan bo hjemme så lenge som mulig. Det er selvfølgelig mange aspekter som spiller inn for å øke livskvaliteten deres, men en viktig del av det er offentlige rom. Offentlige rom som er tilpasset eldre vil være med på å få flere i denne aldersgruppen ut av hjemmet, og å være mer aktiv og sosial. Offentlige rom som er gode og anvendbare vil bidra til bedre mental og fysisk helse, noe som vil øke livskvaliteten. Dette vil påvirke staten positivt, ved at de sparer penger på at eldre har bedre helse og i større grad kan klare seg selv, og bo lenger hjemme. Dette kan også virke inn på at man ikke trenger å medisinere like mange eldre, da fysisk aktivitet og sosiale møteplasser har innvirkning på psyken og fysikken deres. Denne masteroppgaven tar for seg opplevelsen de eldre har av offentlige rom i Trondheim, med spesielt fokus på det nye torvet i Trondheim. Videre tar oppgaven for seg hva som mangler og hva som kan utbredes for at offentlige rom i større grad kan tilfredsstille behovene til de over 65 år. Er rommene bedre tilrettelagt for eldre, blir de også oftere brukt, og dette kan være med på å påvirke folkehelsen.

1.3 Avgrensning og presisering av problemstillingen

I denne oppgaven har jeg valgt å benytte meg av Social Practice Theory for å besvare problemstillingen. Problemstillingen min er som følger:

Hvordan opplever eldre de offentlige rommene i Trondheim med tanke på det materielle (material), økt livskvalitet (meaning) og infrastruktur (competance).

Disse aspektene er viktige for en helhetlig forståelse av hvilken opplevelse de eldre har til ulike offentlige rom i Trondheim. Oppgaven handler generelt om offentlige rom i Trondheim, men jeg har valgt å fokusere spesielt på det nye Torvet i Trondheim, da jeg ønsker et likt sammenligningsgrunnlag. Hvilke offentlige rom man benytter seg av henger ofte sammen med hvor i byen man bor, noe som vil påvirke opplevelsen og resultatet for denne oppgaven. Dette gjør at de som bor i bydeler der det er satsset mer på aldersvennlig stedsutvikling kanskje har en bedre opplevelse av de offentlige rommene i Trondheim enn de som bor i bydeler som ikke har investert like mye penger i offentlige rom og tilrettelegging for eldre. For at det skal bli et mer likt sammenligningsgrunnlag har jeg valgt en løsning der man undersøker opplevelsen eldre har av flere offentlige rom, men ser nærmere på ett spesifikt. I oppgaven er det nye torvet i Trondheim et offentlig rom som alle informantene blir spurt om.

1.4 Struktur videre

Frem til nå har det blitt redegjort for begrunnelse og relevans for tema, i tillegg til en utredning av valgt problemstilling og aktuelle forskningsspørsmål. I neste kapittel skal jeg presentere bakgrunn for oppgaven og relevant teori. Første delen tar for seg overordnet teori, relatert til Social Practice theory. Videre rettes det ytterligere fokus på Eldre og bomiljø og tilgjengeligheten til offentlige rom og Active Ageing.

Deretter presenteres metoden, hvor det beskrives nærmere bakgrunn for valg av kvalitativmetode. Etterfulgt av resultatene fra intervjuene, som så skal analyseres og drøftes sammen med tidligere presentert teori, med hensikt å besvare problemstilling og forskningsspørsmålene. Oppgaven avsluttes så med en konklusjon, som oppsummerer de

viktigste funnene, og knyttes opp mot relevans og bakgrunns kapittel som jeg har presentert innledningsvis.

1.5 Refleksjon rundt valg av teori

Det er mange viktige grunner for at man i større grad burde vektlegge brukerfokus i planlegging av offentlige rom. Beslutninger om planlegging, utforming og forvaltning av bygde omgivelser påvirker hverdagslivet til folk. Endringer som dette kan gi økt eller redusert følelse av trygghet, større eller mindre bevegelsesfrihet, oppmuntre eller redusere muligheter for rekreasjon og så videre. Bakgrunnen for dette er at folk opplever de bygde omgivelsene ulikt, og da er det viktig å etablere innsikt i disse erfaringene og opplevelsene. Man kan se konkrete eksempler på at omgivelser av fysisk karakter bidrar til å utestenge mennesker fra aktiviteter og bruk av rom. Et av de mest åpenbare eksemplene på fysiske hindre er trapper og terskler som er umulig å forsere for eldre med rullator. Men barrierer kan også være at omgivelsene oppleves som utrygge for eldre, og de kan skapes ved feil valg av detaljløsninger. Hvor de offentlige rommene er lokalisert eller måten de er organisert på gjør rommene tilgjengelige eller utilgjengelige. Ved å benytte seg av universell utforming, og planlegge med omtanke og bevissthet bidrar man med å utforme rom og steder som fungerer for flest mulig mennesker. Ved å ta hensyn til ulike brukerperspektiv vil man kunne tilby valgfrihet når en enkel løsning ikke kan møte «alles» behov (Høyland, Denizou et al. 2018).

2. Bakgrunn

I løpet av de siste tiårene har det blitt gjort store fremskritt innenfor medisin, utdanning, levekår, og økt velstand. Dette har ført til en høyere levealder, og en stadig høyere andel eldre mennesker i befolkningen (Kyu 2008). Byutviklingen har også lagt større vekt på deltakelse, normalisering og integrering som overordnede politiske målsettinger. Dette gjør at det nå er behov for mer kunnskap om hvordan vi skal kunne tilrettelegge for opplevelsen av god aldring. Integrering og normalisering omfatter brukerperspektiver der man har ambisjoner om design for «alle». Dette er utfordrende, men også veldig spennende, og det krever at vi er nytenkende (Høyland, Denizou et al. 2018). Ønsket er at alle eldre mennesker skal ha muligheten til å kunne delta aktivt i samfunnet, og oppleve god livskvalitet. I Norge vil over en fjerdedel av befolkningen være over 60 år innen 2030, noe som gjør det svært aktuelt å se på hvordan offentlige rom ivaretar de eldre sine interesser og behov (FN). Hensikten med denne studien vil derfor være å belyse hvordan offentlige rom i Trondheim bidrar til «active aging» i lys av universell utforming, sosial interaksjon, aktiviteter og mental- og fysisk helse. I dette kapitlet vil jeg presentere sentrale temaer for oppgaven.

2.1 Active Ageing

Det har gjennom tidene blitt sett ulikt på forestillingen om å bli eldre, og det negative synet på alderdom har skiftet generelt mot et mer positivt syn (Bowling 2005). Man fikk mot slutten av 1980-tallet og spesielt gjennom 1990-tallet nye og mer positive modeller angående aldring. I stedet for å se på den eldre fasen i livet som en fase preget av hvile og ro, så handlet «active ageing» om at de eldre skulle kontinuerlig få delta i samfunnet. I stedet for å se på hva de eldre ikke lenger kan gjøre vokste det nå frem en ny måte å tenke «kompetanse» på. Man vektla heller deres kunnskap og kompetanse, for å prøver å tilrettelegge for deltakelse i samfunnslivet (Jacobs 2004).

Hva som kategoriseres som eldre varierer fra land og kulturer, men ofte ser man det i sammenheng med kronologisk alder og pensjonsalder. I følge WHO blir mennesker mellom

60 og 74 år definert som eldre, mens mennesker over denne alderen blir definert som gamle (Engedal 2019). Likevel er det innenfor den medisinske faglitteraturen mer komplekst, og de bruker derfor begrepene om hverandre (Myrstad 2015). Videre kan det å være gammel bli sett på som et sosialt konstruert fenomen, og hvordan man velger å definere det vil komme an på hvilken forståelse man har av aldring (Koelen 2017). Det finnes individuelle forskjeller på hver enkeltes aldringsprosess, og derfor vil definisjoner basert på kronologisk alder også kunne være misledende (Engedal 2019). I denne oppgaven ønsker jeg å benytte meg av begrepet eldre som den delen av befolkningen som er over 65 år.

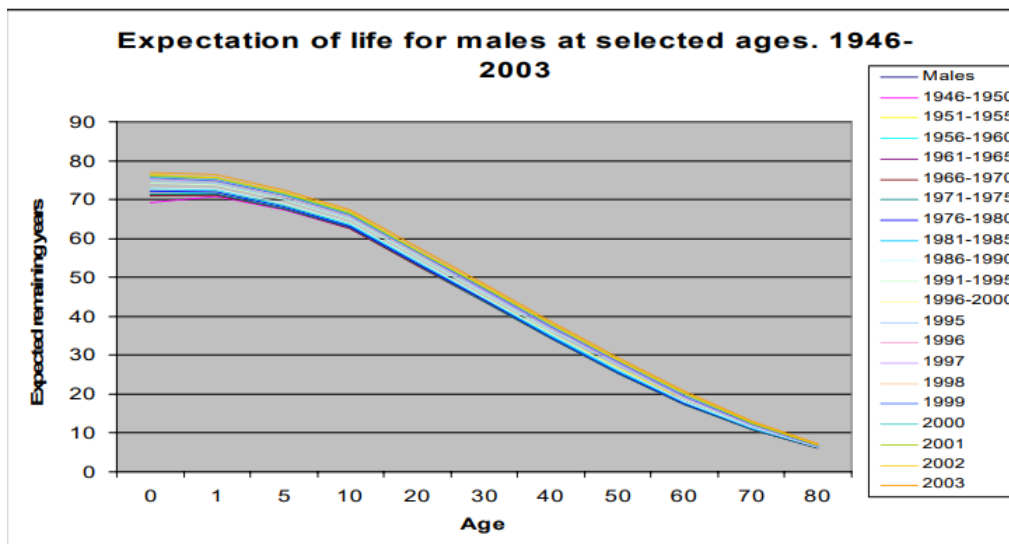
Temaet «Active ageing» har fått en stadig økende oppmerksomhet i politiske og vitenskapelige diskusjoner om aldring (Boudiny 2013). Selv om «Active ageing» markerer moderne diskusjoner innenfor gerontologi, så kan begrepet spores tilbake til 1940- og 1950-tallet. Helt tilbake til da har sosio-gerentolger sett viktigheten av en aktiv livsstil i en høy alder for å føle større tilfredshet med livet (Lynott 1996). Verdens helseorganisasjon (WHO) tok aktivt i bruk begrepet «Active ageing» på slutten av 1990-tallet, noe som spilte en stor rolle i begrepets plutselig raske spredning. Likevel så er det ingen konsensus om dens faktiske betydning, men ifølge Boudinys definisjon av begrepet (Boudiny 2013) blir det lagt vekt på aktiv aldring som et konsept som fokuserer på tre nøkkelprinsipper. Disse tre nøkkelprinsippene omhandler fostring, tilpasningsevne, støtte til å opprettholde følelsesmessig nære relasjoner og fjerne strukturelle barrierer som er knyttet til blant annet alder (Boudiny 2013). WHO forklarer begrepet «Active ageing» med at det skal optimalisere muligheten for god helse, deltakelse i samfunnet og trygghet for å øke livskvaliteten når folk blir eldre.

Jeg håper masteroppgaven vil bidra til at eldre får mer innflytelse i fremtidig byplanlegging og at funnene fra denne oppgaven blir tatt i betraktning når man i tiden som kommer skal planlegge offentlige rom.

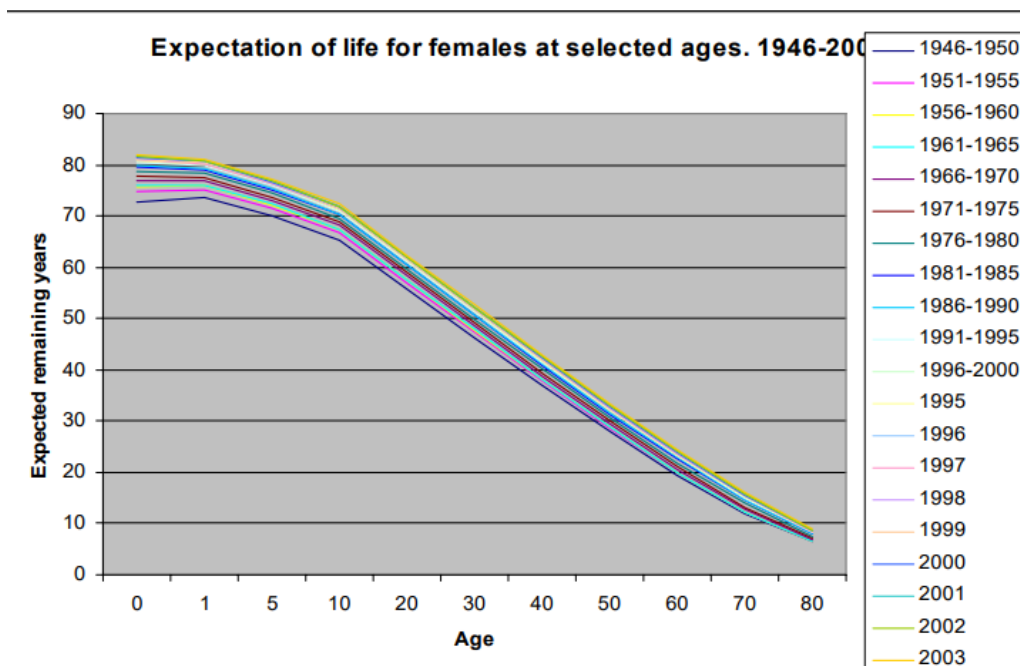
2.2 Active ageing fra norsk helseforsknings perspektiv

«Active aging» er en bred og intern kompleks forestilling som innehar en viktig nøkkelrolle i en global strategi for håndtering av aldrende befolkninger (Stenner 2011). I Norge eksisterer ikke «Active ageing» som en uttalt målsetting i den norske helsepolitikken, men likevel ligger det implisitt i de senere reformene i helsesektoren (Helgøy 2005). Et godt eksempel på dette er det stadige ønske om å avinstitusjonalisering i den kommunale eldreomsorgen. Eldre ønsker å bo lenger hjemme og heller motta individuelt tilpasset hjelp istedenfor å bo på eldreheim. I eldreomsorgen er det større fokus på helse, noe som kan gå på bekostning av sosiale aktiviteter. Utfordringen helsevesenet da står ovenfor er hvordan eldre sin bedrende helse kan føre til aktivitet som er mer «produktiv» (Helgøy 2005). En økende andel av befolkningen oppgir at de har kroniske helseproblemer og mange over 60 år er nødt til å slutte i arbeidslivet og blir derfor uføretrygdet. Dette viser at det er viktig å lage steder og offentlige rom som ikke bare handler om å fjerne barrierer, men også om å legge til rette for at omgivelsene støtter et hverdagsliv med livskvalitet og helse. Samfunnets samlede innsats er folkehelsearbeid som bidrar med å påvirke det som vedlikeholder og fremmer befolkningens helse. WHO definerer ikke helse bare som fravær av sykdom, men også som et spørsmål som omhandler livskvalitet og trivsel. Man kan derfor si at det er i hverdagen «helse» skapes, og de påvirkes av beslutninger og handlinger utenfor helsesektoren. Hvordan de fysiske omgivelsene blir utformet må derfor ses i lys av dette perspektivet (Helse- og omsorgsdepartementet) (2016). Det er svært viktig å tilrettelegge for rekreasjon, bevegelse, følelsen av å høre til et sted og sosiale møter (Høyland, Denizou et al. 2018).

Gjennom 1900-tallet har man sett en radikal forbedring i forventet levealder og forbedret helse blant den norske befolkningen. Fra 1946 til 2003 har den forventede levealderen økt med nesten 8 år for menn og 9 år for kvinner.



FIGUR 1 FORVENTET LEVEALDER FOR MENN FRA 1946-2003. FIGUREN VISER AT DEN FORVENTEDE LEVEALDEREN HAR ØKT MED NESTEN 8 ÅR FOR MENN (HELGØY 2005).



FIGUR 2: FORVENTET LEVEALDER FOR KVINNER FRA 1946-2003. FIGUREN VISER AT DEN FORVENTEDE LEVEALDER HAR ØKT MED 9 ÅR FOR KVINNER (HELGØY 2005).

Men til tross for at nordmenn har bedre helse og den forventede levealderen har økt så har det de siste årene blitt flere som oppsøker lege. Omsorgstjenesten for eldre og funksjonshemmede i kommunene utgjør nesten halvparten av de totale helsetjenestene i Norge. Omsorgstjenesten fokuserer på innbyggernes rett til å bli diagnostisert og behandlet for skader, sykdommer,

medisinsk habilitering og rehabilitering (Helgøy 2005). Kronisk sykdom brukes ofte som et mål på helsestatus, og risikoen for kroniske sykdommer øker med alderen. Tall fra det globale sykdomsbyrdeprosjektet viser en økningen i levealder i perioden fra 2005-2015, og det var en økning i både syke og friske år (Bo 2014). Den forventede levealderen for kvinner økte med 1,7 år, hvorav 1,6 år var friske leveår. Den forventede levealderen for menn økte med 2,1 år, hvorav 1,9 år var friske leveår. I gjennomsnitt lever kvinner lenger enn menn, men kvinner lever også i gjennomsnitt i flere år med sykdommer sammenlignet med menn (Bo 2014).

	Ved fødsel	Ved fødsel	Ved 65 års alder	Ved 65 års alder
	Menn	Kvinner	Menn	Kvinner
Forventet levealder (LE)	79,9	84,1	18,6	21,5
Forventet friske leveår (HALE)	70,4	72,6	14,4	16,7
Antall år med sykdom (LE-HALE)	9,5	11,5	4,2	4,9
Prosent av livet levd med sykdom, hhv ved fødsel og ved 65 års alder	12%	14%	23%	23%

FIGUR 3: TABELLEN VISER FORVENTET PROSENT AV LIVET LEVD MED SYKDOM, VED FØDSEL OG 65 ÅRS ALDER, FORVENTET LEVEALDER, FORVENTET FRISKE LEVEÅR OG FORVENTET ANTALL ÅR MED SYKDOM FOR KVINNER OG MENN I NORGE I 2015 (BO 2014).

Men hvordan kan Norge påvirke helse og funksjonsnivå i høy alder og forebygge depresjon og sykdommer som demens, Alzheimer og lignende blant eldre? Er det mulig at offentlige rom tilrettelagt for eldre minsker risikoen for å utvikle depresjon og ulike sykdommer?

Ser man på hva som bestemmer overlevelse blant eldre er det den fysiske funksjonen til kroppen en viktig faktor. Med fysisk funksjon menes den fysiologiske funksjonen til kroppen eller reserven, og dette kan omfatte ganghastighet, kognisjon, hørsel, muskelstyrke og syn (Bo 2014).

Indre kapasitet også kjent som intrinsic capacity ble ifølge WHO's World report on ageing and health fra 2015 lansert som et mål på den fysiologiske reserven til kroppen. Ser man det sammen med ytre tilrettelegging og barrierer vil dette gi de eldre muligheten til å fungere i hverdagen og være mer aktive, med en god fysisk funksjonsevne (Bo 2014).

For å ha en aktiv alderdom er fysisk og kognitiv funksjon viktig. Redusert kognitiv og fysisk funksjon og selvhjelpsevne medfører høye kostnader for samfunnet, for nær familie og ikke minst for den enkelte. Ser man det i perspektiv er utgiftene til uføre eldre betydelig høyere enn utgiftene til selvhjulpne og friske eldre. Hvis neste generasjon eldre har den samme fysiske funksjonsevnen som de eldre voksne har i dag er det estimert en økning i kostnad med 38 prosent for offentlig finansiert eldreomsorg. Hvis den fysiske funksjonsevnen derimot øker vil det være mulig at kostnadene blir reduserte eller forblir uendret (Bo 2014).

Likevel er det slik i Norge i dag at fokuset på helsetjenester ofte neglisjerer de sosiale behovene til eldre. Dette betyr at en av de viktigste forutsetningene for at eldre skal være mer aktiv ignoreres av politikken (Helgøy 2005). Dette gjør at offentlige rom som inviterer til sosiale aktiviteter og interaksjon er en høyst relevant løsning for å øke den fysiske og mentale helsen til eldre.

3. Teori

3.1 Social practice theory

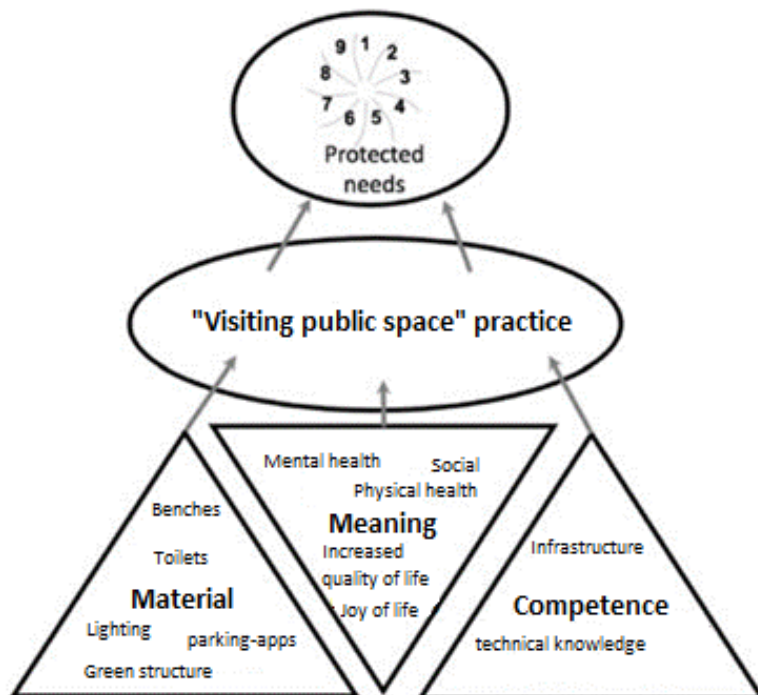
«Practice theory» er en type sosial teori som er skissert av forfattere som Giddens, Bourdieu, Taylor, Foucault m.fl. «Social practice theory» presenteres som et konseptuelt alternativ til andre former for kulturell og sosial teori, og fremfor alt til kulturalisme, mentalisme, tekstualisme og intersubjektivitet. «Social practice theory» er knyttet til en interesse for «hverdagslivet» og «livsverdenen»; og alle de aktuelle forfatterne er påvirket av kulturelle eller fortolkede vendinger i sosial teori (Reckwitz 2002).

Det å oppsøke offentlige rom kan forstås som handlinger av forbruk som anskaffelse, appropriasjon og mulig verdsettelse av stedet. Warde definerer forbruk som «en prosess der agenter engasjerer seg i tilegnelse og verdsettelse, enten for utilitaristisk, kontemplative eller uttrykksfulle formål av tjenester, varer, informasjon, forestillinger eller atmosfære (Warde 2005). Mens sosiologiske tilnærminger ser på forbruk som synlige artefakter, og hvordan forbruk kan være forstått som en form for symbolverdi, kodet for kommunikasjon eller som en sosial reproduksjon. Derfor kan handlingen med å besøke et offentlig rom være mindre tilgjengelig for en analyse basert på både material kultur og sosial distinksjonstilnærming (Sahakian and Anantharaman 2020).

Å besøke et offentlig rom kan bli sett på som en integrativ praksis, som er bygd opp av gjerninger og ordtak, som involverer «kroppsliggjort, materielt medierte matriser og delte betydninger (Schatzki 1996). Å operasjonalisere konseptet med praksis, og bygge på ulike tilnærminger til praksisteori kan hjelpe oss med å forstå hvordan elementer kommer sammen i de offentlige rommene som arrangementer, sosiale normer, ferdigheter, kompetanser og følelser (Schatzki 2001).

Det er viktig å påpeke at «practice theory» ikke er «sann», i den betydning at det ikke baserer seg på «fakta». Dette gjelder også for de andre versjonene av kulturell og sosial teori. Sosiale teorier omfatter empiriske «fakta», noe som gjør at de ifølge Reckwitz aldri når «grunnfjellet» til en ekte sosial verden. Isteden tilbyr betingede tolkningssystemer oss muligheten til å komme med visse empiriske utsagn. Det gjør også at vi kan utelukke andre former for empiriske uttalelser. Når det kommer til «practice theory» er det to typer effekter man gjerne skiller mellom. På den ene siden er sosialteoretisk vokabular et heuristisk verktøy, og et sensibiliserende «rammeverk» for empirisk forskning i samfunnsvitenskapene. Dette gjør at det åpnes for en viss måte å se og analysere sosiale fenomener på. På den andre siden, ettersom vokabularer endrer og former vår selvforståelse. Selv uten å bruke det i empirisk forskning vil sosiale teorier gi oss en viss måte å definere vår posisjon som mennesker i en sosial verden, noe som uunngåelig innebærer en etisk og politisk dimensjon (Reckwitz 2002).

Social practice theory skiller mellom tre aspekter, og det er material, meaning og competence. For denne oppgaven vil jeg benytte meg av koblingen mellom de tre aspektene og offentlige rom.



FIGUR 4: FIGUREN VISER SAMMENHENGEN MELLOM ASPEKTENE I «SOCIAL PRACTICE THEORY» (EGENPRODUSERT)

3.1.1 Material:

Når byer blir stadig mer fortettet og kompakte øker presset på offentlige rom. Offentlige rom er viktig for rekreasjon og fysisk aktivitet, og fra et folkehelseperspektiv bør det videreutvikles og forskes mer på (Gehl 1980). Det er viktig å tilrettelegge for inviterende, inkluderende og åpne byrom som er gratis å bruke for hele befolkningen. Det er derfor viktig at en god del av de offentlige rommene plasseres strategisk i nærheten av der folk flest ferdes og bor. Dette er en del av aldersvennlig stedsutvikling, men plasseringen er ikke bare avgjørende for eldre som hører til i den mindre mobile gruppen i samfunnet. Plasseringen av offentlige rom er også avgjørende for at rommene skal utgjøre en naturlig del av folks hverdag (Mehta 2014).

3.1.2 Meaning:

Offentlige rom som bærer preg av mye grønnstruktur, har vist seg å ha en positiv påvirkning på folkehelsen. Det er viktig at de offentlige romme er fysisk og sosialt tilgjengelige, og at de er inkluderende for alle brukergrupper, slik som for eksempel brukere av rullatorer og rullestoler (Høyland, Denizou et al. 2018). Helseeffektene av grøntområder er ikke kun forbeholdt store offentlige rom som friarealer og parker, men også mindre grønne lunger som busker og trær langs veier (Edwards and Tsouros 2006). Offentlige rom som parker, grøntstrukturer i byer og grønne lunger påvirker ikke bare den fysiske helsen, men også den psykiske helsen i form av stresslindring for forurensning, støy og hektisk byliv. I tillegg kan offentlige rom som parker være viktige sosiale møteplasser i lokalsamfunnet (Li 2015). Sosiale møter i grønne omgivelser kan være både planlagte og uplanlagte møter som piknik i parken med venner, eller spontane treff av tilfeldige på turstien (Høyland, Denizou et al. 2018). Selv om fysisk aktivitet er veldig viktig så er sosial interaksjon like viktig for folkehelsen. Møte mellom mennesker bidrar til å øke samhørighet til samfunnet, bygge sosial kapital og tillit (WHO Europe, 2017). I tillegg bidrar sosiale relasjoner til å styrke immunforsvaret, forbedre mental helse, redusere risikoen for tidlig død, forebygger kardiovaskulære sykdommer og redusere stress (Seeman 1996).

3.1.3 Competence:

De fleste har behov for å forflytte seg fra ett sted til ett annet i løpet av en dag. Mange av disse reisene vil for eldre foregå mellom hjemmet og butikk/tjenester, hjemmet og offentlige rom eller hjemmet og familie/venner for å dra på besøk. I en helsefremmende by vil man ønske å legge til rette for aktiv transport som handler om å benytte seg av fremkomstmidler som er drevet av kroppens egen energi. Skal man fremme aktiv transport er det mer enn kun etablering av god infrastruktur for gående og syklende som skal til. Det handler også i stor grad om å avdekke de eldres vaner, motivasjon og opplevelser av det å bevege seg gjennom byen på denne måten. Det er viktig å ha kunnskap om folks atferd og vaner, da man ved å studere samspillet mellom byens fysiske strukturer og folks atferd kan videreutvikle, forbedre og tilpasse byens fysiske rammer (Fitzgerald 2014). For å tilrettelegge for at flere skal velge sykkel og gange kreves det mer enn kun sykkelveier og fortau. Det er også viktig at disse ligger langs folks viktigste ferdselsårer og dermed skaper gode nettverk mellom de mest brukte funksjonene i hverdagslivet. Det er også avgjørende hvordan man velger å promotere og tilrettelegge aktiv transport, da det må tas hensyn til både opplevelsen av avstand og omgivelsene man beveger seg i, samt hvordan vi lokaliserer og planlegger funksjoner (Høyland, Denizou et al. 2018). Når man planlegger for myke trafikanter er det viktig å forstå at opplevd avstand er like avgjørende som faktisk avstand. Dette er svært viktig med tanke på eldre som ofte kan være dårlig til bens, ha dårlig syn og generelt dårlig helse som påvirker deres opplevelse av avstand. Å gå 500 meter kan eksempelvis føles veldig ulikt for en eldre kvinne med rullator enn en sprek kvinne i 20-årene. Opplevelsen av avstand er individuelt betinget, og påvirkes av den sosiale og fysiske tilstanden et menneske befinner seg i. Det er når den opplevde avstanden blir for stor til at folk velger aktiv transport, at tiltak som utviklet kollektivtilbud med gode traseer og veifinning til kollektivknutepunkt er spesielt viktig (Høyland, Denizou et al. 2018).

3.2 Eldre og bomiljø

I store deler av verden opplever byfornyelsesdistriktene en relativt høy konsentrasjon av eldre mennesker. Dette gjør at offentlige rom slik som parker og torv gir større fordeler for eldre, om områdene er åpne og lett tilgjengelige. Åpne områder inviterer til mer sosial interaksjon og aktiv aldring. Likevel har planleggingen av utformingen til disse åpne rommene en tendens til å gå utover følelsen av sikkerhet og de fysiske behovene de eldre har (Yung 2015). I store deler av verden blir ikke de offentlige rommene planlagt med tanke på Eldres sosiale behov. Studien til Yung m.fl kom frem til at eldre vurderer «sosiale og fysiske aktiviteter», «samfunnets livsfasiliteter og tjenester», «sosialt nettverk» og «rent og behagelig miljø» som deres viktigste behov (Yung 2015). Derfor bør planleggere og arkitekter ta hensyn til disse kriteriene for å styrke opplevelsen av de offentlige rommene. Dette vil føre til at byfornyelser av offentlige rom slik som parker og torv vil bidra til mer trivsel og aktiv aldring. Det er viktig at det legges til rette for en inkluderende og omsorgsfull stedfølelse for de eldre som bor i byfornyelsesområder. Grunnen til at dette er viktigere enn eksempelvis i nye utbyggingsområder, er fordi de eldre allerede har et sosialt nettverk etablert innenfor disse områdene (Lehning 2013). Dette kan direkte kobles opp mot torvet i Trondheim, som de fleste har et forhold til, og som de siste årene har gjennomgått en fornyelse. Mens i nyutviklede områder har ikke nødvendigvis menneskene utviklet en sterk tilknytning og emosjonell følelse av stedet (Yung 2015). Planlegging av offentlige rom bør ta i betraktning forståelsen av de sosiokulturelle røttene til eldre, som er dypt forankret i livene deres. Menneskers røtter er dypt knyttet til elementer av kulturarv, minner og lokale kjennetegn og severdigheter i byen sin (Yung 2015).

3.2.1 Aldersvennlig stedsutvikling

Det blir stadig flere eldre, og de holder seg friske lenger enn før. Samfunnsutviklingen blir i stor grad påvirket av eldre, både enkeltmennesker, men også som gruppe. De eldre er en stor ressurs, spesielt for nærmiljøet og lokalsamfunnet. Ved å legge til rette for aldersvennlig samfunn vil gevinstene være store. Ved god tilrettelegging kan eldre i større grad delta aktivt med sin kunnskap, erfaring, overskudd og tid. Da er det viktig at vi ser eldre som en ressurs på lik linje som vi ser andre grupper i samfunnet. Kommunen har et økende press på omsorgstjenesten, og vi er nå i en tid der man prøver sakte, men sikkert å fase ut oljenæringen, noe som resulterer i at vi blir knappere på ressursene. Dette vil gjøre det

vanskeligere å beholde velferdsstaten, da vi i tillegg er nødt til å forberede oss på mindre arbeidskraft. I tillegg vil man på sikt se en økende mangel på frivillige og pårørende som kan yte omsorg. Velferdssystemet vil derfor møte på store utfordringer med å få alt til å gå opp. Da er det viktig at eldre i større grad blir i stand til å leve sosiale og aktive liv i nærmiljøet, uten behov for omfattende offentlig hjelp og institusjonsplasser (Waage 2019).

Norske arkitekters landsforbund fikk i oppdrag fra Helsedirektoratet å lage en håndbok som skal ta for seg aldersvennlig stedsutvikling. Regjeringen har en strategi for å planlegge samfunn som er aldersvennlig, og der en større andel eldre skal få mer innvirkning på hvordan omgivelsene skal planlegges og utformes. Tidligere har det vært utfordringer med at eldre har blitt underlagt helse- og omsorgssektoren. Nå skal det fokuseres mer på koblingen mellom eldre sin helse og steder de bor og oppsøker. Målet er at eldre skal kunne bo så lenge som mulig hjemme, og så langt det lar seg gjøre, klare å ta vare på seg selv. Da trenger man gode nærmiljøer, med godt tilpassede offentlige rom som legger til rette for det. I håndboken *Aldersvennlig stedsutvikling* står det tydelig at man trenger fysiske miljøer som legger til rette for møter og aktivitet mellom mennesker, på tvers av alder, funksjonsnivå og interesser. En misforståelse som ofte oppstår, er at begrepet aldersvennlig stedsutvikling kun handler om tiltak rettet mot eldre. Både av praktiske erfaringer og forskning fra WHO sitt mangeårige arbeid viser klart at det som er bra for eldre i stor grad sammenfaller med det som er bra for alle (Waage 2019).

Et samfunn som er sett på som aldersvennlig baserer seg på de samme gjeldende prinsippene for hva som er et bærekraftig samfunn. Dette er godt beskrevet både i Folkehelsemeldinga – gode liv i et trygt samfunn (2018-2019), Nasjonale forventninger til regional og kommunal planlegging (2019-2023) og i FNs bærekrafts mål (Waage 2019). Både kommunesentra og lokalsentra bør utvikles på en slik måte at man kan nå nødvendige hverdagstjenester på sykkel og til fots. Kombinerer man dette med et godt og velfungerende kollektivtilbud, og lett tilgang på turveier og grøntområder vil man binde kommunen og stedene sammen.

«Gjennom god arkitektur og planlegging kan fylkeskommune og kommunene være med å utvikle gode lokalsamfunn og boligområder, stimulere til fysisk aktivitet og et mer helsefremmende miljø»

- *Nasjonale forventninger til regional og kommunal planlegging 2019-2023 (Waage 2019)*

3.2.2 Nærmiljøet

Nærmiljøet har stor betydning for aldersvennlig stedsutvikling. Når beina ikke lenger bærer så langt og synet etter hvert blir svakere vil man i større grad bli avhengig av nærmiljøet. Det kan dreie seg om god belysning, offentlige toalett, benker, kort vei til butikken og offentlige tjenester, trygge gangveier, tilrettelagte transportløsninger, vintervedlikehold og brøyting, sosiale møteplasser i lokalmiljøet eller parker og turveier som er lette å nå. Alt som er nevnt her er blant noen av de viktigste tiltakene for eldre, som alle i samfunnet tjener på. Både barn og eldre omtales ofte som brukere som er «stedbundne». Desto eldre eller yngre man er, jo mindre mobil er man. Da vil de nære omgivelsene bli svært viktige og avgjørende for ens egen mulighet til å delta i samfunnet, og ikke minst livskvaliteten.

Kjennetegn på et aldersvennlig nærmiljø:

- Nærhet til lokalsenter med forretninger, kafeer, kulturtilbud og gode møteplasser.
- Gode turområder og gang/ sykkelveier som også leder til andre deler av kommunen.
- Området må være enkelt å orientere seg i og det må oppleves som attraktivt og trygt å bevege seg til fots.
- Egnede boliger med ulik grad av fellesskapsløsninger i ulike prisklasser. Mulighet for å flytte innenfor et lokalmiljø for å beholde nettverket sitt.
- Området må være universelt utformet.
- Enkel tilgang til kollektivtransport.
- Det må være sittemuligheter og offentlige toaletter på de stedene det er naturlig å oppholde seg eller gå tur.
- Det må være hyggelig og tilstrekkelig belysning både ute og inne uten blindingseffekt og med god fargegjengivelse.
- Vedlikeholdet, og ikke minst vintervedlikeholdet, må være godt. Gang og sykkeltraseer må prioriteres foran bilen.

FIGUR 5: KJENNETEGN PÅ ALDERSVENNLIGE NÆRMILJØ TATT FRA HÅNDBOK FOR ALDERSVENNLIG STEDSUTVIKLING (WAAGE 2019).

3.2.3 Universell- og visuell utforming

Andre faktorer som spiller inn på hvordan mennesker opplever et byrom er den visuelle utformingen. Her vil det være relevant å trekke inn en del litteratur om arkitektur og hvordan byplanleggingens ideologi har forandret seg opp gjennom tidene. Torvet i Trondheim har eksempelvis vært preget av motoriserte kjøretøy, og har gjennom tidene vært gjennom flere trender i byplanleggingen preget av ulike tidsperioder. Litteratur som kan være relevant å bruke i denne sammenhengen er boken «City form, Economics and Culture» For the Architecture of Public Space. Denne boken ser på viktigheten og bruken av offentlige rom i byer, og diskuterer hvordan teknologi og kultur påvirker reglene som former byen gjennom historien. Den gir et litt annet perspektiv enn kun «det visuelle preget», og prøver isteden å gi et rammeverk for hvordan arkitektur og design av offentlige rom uten å kun nevne den estetiske delen (Pablo Guillen 2020). Denne litteraturen sammen med litteratur som går mer på estetisk og visuell arkitektur vil bidra til en bredere forståelse av hvordan det nye torvet oppleves. Et utdrag fra boka som jeg syntes var interessant, og som er relevant å forstå nærmere er:

«From our reading of the architecture and urban design literature, we believe that both architects and urban designers are mostly unaware of the forces that actually shape cities and of the regulation frameworks put in place to harness and direct those forces. As a result, architects often overestimate their own contribution to the urban form. When realising they are not reaching their intended goals, they blame strawmen such as “capitalism” or “the system”» (Pablo Guillen 2020).

Dette viser til at både arkitekter og byplanlegger ofte er uvitende om hvilke krefter som faktisk er med på å forme byer, og regelverket som utnytter og styrer disse kreftene. Dette resulterer i at arkitekter ofte overvurderer sitt bidrag i byplanleggingen. Når de da senere forstår at de ikke har oppnådd de tiltenkte målene, skylder de på «kapitalismen» eller «systemet». Dette er ofte tilfellet når offentlige rom ikke får den effekten som arkitektene og byplanleggerne håpet.

Annen litteratur som kan være relevant å se nærmere på er forskning skrevet av Jan Gehl. Gehl er en dansk byplanlegger og arkitekt, og fokuserer spesielt på forbedring og analyse av

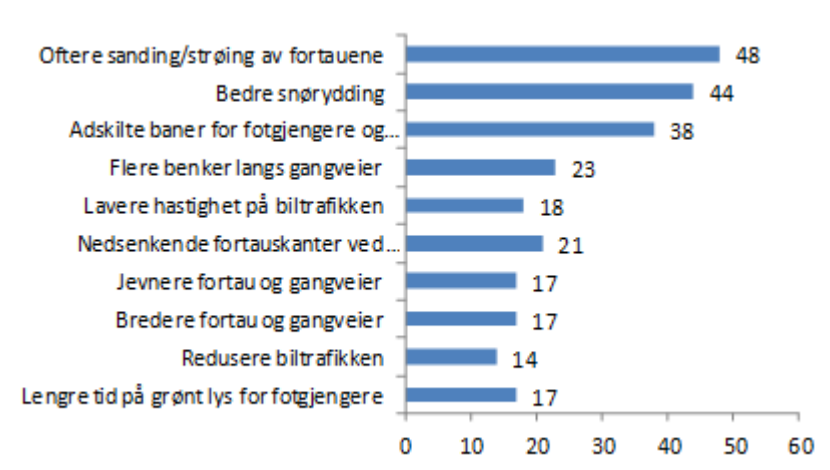
byrom, noe som er svært relevant for min masteroppgave. Hans forskning har vært en viktig bidragsyter til at byplanleggingen ikke bare omfatter biltrafikk, men også personer til fots. Dette kan direkte trekkes inn til hvordan Det nye torvet i Trondheim har gått gjennom en transformasjon, der torvet tidligere var preget av motoriserte kjøretøy, mens det i dag er bilfritt. I dagens torv er det tilrettelagt for fotgjengere, og de har stengt av torvet for ferdsel av biler. Gehl har skrevet en del litteratur som omhandler omdanning av byer, med bilfrie soner, og mer plass for syklistene og fotgjengere. Noen bøker som kan være spennende å se nærmere på er *Cities for people* (Gehl 2010) og *Livet mellom husene* (Gehl 1971).

Annen relevant litteratur om universell utforming som er mer på mikronivå er TØI sin artikkel om benker og hvileplasser. Denne artikkelen tar for seg viktigheten av tilgang til sitteplasser for at flere grupper, og da særlig eldre skal ha muligheten til å oppholde seg i offentlige rom. TØI anbefaler 100-150 meter mellom hver benk for at alle skal kunne benytte seg av et område. Videre bør avstanden reduseres dersom det er mye ferdsel i området (Amundsen 2014). Muligheten for å hvile og sitte har stor betydning for hvordan offentlige rom brukes, og av hvem. For å nå målet om at flere skal gå, er det viktig med offentlige rom er utformet på en måte som gjør at flest mulig kan benytte det. For eldre er derfor tilgangen på hvileplasser viktig for om de kan benytte et område eller ikke (Amundsen 2014).

Man kan videre dele hvileplasser inn i tre kategorier, og det er primære sitteplasser, sekundære sitteplasser og kommersielle sitteplasser. De primære sitteplassene er planlagte og tilrettelagt for dette formålet, og alle kan bruke de. Noen eksempler er benker og stoler.

De sekundære sitteplassene er mer uformelle og tas i bruk kun ved behov. De fungerer ofte med å supplere de primære sitteplassene, og kan tilgodese et skiftende sittebehov i byrommet. Disse kan ikke brukes av alle, og eksempler på sekundære sitteplasser er trapper, rekkverk, gressplener, kanter og fontener.

De kommersielle sitteplassene er plasser som det koster penger å sitte, og er eksempelvis steder med uteservering (Dahlman 2005).



FIGUR 6: VISER TILTAK SOM GJØR DET ENKLERE FOR ELDRE Å GÅ. ANDELEN ELDRE SOM SVARER AT TILTAKET ER «SVÆRT VIKTIG» FOR AT DE SKAL GÅ MER (AMUNDSEN 2014).

3.3 Eldre og tilgjengeligheten på offentlige rom

I dagens samfunn har det blitt større fokus på å utvikle de beste metodene og måtene for å planlegge steder for utendørs aktiviteter for eldre. Dette bidrar til bedre folkehelse blant eldre, og nylige studier fra Europa implementerer konsepter som omhandler aldrings-vennlige byer i Nederland og Polen. Studiene illustrerte potensialet for å lage byer som er mer tilpasset behovene til eldre mennesker, og hadde som formål å identifisere viktige utfordringer for aktiv aldring i nåværende og fremtidige generasjoner. Det kommer også frem i denne studien at fordi eldre mennesker er mindre mobile enn yngre mennesker, så har de en mindre sosial og aktiv radius. Dette gjør at de bruker mer tid på de offentlige stedene som parker og torv som ligger i nærheten av der de bor (Shan 2020). I de siste årene har det blitt mer anerkjent at urbane grønne områder er viktig for en god helsemessig utvikling av beboere i urbane strøk. Grønne områder i urbane strøk vil bidra til bedre folkehelse blant beboere i nærmiljøet. Videre er urbane parkrom et av de viktigste aktivitetsrommene for eldre, og eldre er ofte hovedbrukerne av urbane parker (Shan 2020).

3.3.1 Sosiale møteplasser og velfungerende uteområder

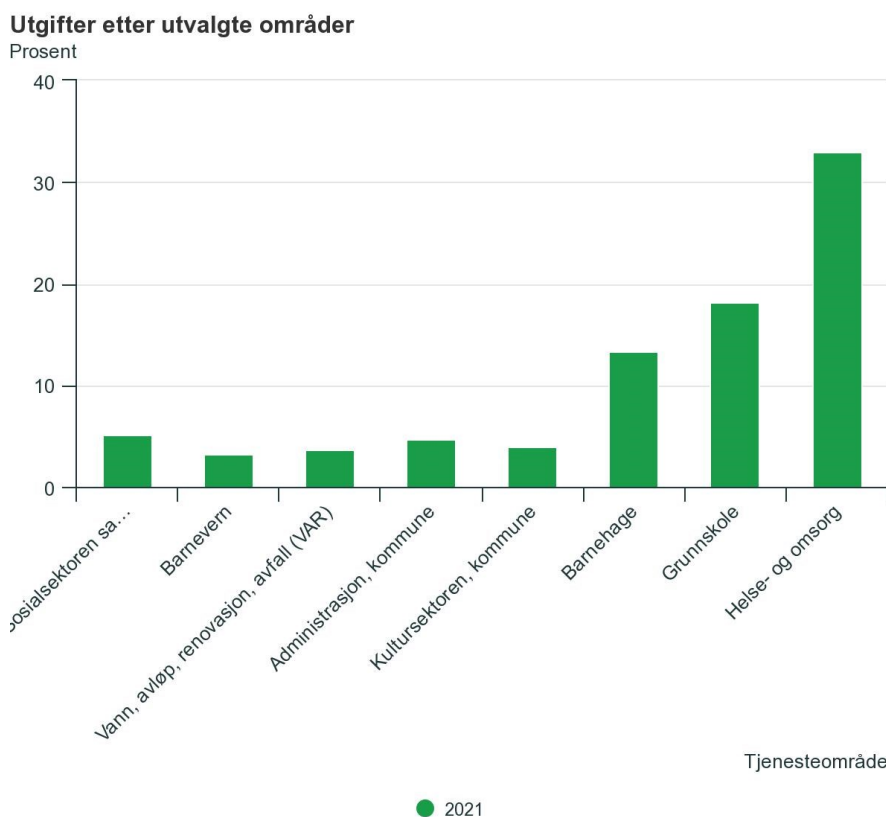
Fysiske omgivelser og helse henger sammen, og natur og grønne omgivelser har en stor positiv effekt på menneskers livskvalitet. Dette er ikke noe som kun gjelder de eldre, men alle mennesker, uansett alder. Som nevnt tidligere så er det mange faktorer som bidrar til økt fysisk aktivitet hos eldre. Hvis man ser på flere ulike studier er det en fellesnevner at muligheten for sosial kontakt er en stor motivasjonsfaktor. Ofte er det et sosialt treffpunkt som er målet for turen, og dette kan eksempelvis være kaffekroken på nærbutikken, eller at man tilfeldig møter på folk underveis i turen. Sosiale møteplasser har ikke alltid stor nok plass i mange nye boligprosjekter. Dette gjelder både i spredtbygd strøk, men også i tette byer. Det er også en mangel på attraktive gangforbindelse og sosiale møteplasser, noe som går utover de mest stedbundne beboerne, altså eldre og barn (Waage 2019).

3.3.2 Transport og mobilitet i aldersvennlig stedsutvikling

I arbeidet med å skape steder som er aldersvennlig er det viktig å vektlegge rimelig og lett tilgjengelig transport. For menneskets følelse av mestring og livskvalitet er det nødvendig at de har muligheten til å komme seg dit man ønsker. Dette gjelder uansett hvor rikt nærområdet er på tjenester og tilbud. Det er også mange eldre som ikke kjører bil selv, og blir derfor avhengige av å ta beina fatt eller benytte seg av offentlig transport. Dette gjør at tilrettelagt og rimelig transport er svært avgjørende for at eldre skal kunne bruke og ta del i tilbudene til kommunen. Samtidig er det en viktig del av det å være koblet på «verden utenfor», slik at man eksempelvis kan besøke familie og venner som bor et stykke unna. Det har den siste tiden kommet flere eksempler på uttestinger av fleksible bussløsninger som er svært vellykket, og som har tilpasset seg både by og bygd. Det er likevel viktig å passe på så man ikke får et transportfokus som er for ensidig. Erfaringer viser at behovet for transport til eldre i stor grad dreier seg om å komme fra boligen til ulike tilbud i lokalmiljøet eller andre steder i kommunen. Ser man det fra et planperspektiv kan det være vel så hensiktsmessig å diskutere lokalisering av tilbud slik at man slipper transport. Likevel vil nok de fleste mest sannsynlig tenke som Ole Brumm, «Ja takk begge deler» (Waage 2019).

Både på bygda og i byen så ser man at de fleste stedene preges av høy bilbruk. Tidligere hadde nesten alle eneboligområder post og butikk i nærområdet. Disse funksjonene har forsvunnet mange steder, og handelen er flyttet ut til innfartsårene. Dette gjør at mange ofte blir svært avhengig av bilen eller annen transport for å komme seg til nødvendige tjenester eller til butikken. Et nærmiljø kan ha mange idealer som ofte står i kontrast til dagens utvikling. I håndboken for aldersvennlig stedsutvikling har de foreslått at en mulig løsning er å la de kommunale tjenestene danne kjernen i et nærmiljø. Skal en slik løsning fungere så er man avhengig av å se på nye organisatoriske og arkitektoniske løsninger for kommunale virksomheter. Slike kommunale virksomheter kan være eldresentre, skoler, omsorgsboliger, barnehager og helsestasjoner. På denne måten kan tilbudene sammen med andre private tilbud som frisør, legekantor og eventuelt nærbutikk danne gode lokalsentra (Waage 2019).

3.4 Active Ageing internasjonalt og i Norge



FIGUR 7: FIGUREN VISER UTGIFTER ETTER UTVALGTE TJENESTEOMRÅDER I TRONDHEIM KOMMUNE (STATISTISK SENTRALBYRÅ 2021).

I artikkelen «Older people and «active ageing»: Subjective aspects of ageing actively» skriver Stenner (2011) at ordet «aldring» referer til hele livsløpet og ordet «aktiv» referer til pågående involvering i aktiviteter som spenner fra det sosiale, økonomiske og kulturelle å trene og rutinemessige aktiviteter av dagliglivet. Endringer i familiestruktur og økt levetid har ført til en situasjon, hvor den raskest voksende befolkningsgruppen i den «utviklede» delen av verden er mennesker som er 80 + (Stenner 2011). I studien brukte hun semistrukturert format da hun intervjuet menneskene, og intervjuet varte omtrent en time. Videre var intervjueren opplært til å være følsom overfor respondentene, og gi rom for spørsmål. Respondentene ble påmint at formålet med intervjuet var å få innsikt i deres oppfatning av «active aging» og livskvalitet, og hvordan man kan oppnå å eldes aktivt. Resultatet på studien var at de fleste så på «active aging» som fysiske, mentale og sosiale aktivitetsmåter, med fysisk aktivitet som den hyppigste assosiasjonen med uttrykket. Andre mindre hyppige svar inkluderte autonomi, interesse for livet, takle utfordringer og holde seg oppdatert på verden rundt seg. Det er likevel viktig å understreke at den mest vanlige beskrivelsen av «active aging» i denne studien ikke fokuserte utelukkende på en kategori slik som fysisk, mental eller sosial aktivitet. Isteden var det en blanding av disse kategoriene som til sammen utgjorde en rekke aktiviteter, slik som interesser, hobbyer, familie, sosial omgang med andre mennesker, frivillig arbeid, å være en del av et fellesskap, kjøre bil etc. Utrykket «å holde seg aktiv» ble gjentatte ganger brukt for å forklare hva de så på som «active aging». Derfor blir det for upresist å kun nevne de tre kategoriene som omhandlet, det fysiske, sosiale og mentale, da det er mer komplekst enn som så. Videre kom det frem i studien at det å holde seg oppdatert og involvere seg i samfunnet var vel så viktig for aktiv aldring, som fysisk helse (Stenner 2011).

En annen studie innenfor «Active ageing» fra Tyrkia evaluerer de eldre sitt behov når det kommer til bruk av offentlig steder. Studiens formål var å evaluere offentlige steder og tilgjengeligheten, som har en stor innvirkning på dagliglivet til eldre. De beskriver aldring som en prosess som er umulig å stoppe, og som har sine biologiske, sosiologiske, kronologiske og psykologiske aspekter. En av de mest gjeldene aspektene med det å bli gammel er at eldre mennesker ofte har en eller flere sykdommer, og i tillegg problemer med mobilitet- og funksjonalitet. Ved aldring vil man kunne oppleve muskelsykdommer, utmattelse, balanse- og styrkeproblemer og hørsel- og synsvansker (Liang 1973). Dette er faktorer som påvirker bevegelsesevnen, romoppfatning og den mentale kapasiteten til

individet. Dette igjen påvirker hvordan de eldre opplever farer på offentlige steder (Sonmez turel 2007).

Det er flere interessante funn som artikkelen til Sonmaz Turel m.fl. Eksempelvis bør ikke distansen fra parkeringsplassen og til det offentlige rommet være for lang. Dette gjelder også benker, utkikkspunkt, toaletter, fontener og lignende. Dette er også en tankevekker i forhold til hvordan man planlegger infrastruktur. Det bør tas hensyn til at avstander kan oppleves ulikt basert på fysiske forutsetninger. Det må derfor tilrettelegges slik at eldre kan komme seg til offentlige steder, uten for lange gåavstander. Er kollektivtilbudet lokalisert nært offentlige rom vil eldre i større grad ta i bruk begge deler (Sonmez turel 2007). Ifølge en studie som Sonmez Turel m.fl har referert til i sin artikkel, bodde 60-70% av menneskene som brukte parker i lokalmiljøet innen en rekkevidde på 800 m fra parken. Selve studien omhandlet en park kalt Bornova Buyuk Park, som inkluderte gater som er innenfor 5 og 10 minutters gange til det offentlige rommet. Ifølge tidligere referanser om eldre mennesker, bodde mesteparten av de som brukte en park innenfor 800 m fra den. I medium hastighet på gangen vil et eldre menneske gå 400 m på 5 minutter, og 800 m på 10 minutter. Samme studie konkluderte med at eldre hadde en vane for å gjøre handling og andre husholdnings oppgaver på morgenen, og at de bruke å oppholde seg ute på offentlige plasser på ettermiddagen (Sonmez turel 2007).

10 råd for aldersvennlig stedsutvikling

1. Gjennomfør inkluderende stedsutviklingsprosesser som inspirerer, fornyer og forankrer ideen om et godt sted for alle - også eldre
2. Ha en bevisst og konsekvent lokaliseringspolitikk som legger opp til utstrakt sambruk og skaper en god arbeidsdeling mellom kommunesenteret og bygdene eller bydelssenterne.
3. Husk at gamle og unge trenger hverandre. Let etter løsninger som når flere brukergrupper samtidig.
4. Lag en boligpolitikk som inspirerer til at folk i ulik alder og livssituasjon kan leve sammen. Tilby ulike boligtyper og boformer tett på handel, kultur og tjenestetilbud.
5. Skap inspirerende omgivelser som er oversiktlige og trygge når sansene svekkes.
6. Skap attraktive arenaer sentralt i nærmiljøene hvor folk treffes og lag og foreninger kan ha møter, aktiviteter og arrangementer. Er det mennesker tilstede store deler av døgnet øker trygghetsfølelsen for alle.
7. Skap byer, tettsteder og lokalmiljøer hvor det er enkelt å leve uten bil - hele året.
8. Tenk nytt når det gjelder kollektive transportløsninger for eldre som bor usentralt, eller ikke har tilgang på bil.
9. Gjør universell utforming til en premisse for all planlegging.
10. Ansett en stedsutvikler som har som oppgave å jobbe på tvers i kommunen og samarbeide med frivilligheten, befolkningen og næringslivet slik at planer og intensjoner kan bli gjennomført med kvalitet.

17

FIGUR 8: RÅD FOR ALDERSVENNLIG STEDSUTVIKLING SOM BØR TAS TIL BETRAKTNING NÅR MAN PLANLEGGER OFFENTLIGE ROM I NORGE (WAAGE 2019).

4. Metode

Jeg har valgt kvalitativt intervju for å besvare problemstillingen i denne masteroppgaven. Det fins mindre kvalitativ forskning på offentlige rom og eldre i Norge enn internasjonalt. Dette gjør at denne oppgaven vil kunne belyse flere sentrale aspekter for en god og aktiv aldring i Norge. Ved å benytte kvalitativ tilnærming vil jeg kunne få en dypere innsikt i hvordan offentlige rom burde planlegges for å tilfredsstille behovene til de eldre. Jeg sendte inn beskrivelse av masteren til NSD, som vurderte den og godkjente forskningen.

Gode offentlige rom gjør at eldre trives og får bedre livskvalitet, som har positiv påvirkning på samfunnet. Videre vil det forhåpentligvis sørge for at denne aldersgruppen vil komme seg mer ut, og være sosiale. Dette vil ha positive effekter på den psykiske og fysiske helsen deres, og opplevelsen av aldring. Det skapes en sosial arena som inviterer til interaksjon, og som bidrar til forbedret helse, mer sosial stimuli, og som kan forhindre isolasjon, ensomhet og depresjon.

4.1 Kvalitativ metode

Kort forklart vil man ved å benytte seg av en kvalitativ forskningsmetode kunne ta del i en naturlig setting. Man deltar personlig i ulike situasjoner som man ønsker å få større innsikt i. Dette gjør at man som forsker får muligheten til en mer detaljert opplevelse av individet og situasjoner. Forskeren prøver å skape et godt tillitsforhold med informanten, men uten å påvirke settingen mer enn nødvendig.

Forskning som er kvalitativ går i hovedsak ut på å rapportere og tolke. Da må forskeren filtrere ut det som er uviktig og viktig for å besvare det man prøver å finne ut av. Dette gjør at det er uunngåelig at forskningen ikke bærer preg av personlig tolkning. Noen metoder innenfor kvalitativ forskning er observasjoner, analyse av tekst, ustrukturert intervju og audio/video-opptak (Tjora 2018).

Videre vil kvalitativt intervju åpne for å bedre identifisere problemstillinger og temaer som ikke var satt opp som svaralternativ eller spørsmål da undersøkelsen var under utforming. Informantene har større mulighet til å berøre problemstillinger som går på individuelle

personlige erfaringer. Disse erfaringene kan de relatere holdninger sine til, og det dannes individavhengige aspekter som man ikke kunne forutsett på forhånd. På grunn av at forskeren ikke har kunne forutsett disse aspektene på forhånd, er det heller ikke lagt opp som et svaralternativ i spørreskjemaet. Et personlig intervju er avhengig av at forskeren og informanten har en god dialog. Med en god dialog vil det være enklere komme med refleksjoner som gjør at vi kan beskrive et personlig intervju som intersubjektivt. Dette kan forklares med at de refleksjonene som er hentet ut avhenger av samspillet mellom forsker og informant. Dette betyr ikke at erfaringene og meningene som presenteres i et personlig intervju ikke eksisterer utenfor intervjuets kontekst. Det betyr heller at måten det gjøres på avhenger av den spesielle interaksjonen mellom informanten og forskeren (Tjora 2018).

For å kunne gå mer i dybden og indentifisere aspekter og problemstillinger rundt offentlige rom og eldre har jeg valgt å bruke personlig intervju. På denne måten vil det være en stor sannsynlighet for at jeg får innhentet en del informasjon om temaer og problemstillinger angående hvordan offentlige rom er planlagt for å tilfredsstille eldre sine behov, og hvilken påvirkning offentlige rom har for den psykiske og fysiske helsen deres. Det kan hende informantene berører problemstillinger som går på personlige erfaringer med offentlige rom, og som eksempelvis torvet i Trondheim.

Videre er jeg interessert i at de personlige intervjuene skal skje ansikt til ansikt, i enkeltintervjuer og i fokusgrupper. Dette vil selvfølgelig i en viss grad kunne påvirke det som blir sagt ut ifra den sosiale situasjonen, atmosfæren og stemningen som befinner seg på det tidspunktet intervjuet blir avholdt. Det vil også være relevant å trekke inn at intervju av denne type påvirkes i stor grad av hvordan dialogen oppfattes. Er dialogen mellom forsker og informant god vil det være større sannsynlighet for at deltakeren slapper av, og åpner seg mer. I et personlig intervju som foregår ansikt til ansikt har forskeren innsikt i hvordan situasjonen er, men i en telefonbasert undersøkelse har ikke forskeren samme innsikt. Dette kan påvirke svarene ved at informanten er distraheret og kan holde på med flere ting samtidig. Dette kan påvirke hvordan informanten svarer, da den ikke får tid til å reflektere rundt svaret de gir (Tjora 2018).

4.1.1 Kvalitativt intervju

Mitt kvalitative intervju kan sees på som en samtale mellom meg og informanten, der formålet med intervjuet er å få innsikt i hvordan påvirkning offentlige rom har på

informantene. Videre vil jeg prøve å avdekke om de føler de offentlige rommene er godt nok tilrettelagt, og hvordan de opplever de. Dette vil være interessant å knytte opp mot tidligere forskning på feltet slik at man kan finne ut hvordan man kan forbedre planleggingen av de offentlige rommene i samfunnet slik at de er bedre egnet for eldre. Ved å benytte kvalitative intervjuer får man et godt utgangspunkt i hvordan informantene reflekterer og opplever egen situasjon rundt bruken (Thagaard 2003).

Innenfor samfunnsforskning vil det å benytte seg av intervju bidra til å produsere data som ikke hadde kommet til å eksistere uten intervjuingen til forskeren (Silverman 2004). Dette er i kontrast til dataproduksjon gjennom bruk av andre typer metoder slik som tekstanalyse eller observasjoner, der en ser på aktiviteter som eksisterer uavhengig av forskeren. Likevel er det viktig å huske på at fenomenene ikke snakker for seg selv, og derfor vil produksjonen av data aldri være upåvirket av forskeren (Silverman 2004).

4.1.2 Semistrukturert intervju

Jeg har valgt å gjennomføre semistrukturerte intervjuer, som gir meg større mulighet til å sammenligne informasjonen jeg får fra informantene. Dette er vanskeligere når man har åpne intervjuer med en lavere grad av struktur. Semistrukturerte intervjuer har en viss grad av fleksibilitet i intervjuene selv om det ikke er helt åpent, noe som gjør at data som produseres underveis kan la seg bli styrende for videre spørsmål som måtte bli stilt (Thagaard 2003). Dette gjør at jeg kan tilpasse spørsmålene mine ut ifra hva som blir sagt i ulike intervjuer, selv om jeg har nedskrevet spørsmål som jeg følger. Jeg får da mer utfyllende svar og informasjon om ulike temaer som kan være viktige for oppgaven.

Videre vil man ved et semistrukturert intervju oppleve at man kan undersøke og avdekke stadig ny informasjon underveis, og gjennom hele forskingsprosessen. Med et semistrukturert intervju er ikke antakelsene fastlagt på forhånd og det er en viss grad av fleksibilitet (Berg 2009). Man kan videre få en mer nyansert og dypere forståelse ved semistrukturerte intervjuer enn ved strukturerte intervjuformer, der man kun får kunnskap om det man spør om. Dette gir en bedre forståelse av informantenes meninger og hvor mye og hva de tillegger de ulike fenomenene som man forsker på (Berg 2009).

Når man foretar intervjuer er det viktig å ikke la seg ubevisst styre av eventuelle prekonstruksjoner, som betyr at forskeren har fastlagte oppfatninger på forhånd om hvordan virkeligheten til det som forskes på er. Det er viktig at man er bevisst i eventuelle forhåndsantakelser som man måtte ha på feltet, slik at man unngår å naturalisere allmenne oppfatninger som ofte er tatt for gitt (Silverman 2004).

4.1.3 Tematisk intervjuguide

Før jeg hadde de kvalitative intervjuene laget jeg en tematisk guide (vedlegg 1) med stikkord om temaer som jeg ønsket å finne ut mer om. Ved å lage en slik guide visst jeg bedre hva jeg skulle forholde meg til underveis i intervjuet, og jeg ble derfor stadig påminnet hva jeg ønsket mer informasjon om. Hensikten med en slik løsning var å invitere til refleksjon rundt det informantene ble stilt spørsmål om.

4.1.4 Utvalg og rekruttering av informanter

Utvalget er strategisk, da det var viktig å bruke informanter som har de egenskapene som er relevante for å best mulig besvare problemstillingen (Thagaard 2003). Informantene måtte være over 65 år, og jeg ønsket både menn og kvinner, slik at undersøkelsen ikke omhandlet kun ett kjønn. Videre var det viktig at informantene hadde god kjennskap til Trondheim by, og har bodd eller bor der.

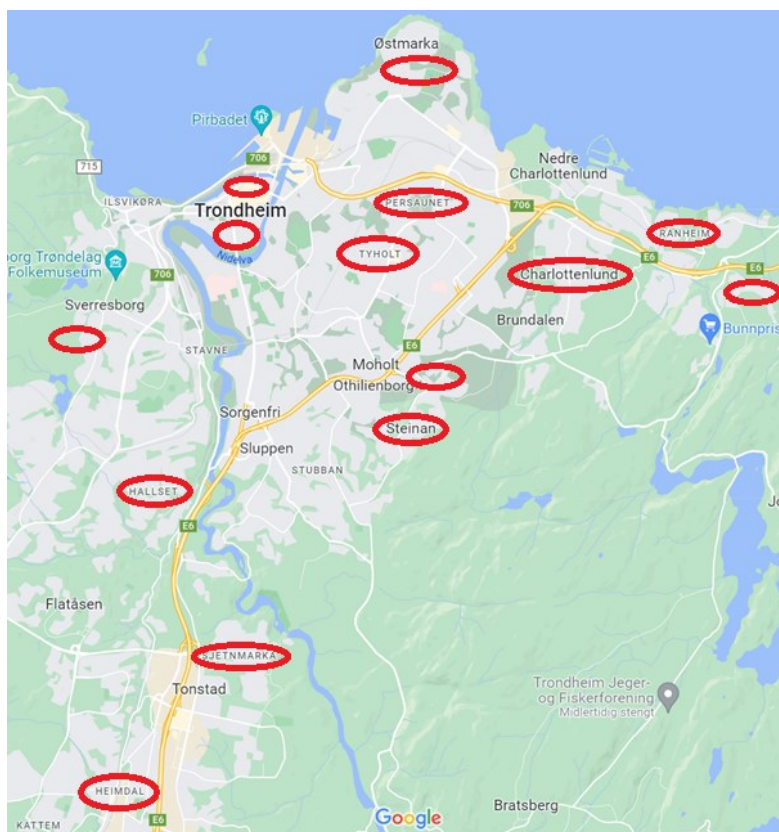
4.1.5 Rekruttering av informanter

Jeg prøvde å rekrutterte noen informanter ved at jeg oppsøkte grupper med eldre som satt på bakeriet i nærmiljøet mitt. Jeg følte at disse ville være gode kandidater til å belyse viktigheten av møteplasser og forklare hva som skal til for å øke bruken av offentlige rom blant folk i denne aldersgruppen. Jeg hang også opp lapper i blokker og på oppslagstavler på butikker rundt om i Trondheim. Videre pratet jeg med bekjente og venner og fortalte om

masteroppgaven min, og hva jeg ønsket å finne ut av. På denne måten fikk jeg også kontaktinformasjon og gode tips til aktuelle informanter. Jeg er også medlem av en gruppe på Facebook som omhandler Trondheim by. I denne gruppen er det mange Trondheims patrioter og det blir lagt ut mange bilder fra byen med tilhørende informasjon om eksempelvis arkitektur, bygninger, parker, offentlige rom og torvet i Trondheim. Jeg følte at denne gruppen kunne være nyttig for å komme i kontakt med informanter som er over 65 år, og som bruker offentlige rom i Trondheim. Jeg lagde et innlegg med en tekst som forklarte at jeg var ute etter informanter til min masteroppgave, og hva masteroppgaven i korte trekk handlet om. Jeg var også åpen for å bruke snøballmetoden der informantene selv bidrar til at jeg kommer i kontakt med andre eventuelle informanter. Jeg avtalte med informantene et tidspunkt som passet for alle, og leverte informasjonsskriv (vedlegg 2) som de kunne få muligheten til å lese hjemme, for så å levere til meg med underskrift når intervjuet fant sted.

4.1.6 Informantene

Eneste kriteriet for å kunne være med på denne undersøkelsen var at informantene måtte være over 65 år og bo eller ha bodd i Trondheim. Jeg hadde 15 enkelt intervjuer, der det kun var jeg og informanten. Videre hadde jeg 5 intervjuer i fokusgrupper der det var mellom 3-5 informanter i hver fokusgruppe. Utvalget av informanter var meget godt, og jeg prøvde å finne informanter som bodde i forskjellige deler av Trondheimsområdet. Ved å intervjuer informanter fra forskjellige bydeler og områder i Trondheim får man et mer variert og nyansert utvalg som bedre fremstiller helheten av menneskene som bor i Trondheim. Hadde man kun intervjuet informanter fra Tyholt ville man nok fått et annerledes resultat enn hvis man intervjuer mennesker spredt rundt om i bydelene i Trondheim.



FIGUR 9: KARTUTSNITT SOM VISER HVLKE OMRÅDER SOM INFORMANTENE BOR I, OG SOM VISER OPPGAVENS SPREDNINGEN NÅR DET KOMMER TIL VALG AV INFORMANTER (EGENPRODUSERT).

4.1.7 Gjennomføring av intervjuene

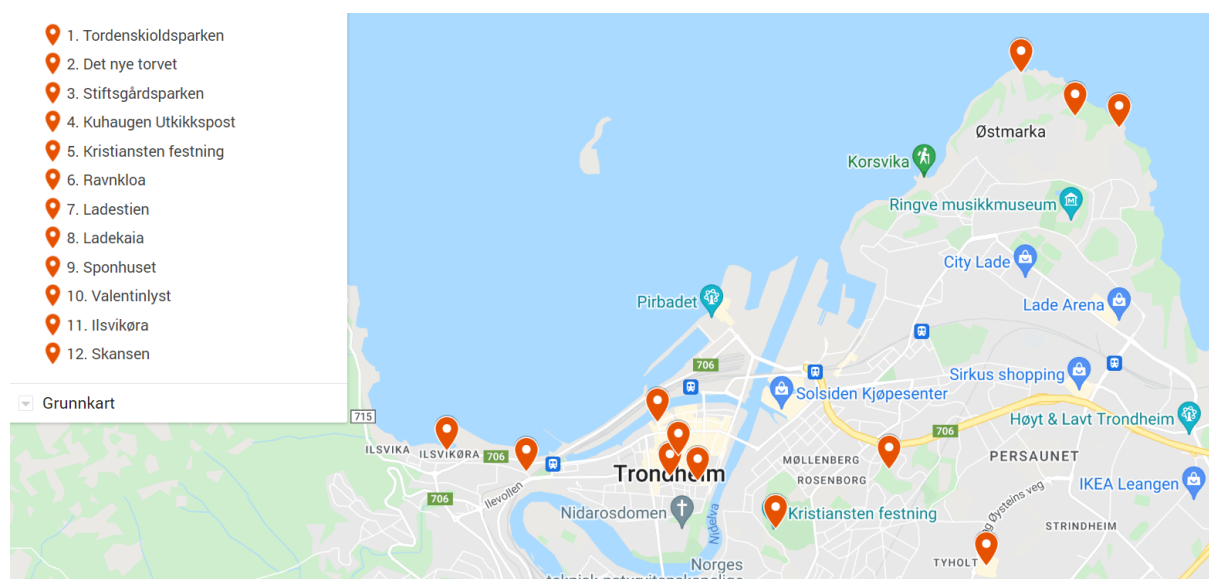
Intervjuene ble gjennomført enten på en kafé, restaurant eller hjemme hos informantene. Det var informantene selv som fikk bestemme hvor intervjuet skulle ta plass. Videre avtalte vi en dato og ett tidspunkt som passet begge. Noen av stedene jeg hadde flest intervju på var blant annet på Melhus Bakeri på Valentinlyst, Hevd/Una på torvet, og flere serveringssteder på Solsiden. Intervjuene bar preg av en avslappet stemning, og praten fløt lett da intervjuene var semistrukturerte. Dette ga informantene muligheten til å utdype ulike kategorier og spørsmål som var spesielt viktige for dem. Det var også enkelt å stille oppfølgings spørsmål hvis informanten svarte på et spørsmål som jeg følte han eller hun egentlig hadde mer å fortelle om. Ofte når jeg stilte oppfølgings spørsmål endte det med at informantene fortalte historier eller hendelser som omhandlet temaet vi pratet om. Disse historiene og hendelsene var viktige for oppgaven, da de bidro til å belyse aspekter og opplevelser som er viktige for personen. Det var interessant å se hvor ulik opplevelse informantene hadde av offentlige rom og transportmulighetene. I tillegg hadde informantene ulike personligheter, som også bidrar med

å forklare hvorfor de opplever ting forskjellig. Det var svært givende for meg å ha disse intervjuene, da jeg lærte mye nyttig underveis, og alle var hyggelige mennesker med mye på hjerte. Informantene var engasjerte og ga meg innblikk i deres opplevelser og meninger. Det var sjeldent jeg fikk «jeg vet ikke» som svar på spørsmålene jeg stilte, og følte jeg at de ga korte svar så var det muligheter for å reformulere spørsmålet for å få mer utdypende svar.

5. Data/presentasjon av funn

I dette kapittelet vil jeg presentere sentrale funn. Fremstillingen av funn er strukturert etter social practice theory, der man ser på material, meaning og competence.

Innenfor material ser man på hvordan de offentlige rommene tilfredsstiller brukernes behov ved eksempelvis ting som benker, toalett og belysning. Ved å se på meaning ser jeg på offentlige rom og hvilken betydning de har for eldre i form av økt livsglede og sosial interaksjon. Ved å se på competence ser jeg på hvordan infrastrukturen påvirker bruken av offentlige rom. Jeg undersøker tilgjengeligheten til de offentlige rommene, og om infrastruktur tilbudet er godt nok tilrettelagt.



FIGUR 10: KARTET VISER HVOR DE OFFENTLIGE ROMMENE SOM ER NEVNT FLEST GANGER AV INFORMANTENE BEFINNER SEG I TRONDHEIM (EGENPRODUSERT VED BRUK AV GOOGLE).

5.1 Den materielle oppfattelsen av de offentlige rommene

Deltakerne i undersøkelsen fortalte engasjert og spontant om sine opplevelser med de offentlige rommene i Trondheim. Deres erfaringer var stort sett positive, og de fleste trakk frem muligheten mange av de offentlige rommene har for å kunne sette seg ned på en benk å hvile seg. Dette var svært viktig for eldre som hadde dårlig helse, og derfor trengte å hvile seg underveis. Flere av informantene påpekte at de var fornøyde med plasseringene og rekkevidden mellom benkene rundt og i de offentlige rommene.

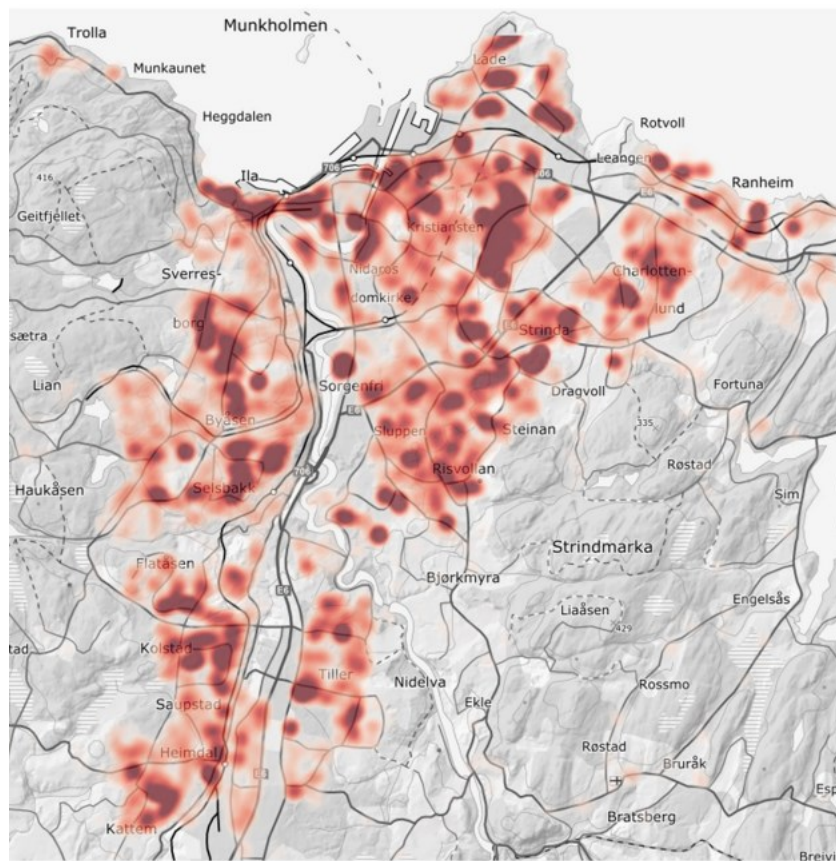


FIGUR 11 BENKER I TORDENSKIOLDSPARKEN VED VÅR FRUES KIRKE (EGENPRODUSERT).



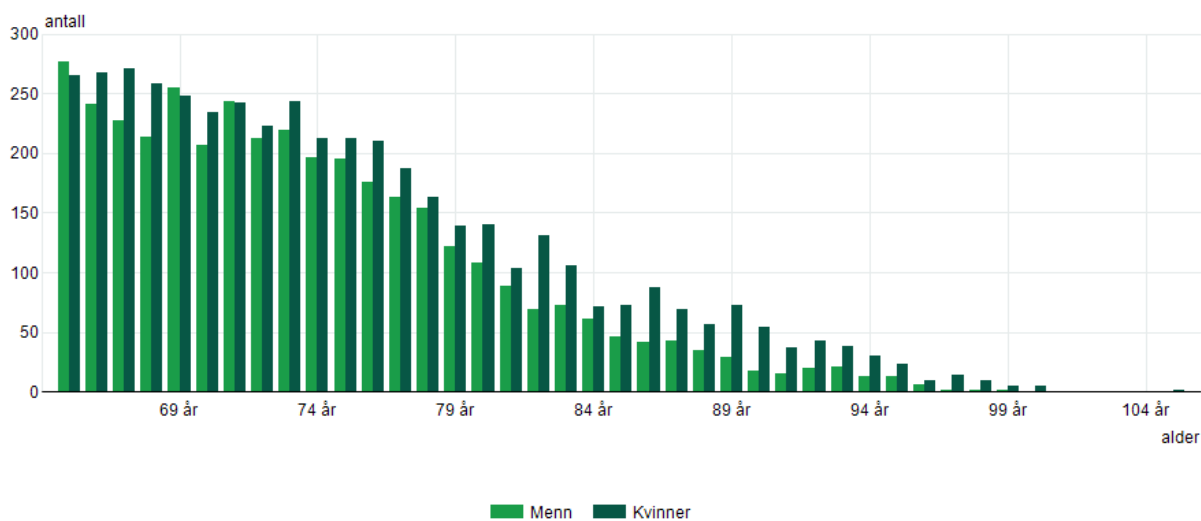
FIGUR 12 BENKER I STIFTSGÅRDEN (EGENPRODUSERT).

Ene informanten bodde i området Bromstad i Trondheim øst, og påpekte at det i nærområdet hadde blitt satt opp mange benker, og at gangveiene hadde blitt betraktelig oppgradert. Dette har ført til at flere eldre i nærområdet bruker disse offentlige rommene, og kommer seg ut. Videre forteller informanten at det har vært stor etterspørsel på Bromstad og Valentinlyst om utbedret uteområder, og det faktisk har ført til at flere av de eldre har tatt saken i egne hender. Mange har engasjert seg, og noen har til og med stilt til byrådet, eller sendt inn forslag til politikerne for å få vedtatt mer tilrettelegging i byplanleggingen for eldre. Området Bromstad, valentinlyst og Tyholt hører til Østbyen i Trondheim, og har en god andel eldre over 65 år. Dette gjør at det er spesielt enkelte områder som det burde vies ekstra fokus når man planlegger offentlige rom.



FIGUR 13: KARTET VISER HVLKE OMRÅDER I TRONDHEIM DET BOR FLEST ELDRE. OMRÅDET SOM ER KLART STØRST OG RØDEST I KARTET ER TYHOLT, BROMSTAD, VALENTINLYST OG ROSENBORG, OG HAR SVÆRT MANGE ELDRE INNBYGGERE (WAAGE 2019).

10826: Befolkning, etter kjønn og alder. Personer, Østbyen, 2022.



Kilde: Statistisk sentralbyrå

FIGUR 14: DIAGRAMMET VISER ANTALL MENN OG KVINNER I ALDERSGRUPPEN 65 ÅR OG OPPOVER SOM ER BOSATT I ØSTBYEN I TRONDHEIM (STATISTISK SENTRALBYRÅ 2022).

5.1.1 Opplyste offentlige rom

En annen informant fortalte om områdeløftet som har foregått på Saupstad og Kolstad, og at belysning har blitt mer vektlagt enn tidligere. God belysning er viktig for eldre, da de ofte opplever større trygghet i områder som er godt opplyste. Å øke følelsen av trygghet er viktig for at eldre i større grad skal bruke offentlige rom flere tider av dagen. I Norge blir det fort mørkt vinterstid, noe som gjør at vi er avhengig av god belysning for å kunne bruke offentlige rommene når det ikke er dagslys. Ser man det i større sammenheng så er det ikke kun de over 65 år som føler seg tryggere med mer opplyste byrom. Dette betyr at bedre belysning gagnar alle i samfunnet, uansett alder.



FIGUR 15 BELYSNING PÅ DET NYE TORVET (EGENPRODUSERT).

5.1.2 Mangel på toaletter

Videre er det nevnt blant flere informanter at de ønsker bedre tilgang på toaletter, og at det vil bedre de offentlige rommene betraktelig. Ene informanten trekker frem spesielt Ladestien som et offentlig rom med for lite toaletter langs turløypa;

«Ladestien e en veldig fin tursti, dær man velge lengden sjøl utifra dagsformen. Men det e litt lite toaletta der, nåkka som gjør at det kun e visse dela av turstien som æ bruke».

- Kvinne 77 år

Informanten mente altså at Ladestien er en lang og fin strekning å gå tur på, men at hun begrenses betraktelig med tanke på hvilke deler av stien hun kan gå på, da det ikke er god nok tilgang på sanitæranlegg. Det er to toaletter langs ladestien som har betegnelsen handikaptaolett, og som eldre med dårlig helse kan benytte seg av. Disse to toalettene er ved

siden av Sponhuset og ved Ladekaia. Størrelsen på toalettene er gode og er enkle å anvende. Derimot finnes det også noen få helt enkle festivaltoaletter langs strekningen på Ladestien, men disse er så små og uhygieniske at de ikke egner seg til bruk for eldre med fysisk dårlig helse. Dette gjør at det blir for få toaletter på Ladestien, som begrenser mobiliteten deres, og de kan kun gå på en liten del av Ladestien.

5.1.3 Dårlig snømåking og strøing

Det har også vært flere informanter som har påpekt at de synes det er for dårlig måket og strødd på vinterstid. Dette gjør at en god del eldre føler seg utrygge, og kvier seg for å gå ut. Dette gjør at det blir vanskeligere å komme seg ut og besøke offentlige rom. Det har spesielt blitt tatt opp dårlig måking rundt bussholdeplasser, som lager store snøskavler/snøfonner som det er vanskelig å komme seg over eller forbi. Flere informanter ser på dette som et stort problem også når det kommer til bruken av kollektivtransport. Ved å lage barrierer for fremkommeligheten til kollektivknutepunkt begrenser de mobiliteten til eldre. Atb og Trondheim kommune ønsker å nå et nullutslippsmål, og er derfor avhengige av at innbyggerne velger miljøvennlige transportmidler. For at flere skal ha muligheten til å benytte seg av kollektivtransporten er de nødt til å ta mer hensyn og tilrettelegge bedre. Ved å måke og strø ordentlig på vinteren vil alle aldersgrupper i Trondheim føle seg tryggere, og det vil være enklere å velge kollektivtransport fremfor bil.

«Jeg føler meg ofte utrygg når jeg går ute på vinteren på grunn av dårlig snømåking som gjør at det er vanskelig å komme seg forbi snøskavler. Dette gjør at jeg ikke går ut så ofte som jeg ønsker på vinteren».

- Kvinne 77 år

Videre blir det også nevnt at det blir for dårlig måket ved fotgjengeroverganger. Da brøyter som regel brøytebilen bilbanen og etterlater seg en høy snøskavl rett foran

fotgjengerovergangen. Dette er vanskelig for eldre å komme seg over, og enda vanskeligere hvis man er dårlig til beins og kommer i rullestol eller med rullator.

«Æ like ikke å gå ut på vinteren, og hold mæ oftere hjem. Det e vanskelig å kom sæ frem med den elektiske rullestolen min når det e dårlig måka og «slafse-føre». Og hvis dæm brøyte så e det så mange snøskavla som ligg i veia»

- Mann 80 år

5.1.4 Universell utforming på torvet

Informantene er stort sett fornøyde med den universelle utformingen på det nye torvet i Trondheim. De forteller at torvet er bedre tilrettelagt for eldre og mennesker med handikap, da brosteinene er skiftet ut med flate store steinfliser uten store overganger. Det var likevel noen av informantene som savnet det brosteinsbelagte torvet, da de kjente på en historisk nostalgi på hvordan torvet så ut før i tiden. Det er likevel viktig å påpeke at informantene som foretrakk brostein som underlag hadde denne preferansen kun basert på det historisk estetiske, og ikke fremkommelighet. Imidlertid så syntes de aller fleste informantene at de store steinflisene både var estetisk penere og økte brukervennligheten på torvet. Ene informanten uttalte seg slik:

«Æ like torvet my bedre no, da det har blitt så trivelig og ser så ordentlig ut. Det e my enklere å gå, no når brosteinan e skifta ut... æ syns det kan vær litt krevende å gå på kupert underlag.... Og det syns folk med rullator og rullestol ofte også.... Vi syns ikke det va så godt tilrettelagt med brostein før».

- Kvinne 76 år



FIGUR 16 TORVET BESTÅR AV STORE FLISER SOM ØKER FREMKOMMELIGHET FOR ELDRE SOM BRUKER RULLATOR ELLER RULLESTOL OG SOM ER DÅRLIG TIL BEINS (EGENPRODUSERT).

5.1.5 Det nye torvet i Trondheim

Det nye torvet i Trondheim er ett av de offentlige rommene som jeg har valgt å fokusere mest på i denne oppgaven. Bakgrunnen for dette er at torvet blir ansett som ett av det mest kjente offentlige rommene i Trondheim. Alle «Trondhjemmere» har et forhold til akkurat dette rommet, og det ligger mye historie her som har betydning for byen. Videre er dette et offentlig rom som har forandret seg atskillig opp gjennom årene, og har tilpasset seg de forskjellige tidsepokene, og bruksområdene som har vært gjeldende. På 70-tallet var bilen et veldig utbredt transportmiddel, og hadde en stor plass i bybildet. Dette gjorde at det ble ansett som en selvfølge å skulle tilrettelegge for trafikk med motoriserte kjøretøy på torvet. I dag er opplevelsen en helt annen, og bilen som transportmiddel har av mange blitt erstattet med buss eller annen elektrifiserte fremkomstmidler slik som El-sykler og El-sparkesykler. Dette gjenspeiles tydelig på det nye torvet, og det er nå stengt av for motoriserte kjøretøy. Tidene endrer seg, og det samme gjør befolkningstallene for Trondheim by. En informant sa at hun savnet bedre parkeringsmuligheter, og kunne tenkt seg å ta i bruk bilen hvis hun skulle kjøpe

noe med størrelse i midtbyen. Men hun forsto også at med et stadig økende innbyggertall, så kan ikke alle bruke bilen når de skal besøke midtbyen;

«Æ forstår at ikke alle sammen kan benytt sæ av bilen når dæm ska handle i midtbyen.... Det hadd jo ikke gått an, for da villa det jo blitt kaos og altfor my køa. I tillegg villa det blitt dårlig luft hvis det skulla blitt masse oppsamling av bilkøa i midtbyen».

- Kvinne 68 år



FIGUR 17 BILDET VISER TORVET PÅ 60-TALLET MED BILTRAFIKK (TRONDHEIM BYARKIV)



FIGUR 18 BILDE VISER DET NYE TORVET I DAG MED STORE STEINFLISER OG UTEN MOTORISERTE KJØRETØY (EGENPRODUSERT).

Vannfontenen ved Olav Tryggvason statuen har blitt nevnt som et estetisk fint samlingspunkt av flere informanter. Imidlertid skulle de ønske det var satt opp noen benker rundt fontenen slik at man kan sitte å se på den fra nært hold. Barn er også veldig fascinert av vann, og flere av informantene har tatt meg seg barnebarn til torvet for å se på vannfontenen. Dette bidrar til mer alderssammensetning og liv på torvet. Informantene er også svært fornøyde med mengden av trær, busker og blomster. De synes det er en god sammensetning av grønnstruktur og blåstruktur som sammen med de rette steinflisene skaper en fin ro og harmoni.

«Æ har ofte med mæ barnebarnan på torget da æ bor i nærheten, og torget passe for alle generasjon. De e også vann på torget, nåkka som barn syns e veldig spennende»

- Kvinne 72 år



FIGUR 19 STATUEN HAR EN INTEGRERT VANNFONTENE MED LYS SOM DEL AV BLÅSTRUKTUREN PÅ DET NYE TORVET (EGENPRODUSERT).



FIGUR 20 INTEGRERT BLÅSTRUKTUR OG GRØNNSTRUKTUR I EN BENK. DENNE LØSNINGEN HAR BÅDE ET FUGLEBAD, BELYSNING, BEPLANTNING AV ET TRE OG SITTEPLASSER (EGENPRODUSERT).

Videre var det en mann som uttalte seg om estetikken på det nye torvet slik;

«Estetisk er det veldig ryddig og pent, beplantningen er enkel men elegant».

- Mann 65 år

Det som derimot er blitt nevnt av flere, og spesielt ble ett samtaleemne i en fokusgruppe jeg intervjuet var savnet etter flere torgboder som man hadde før i tiden. De var alle enige om at Bondens marked var et godt og fint initiativ, men de savnet mer enkle boder også. Boder som solgte dagligdagse ting, grønnsaker og frukt. Mange av de eldre i fokusgruppen assosierte nemlig et torg med de karakteristiske torgbodene. Ene informanten uttalte seg slik:

«Bondens marked er dyrt, og et forfina konsept for gourmetganen. Æ sku ønska en kontrast, med enkle og trivelige torgboda som før i tida. Utvalge ska vær enkelt, med vara som alle treng, sånn at man heller kan kjøp fra boden, enn å gå inn på Rema 1000»

- Mann 81 år

Dette har også blitt nevnt av andre informanter utenfor fokusgruppen, som synes torgboder skaper en pulserende og hyggelig atmosfære med handel og mye mennesker. Det har også blitt nevnt at de ønsker det skal skje mer på torvet. Det ble blant annet foreslått underholdning som tryllekunstnere og gjøglere, show og konserter.

Videre var det en informant som ønsket seg mer av små kaffesteder med lenger åpningstid enn det kafèene har i dag. Skal man innom en kafè å kjøpe seg en enkel kopp kaffe så stenger de rundt 17. Dette gjør at de eneste mulighetene for å få seg en kopp kaffe i farta er å gå inn på restaurantene. Informanten ønsket isteden et lavterskeltilbud, der man har enkle og sjarmerende småvogner med kaffe ute på torvet. På denne måten kan man gå forbi en kaffevogn, kjøpe seg en kaffe og haste videre til dit man skal, eller sette seg ned på en av benkene på torvet. Hun trakk frem torvet i Østersund som et offentlig rom med gode løsninger på kaffeservering. Informanten kunne fortelle at de hadde mobile serveringer, som hadde fått veldig gode skussmål blant innbyggerne.

«Kaffeplasser og steder med enkel servering stenger ganske tidlig. Mens torget i Østersund har sånne mobile serveringer. Jeg skulle ønske at det fantes noe lignende løsninger på torvet i Trondheim»

- Kvinne 68 år

5.2 Offentlige rom og livsglede

Offentlige rom skal være til glede og bruk for alle innbyggerne i Trondheim. Det å ha et sted å gå til, som man trives og føler en tilhørighet og tilknytning til er viktig for hvordan man opplever byen. Når man blir eldre, og etter hvert får dårligere helse vil det være viktig å ha et sted å gå til, som gir en noe. Dette kan være gode minner, følelser eller en spesiell type stemning og atmosfære som gjør at man trives og føler seg bra. Offentlige rom kan være en bidragsyter til at eldre kommer seg ut, får brukt kroppen, og i tillegg kan være sosiale.

5.2.1 Turmulighetene

Da jeg spurte informantene hvilke positive aspekter eller gleder det gir de å oppsøke offentlig rom i Trondheim var svarene ulike, men også veldig samstemte. Alle opplevde at de offentlige rommene ga de noe. Veldig mange nevnte de mange turmulighetene som finnes i Trondheim, og både turløypene i tettbygd strøk og i marka ble sett på som gode valg. De som nevnte rundene i midtbyen, og i områdene rundt sentrum trakk fram den historiske verdien. Det var spesielt midtbyrunden og forsvarsrunden som gikk igjen når de skulle fortelle om fine turer i bymiljøet. De reflekterte over arkitektur, minner, hvordan ting har forandret seg opp gjennom tidene og all historien som Trondheim by besitter. Disse turløypene ga eldre en sterkere tilknytning og tilhørighet til byen, og de ble stadig påmint hvor fin by de bor i. Offentlige rom som stiftsgårdparken, området rundt rådhuset og rundt Nidarosdomen ble trukket fram som spesielt fine steder i midtbyen. Litt utenfor midtbyen ble ladestien nevnt av flere informanter. Det var det spesielt Sponhuset, Ringve bukta og Ladekaia folk foretrakk å besøke. Ladekaia er et tilbud som har matservering og skjenkebevilgning, og som er åpent litt

utpå kvelden. Dette gjør at man kan dra dit med venner å ta seg en matbit eller noe godt i glasset etter en gåtur om man ønsker.



FIGUR 21 BILDENE VISER STIFTSGÅRDPARKEN SOM HAR FIN BEPLANTNING, FONTENE, BENKER OG EN STATUE AV KONG OLAV V (EGENPRODUSERT)

De som foretrakk å gå tur i bymarka og estenstadmarka synes det var befriende å gå i egne tanker i fri natur. De trakk frem hvor fint det var å bo i en relativt stor by, og i tillegg føle seg nær naturen. Mange av informantene var glade i å gå tur i skog og mark, og kjente på en følelse sinnsro og frihet. De er også fornøyde med serveringsstedene Grønlia og Estenstadhytta. De jeg pratet med i fokusgruppe syntes det var godt å gå i oppoverbakker frem til Estenstadhytta, for så å kjøpe seg en kanelbolle og en kaffe. Er det finvær er det veldig trivelig å kunne sitte utenfor på benkene å nyte utsikten i solskinn. Videre har mange informanter påpekt at de liker at det er ulik «vanskelighetsgrad» på turløypene. Noen turløyper foregår kun på stier, uten røtter og andre barrierer som kan gjøre fremkommeligheten krevende for de som er dårlige til beins eller sitter i rullestol.

Andre turer foregår i mer ulent terreng i skogen, og man må gå over røtter, steiner og små bekker. Mulighetene for at alle kan finne en turløype som de føler passer for seg og deres

behov gjør at alle får benyttet seg av skog og mark. Det å kunne komme seg ut, å få oppleve naturen skaper for mange en mestringsfølelse etterpå. Selv om man er dårlig til beins så vil man kunne komme seg ut å bruke naturen. Videre er det også godt tilrettelagt for parkering på mange av stedene, og på vinterstid så er mange av turløypene ploget og gjort om til skiløyper. Det er kun et fåtall av informantene som har nevnt at de står på ski om vinteren, men mulig det er rom for videre forskning for bedre tilrettelegging på dette feltet.

Videre har alle informantene fortalt at det å komme seg ut å gå tur gir de en større livsglede. Det å kjenne på frisk luft, og i tillegg være sosial har for mange informanter vært en viktig bidragsyter for at de har det bra. Ene informanten nevnte at hun er medlem i en turgruppe på Facebook. Denne turgruppen har ingen aldersgrense, og alle er velkomne til å bli med å gå tur. Dette er et godt tiltak som bidrar til at mange mennesker kan få nye venner og stifte bekjenskaper. Turløypene er varierte når det kommer til lengde og steder, og sørger for at det vil være noe for enhver, uansett om man har dårlig helse eller er veldig sprek. Det gir også en glede for informanten å kunne omgås mennesker i alle aldre, og mange av de nye vennene er yngre. Dette bidrar til å stifte vennskap og bekjenskaper på tvers av alder, noe som kan være positivt da man mentalt sett kan føle seg yngre enn den biologiske alderen. Det er heller ikke så mange arenaer i Trondheim som man kan bli kjent med folk på tvers av aldre sier informanten.

«Æ meldt mæ inn i en turgruppe på facebook, og der har æ fått så mange nye venninna. Hver onsdag kl 11 går man tur, og det e medlemma i alle aldra... det e ikke så mange arena i Trondheim som man kan bli kjent med folk i forskjellige aldra»

Kvinne 68 år

5.2.2 Sosial interaksjon og møteplasser på det nye torvet

Da informantene ble spurt om på hvilken måte de opplevde at det nye torvet inviterte til sosial interaksjon og aktiviteter var svarene utfyllende. Noen nevnte at de likte spesielt godt

underholdning på scenen. De følte at det skapte liv, og at det var ett trekkplaster for å få mennesker til torvet. Hva underholdningen besto av hadde mye å si for hvilke mennesker som dukket opp, og det ble derfor understreket viktigheten med variert underholdning. Ved å variere underholdningen vil man kunne ha et tilbud for alle aldersgrupper, og mange besteforeldre synes det er koselig å ta med barnebarna. Ene informanten trakk fram et hyggelig minne fra en trivelig sommerdag, da det var show med kjemiske eksperimenter på scenen. Hun hadde tatt med barnebarna, og alle var i ekstase over alt mannen på scenen viste. Etter showet gikk de og kjøpte is ved Ravnkloa og satte seg ned på en benk. Dette var et minne som informanten ofte mimrer tilbake til, og som både hun og barnebarna satt pris på.



FIGUR 22 SCENEN PÅ TORVET ER PLASSERT MELLOM OLAV TRYGGVASSONS STATUEN OG TRONDHEIM TORG KJØPESENTER (EGENPRODUSERT).

Andre ting som skjer på torvet, er bondens marked som jeg nevnte tidligere i oppgaven. Informantene synes bondens marked skaper mye interesse, og mange drar til torvet for å besøke markedet. Det selges kvalitetsvarer og kortreist mat, og man får muligheten til å prøvesmake. Videre er det mange av informantene som setter pris på Martnan som foregår på torvet i juni. Der har man noe for enhver smak, og det selges både mat, blomster, drømmefangere og andre spennende ting. Den ene informanten forteller at hun har som

tradisjon å ta med seg noen venninner for å besøke Martnan hvert år. Hun synes det er et fint arrangement som inviterer til sosial interaksjon.

I fokusgruppen jeg intervjuet ble julemarkedet på torvet nevnt som en plass som inviterer til sosial interaksjon og sosiale aktiviteter. Det ble pratet om at julemarkedet var spesielt bra i fjor, og at det hadde fått svært bra omtale internasjonalt. Noen gikk til og med så langt at de sammenlignet det med julemarkedet i Wien. Mye av bakgrunnen for at torvet er utformet med store åpne flater er at området enkelt skal kunne gjøres om og benyttes til ulike formål og arrangementer. Ved å ha en stor åpen flate har man muligheten til å sette opp store konsertscener, rigge til for bondens marked, julemarked og andre arrangementer. Dette har informantene lagt vekt på når de har påpekt at torvet er et offentlig rom som i stor grad inviterer til sosial interaksjon og aktiviteter.

Ene informanten uttalte seg om torvet, og hvordan det bidro til sosial interaksjon slik;

«På vinteren e det vell nesten bare julemarkedet som skjer på torvet, så uten det så hadd ikke torge bidratt så my te det sosiale på vinteren. Men på sommeren så bidrar det te at man kan sitt ut og ta en kopp kaffe eller et glass vin... også e det fint å ha turvenna og gå sammen med og vær sosial.»

- Kvinne 67 år



FIGUR 23 VISER JULEMARKEDET I TRONDHEIM, BILDET TIL VENSTRE ER TATT FRA PARISERHJULET (EGENPRODUSERT).

En annen informant som bor på Heimdal, og synes det er lite som skjer der hun bor, noe som gjør at hun isteden drar til midtbyen. Hun forteller om et mangelfullt lokalsentra med dårlig planlegging av de offentlige rommene i nærområdet. Hun savner at det er flere naturlige møteplasser og kanskje et lite torv som kan være et samlingspunkt og hjerte av bydelen:

«Det e så lite som skjer på Heimdal, og æ sku ønsk at det va bedre tilrettelagte offentlige rom... Det hadd også vært fint med et lite torg, nåkka som æ tror villa bidratt til å styrk følelsen av tilhørighet og fellesskap i bydelen»

- Kvinne 68 år

Da vi spurte de eldre om de likte det nye torvet eller det gamle torvet best var det et klart flertall som likte det nye bedre. Dette begrunnet de med at det var mer åpent, universelt utformet og av bedre kvalitet. Det at eldre opplever bedre fremkommelighet er en viktig del av det å føle at torvet er tilrettelagt for flere aldersgrupper. Dette skapte en følelse av større frihet og mobilitet. I tillegg legger mange eldre vekt på det estetiske, og at det nye torvet

utstråler kvalitet. Det er spesielt de fine åpne flatene belagt med steinfliser som gjør at flere av informantene assosierte torvet med andre internasjonale torv i Europa.

5.3 Infrastruktur

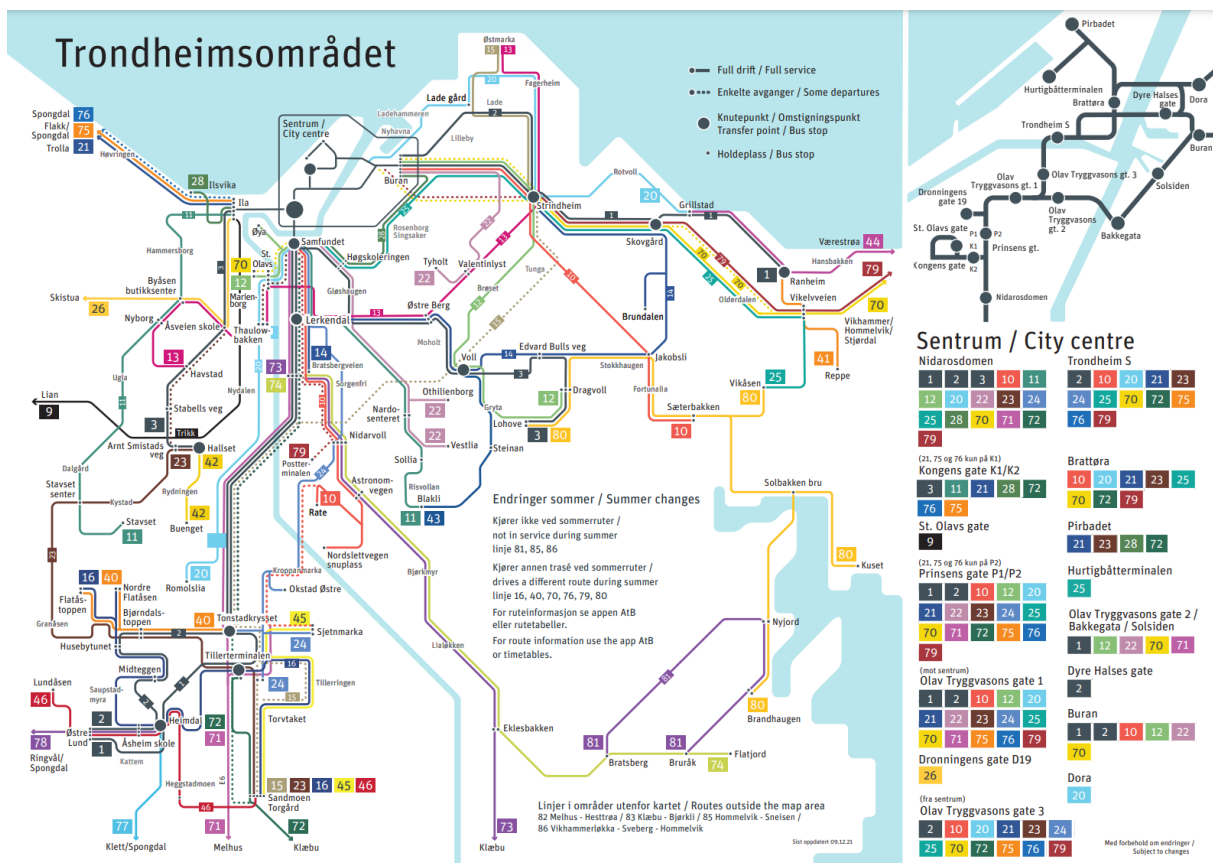
Da informantene ble spurt om de syntes det var enkelt å komme seg til de ulike offentlige rommene i Trondheim var svarene som forventet veldig ulike. Bakgrunnen for dette kommer av at informantene bor i ulike områder i Trondheim, og noen områder har bedre tilrettelagt kollektivtransport og flere offentlige rom i nærheten. Ene informanten som bor på Bromstad var svært fornøyd, og hadde veldig gode busstilbud og mange fine offentlige rom i nærmiljøet. Informanten hadde i tillegg god helse, noe som også spiller inn når informantene svarer på om de synes det er enkelt å komme seg til de offentlige rommene.

«Jeg opplever det som enkelt å komme meg til de ulike offentlige rommene i Trondheim. Det er gangavstand til mange av de, og jeg er heldig som bor så sentralt (Bromstadekra). Det er veldig bra busstilbud, og jeg kan ta buss nr 22, 13, 12 og 10».

- Kvinne 69 år

En annen informant som bodde på Heimdal, som da er et stykke lenger unna sentrum enn på Bromstad og Valentinlyst opplevde også å være veldig fornøyd med busstilbudet. Da var det spesielt metrobussen han var fornøyd med, og syntes at det var enkelt å komme seg dit han skulle på 12 minutter. Videre syntes han at det var godt tilrettelagt med overganger til andre linjer, og man har full oversikt hvis man har appen til AtB. Det eneste han syntes var litt uheldig var at mange av hans venner ikke hadde anledning eller kapasitet til å bruke appen. Dette gjorde det mye vanskeligere for de å holde oversikt, og de opplevde busstidene som forvirrende noen ganger. Det vil si at man gjerne bør ha litt digital kunnskap for å kunne benytte seg av appen til AtB.

Videre fortalte en informant om en venn som bor Kystad, mellom Stavset og Granåsen. Han måtte bytte mange busser for å besøke barnebarnet. For denne personen var det vanskelig å komme seg til og fra plasser uten å benytte seg av bil. Vedkommende satt også pris på at han kunne sette seg i bilen å kjøre hjem etter han hadde gått tur på Ladestien. Da er kroppen hans såpass sliten, og han synes det er godt å kunne sette seg i bilen å hvile litt, istedenfor å skifte mange busser.



FIGUR 24: BILDET VISER BUSSFORBINDELSENE TIL METROBUSSEN I TRONDHEIM. SOM MAN SER ER DET ENKELTE OMRÅDET SOM HAR BEDRE BUSSFORBINDELSENE ENN ANDRE (ATB 2021)

Andre informanter synes det er dårlig med parkeringsplasser rundt en del offentlige rom i Trondheim. De synes i hovedsak at offentlige rom som øvre side på Ringve Botaniske hage er veldig fint, men de drar dit sjeldent på grunn av manglende parkeringsplasser. Det er muligheter for å parkere på nedre side, men er man dårlig til beins, og ønsker i hovedsak å gå på øvre side, rundt museet så blir det vanskelig. Også parken i Ila blir trekt frem som et offentlig rom som det er vanskelig å finne parkering i nærheten av. Dette var et samtaletema som kom opp spesielt i en fokusgruppe med eldre menn. Dette var en fokusgruppe der de

fleste av mennene foretrakk å kjøre bil. Derfor syntes de det var svært dumt at det ikke fantes flere parkeringsplasser rundt områdene i Ilsvikøra og Ila. På Ila er det en del soneparkering, og det var det flere av mennene som syntes dette var svært forvirrende:

« Det er forvirrende med all denne soneparkeringen. Noen ganger er det så dårlig skiltet, så man må enten ta en sjanse, eller la være å gå i området, og heller finne seg områder som har bedre parkeringsmuligheter. For meg påvirker parkeringsmulighetene valget av offentlig rom».

- Mann 81 år

«Det står skilt om at det e sone, så kun dæm med oblat kan parker der.... Og det e litt vanskelig å forstå kor det e sone, og kor det ikke e sone. Æ skjønne at d må vær regulering, men da må det vær litt mer oversiktlig regulering»

- Mann 79 år

Videre når det kommer til problemer og forvirring rundt parkering, er det flere informanter som nevner frustrasjonen over at det er så mange parkeringsapper. Det finnes i dag veldig mange forskjellige parkeringsapper, som du skal bruke på forskjellige parkeringsområder. Dette skyldes at det er forskjellige eiere av disse parkeringsområdene. Flere informanter har nevnt at de synes dette er problematisk og veldig forvirrende og uoversiktlig. I Trondheim har du blant annet easy park, smart park, apcoa park og green park.

«Det e forvirrende at Trondheim kommune har en app for parkering, som hete smart park, og nånn ganga må æ bruk easy park og andre ganga green park. Æ e jo relativt datakyndig, men det e fler av vennan mine som ikke e det»

- Kvinne 75 år

Det ble også nevnt av flere informanter at de ikke liker å kjøre i midtbyen, da det er så mye enveiskjøring, og at kjøremønstre stadig blir endret på. Videre mente noen av informantene at

det er enklere å finne parkeringsplass i midtbyen ved å benytte seg av parkeringshus. Dessverre så synes mange av informantene at parkeringshusene i midtbyen er veldig trange og oppleves som klaustrofobiske. Videre nevner en annen informant at parkeringshusene er gamle og derfor ikke tilpasset dagens biler. I tillegg har flere av informantene sagt at parkeringshusene i midtbyen gjør de nervøse, da de er redde for å komme borti andre biler eller bæresøylene. I en fokusgruppe ble dette med parkeringshus et samtaleemne. Alle deltakerne i fokusgruppa var enige om at det var dårlige parkeringsmuligheter i midtbyen, og at parkeringshusene var altfor trange. Det var mens de diskuterte parkeringshus at en informant fortalte om hvor bra hun syntes parkeringshusene på sirkus shopping og City Lade er. Dette var alle informantene i fokusgruppen enige i. På Sirkusshopping og City Lade opplever informantene at det er god plass og oversiktlig. I tillegg lyser det tydelig i en lampe over parkeringsplassene om det er ledig eller opptatt. Bæresøylene tar heller ikke så mye plass, og informantene er ikke like redde for å parkere nær de.

En annen informant opplevde det som tungvint å komme seg til og fra St.Olavs Hospital når hun skal til sykehuset, da hun har prolaps i ryggen. Hun synes det er slitsomt å skulle gå til nærmeste bussholdeplass, vente på bussen, komme seg av og på bussen, og gå fra bussholdeplassen til sykehuset med vond rygg. Hun forteller at hun tok kontakt med sykehuset for å høre om de kunne være behjelpelige med syketransport, noe de ikke hadde anledning til. Operasjonstidspunktet var på dagen da familien hennes var på jobb, og hadde derfor ikke muligheter til å kjøre henne. Dette førte til at hun måtte betale taxi selv på operasjonsdagen. I tillegg er informanten minstepensjonist, og en taxiregning merkes på økonomien forteller hun.

«Det e synd at det ska vær så vanskelig å få litt ekstra hjelp når man e dårlig og har time til operasjon i ryggen... man blir litt skuffa, og det merkes veldig på økonomien å ta taxi...»

- Kvinne 69 år

5.3.1 Foretrukket transportmiddel

Da informantene ble spurt om hvilket transportmiddel de foretrakk å benytte til og fra offentlige rom var det delte meninger. En stor andel av informantene foretrakk å ta metrobussen. En av grunnene er mangel på parkeringsplasser ved enkelte offentlige rom, men også at det fantes en busstopp like ved der de bor. De som svarte at de foretrakk buss som transportmiddel var de som bodde allerede relativt sentralt, eller hadde veldig gode busstilbud. Ene informanten likte metrobussen veldig godt, da hun beskrev den som fantastisk behagelig, og moderne. Hun syntes bussjåførene kjørte fint, og man som passasjer satt komfortabelt. Videre følte hun seg godt ivaretatt, og hun syntes bussen har blitt bedre tilrettelagt for mennesker med funksjonsnedsettelse eller dårlig helse. På de moderne bussene har sjåførene flere kamera, så de får til å overvåke store deler av bussen, og alle bussdørene. Dette er nyttig da sjåføren enkelt kan se om det kommer noen med barnevogn eller som bruker rullator. Da har sjåføren mulighet til å heise ned en liten rampe, som gjør det enklere å få passasjerene inn på bussen. Informanten fortalte også om at hun nesten utelukkende har hatt gode erfaringer med bussjåførene og bussturene generelt. Mange av bussjåførene har også kommet ut og hjulpet passasjerer som trenger en ekstra hånd for å komme seg på. Likevel var det en episode som informanten hadde på bussen som ødela bussopplevelsen en tid etterpå. Denne hendelsen hendte da mannen til informanten hadde havnet på sykehus, og hun besøkte han ofte. Det ble i lengden veldig dyrt å kjøre bil, og i tillegg var det under koronapandemien mye redsel rundt smitte. Hun ville egentlig ikke ta buss, da hun var redd for å bli smittet, og bringe med seg smitten på sykehuset. Likevel så var det de økonomiske omstendigheter som gjorde at hun måtte velge buss som transportmiddel. Bussen som informanten ventet på kom fra midtbyen, og da hun gikk på, og satte seg ned oppdager hun at det sitter en mann foran henne uten munnbind. Mannen begynner etter hvert å hoste, og på vei til sykehuset tar mannen frem en flaske med blåtind og begynner å drikke det. Etter denne opplevelsen syntes informanten det var mindre hyggelig å ta buss i tiden etterpå. Nå som det har gått en stund og hun har fått det på avstand så har hun begynt å ta buss igjen, og ikke opplevd flere uheldige hendelser.

«Rett foran mæ på bussen på vei til sykehuset sitt det en mann uten munnbind... Han begynne etter hvert å host mot mæ, og tar fram en flaske med blåtind som han begynt å drikk... det va en veldig ubehagelig opplevelse»

- Kvinne 78 år

Ellers var det en del informanter som hadde god helse, og som sa de foretrakk å gå eller sykle til offentlige rom i midtbyen. Ved å gå eller sykle fikk de brukt kroppen, og de fikk frisk luft på veien. Her var det også slik at de som svarte at foretrukket transportmiddel var sykkel eller gange ofte var de som bodde relativt sentralt. Veldig mange av informantene som bodde i midtbyen eller i områdene rundt svarte at de foretrakk å gå, mens de som bodde sør i Trondheim svarte at foretrukket transportmiddel var buss eller bil.

Det var også en stor andel av informantene som foretrakk å bruke bil fremfor buss til og fra offentlige rom. Mange begrunnet det med at man slipper å vente på bussen, eller stresser for å rekke bussen. Nå skal de også nevnes at det i tillegg var mange informanter som også syntes at bussen gikk såpass ofte at de ikke engang orket å sjekke rutetidene. Andre informanter som har svart bil som foretrukket transportmiddel begrunner det med større frihetsfølelse. En annen informant syntes det var supert å kjøre bil, da hun kunne gjøre flere stopp underveis ved behov eller hun hadde flere ærender.

5.3.2 Rosa busser til Trondheim?

En informant skulle ønske at Trondheim hadde noe som heter Rosa busser. Rosa busser er et busstilbud i Oslo kommune for mennesker som har fylt 67 år. Det er også kjent som aldersvennlig transport, og er en dør-til-dør transport, som man bestiller med fleksibilitet rundt reisetidspunktet. Informanten har selv prøvd tilbudet da hun var i Oslo, og syntes det var et veldig bra initiativ fra Oslo kommune. Busstilbudet er spesielt tilpasset personer som opplever utfordringer med å benytte det ordinære kollektivtilbudet. Passasjerene har også mulighet til å reise fritt på tvers av bydelene. Tilbudet er fremdeles under utprøving i Oslo, og testes nå i bydeler som Bjerke, Alna, Sagene, Vestre Aker, Nordre Aker, Ullern og Marka.

Tilbudet er et godt alternativ som sørger for transport fra dør til dør når eldre skal gå på besøk, gjøre ærender, eller bare har lyst til å komme seg en tur ut. Rosabussene fungerer slik at man blir plukket opp hjemme, og kjørt frem og tilbake. Bussene kjører mandag til lørdag fra kl. 10.00 til 18.00, og kan også bestilles mellom kl. 09.00 og klokken 17.00.

Rosabussene er av typen minibusser, og er spesielt tilrettelagt for eldre som bruker rullator og rullestol. Sjåføren vil også være behjelpelig med veiledning og hjelp til påstigning og avstigning. Prisen for billetten er det samme som man betaler pr reise for en vanlig honnørbillett hos Ruter. Informanten som var godt kjent med dette konseptet har selv sittet i mange verv og engasjert seg i aldersvennlig politikk. Det er viktig at eldre engasjerer seg, slik at de har muligheten til å bidra med å påvirke gode og aldersvennlige offentlige rom og infrastruktur.



FIGUR 25: BILDE VISER EN AV RUTERS ROSABUSSER I OSLO (KJELSTRUP 2020).

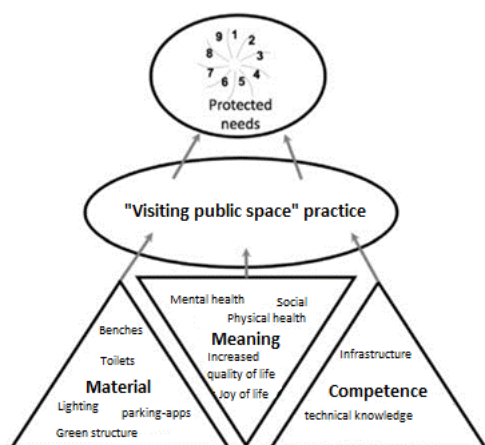
6. Analyse og drøfting

I følgende kapittel skal funnene analyseres og drøftes opp mot aktuell teori. Dette har som hensikt å svare på problemstillingen, som introdusert innledningsvis er:

Hvordan opplever eldre de offentlige rommene i Trondheim med tanke på det materielle (material), økt livskvalitet (meaning) og infrastruktur (competence).

For å svare på dette har jeg forsøkt å redegjøre for hvordan de offentlige rommene i Trondheim bedre kan tilrettelegges for eldre. Jeg har også sett nærmere på hvordan offentlige rom øker livskvaliteten for eldre, og tilgjengeligheten på offentlige rom i forhold til infrastruktur og fremkommelighet.

Jeg benytter meg av «Social practice theory» som viser hvor sammensatt alle aspektene er, og hvordan de påvirker hverandre. Ser man på figuren under så er den delt inn i tre aspekter, som er material, meaning og competence. Jeg har videre satt inn ord som jeg mener er viktig i denne oppgaven for å forstå hvordan alt henger sammen. Et eksempel på dette er informantens jeg presenterte tidligere i oppgaven, som synes parkeringsappene var forvirrende. Ved at appen (material) var vanskelig å forstå, og informantens mangel på god nok teknisk kunnskap (competence), førte det til at han ble ekskludert fra å benytte seg av et offentlig rom som gikk ut over hans muligheten til å være sosial, og derfor hans livskvalitet (meaning).



FIGUR 26: VISER HVORDAN SOCIAL PRACTICE THEORY FUNGERER SETT I LYS AV OFFENTLIGE ROM, HER HAR JEG BRUKT ORD SOM GJENSPEILER FUNNENE I DENNE OPPGAVEN (EGENPRODUSERT)

6.1 Material

Arbeidet med universell utforming har gjennom mange år bidratt til langt mer anvendelige og brukervennlige offentlige rom for folk flest. Samtidig bærer arealplanleggingen fremdeles preg av «båstenkning». Det foregår fortsatt segregering på tilbud til ulike grupper av befolkningen på ulike offentlige steder. Universell utforming burde være en strategi og visjon som innebærer en ambisjon om at mennesker med ulik alder og forskjellige fortutseneringer kan møtes og ta i bruk de samme offentlige rommene på en likeverdig måte. Skal man få til en slik ambisjon må man være nytenkende når det gjelder planlegging og samlokalisering av funksjoner (Høyland, Denizou et al. 2018).

6.1.1 Benker

Under presentasjon av funn nevnte jeg at deltakerne stort sett hadde positive opplevelser angående de offentlige rommene i Trondheim. De var alle engasjerte og veldig glad i Trondheim som by. Det var mange som hadde dårlig helse og derfor nevnte at de satt stor pris på mange benker rundt og i offentlige rom. Tilgang til sitteplasser er en viktig forutsetning for at eldre skal ha muligheten til å oppholde seg og ferdes i et område. Det anbefales en maks avstand på 100-150 meter mellom hver benk. I områder der det er mye ferdsel bør avstanden reduseres (Amundsen 2014).

Benker kan fungere som viktige sosiale møteplasser eller der en bare kan sitte og nyte omgivelsene. I midtbyen i Trondheim er det mange små leiligheter, og tilgangen på balkong er begrenset. Benker kan derfor fungere som en forlengelse av dagligstuen, og være et sted man kan nyte en kopp kaffe, lese en bok eller studere bylivet. Benker er svært viktige som en del av det sosiale livet i byrommet (Amundsen 2014).

Utformingen av hvileplasser og benker bør ta hensyn til byrommets karakter og stedets arkitektur. På steder der det er et stort antall eldre brukere bør benkene plasseres og utformes slik at de dekker denne brukergruppens behov. Tilpasset utforming vil bringe flere og nye brukere til de offentlige rommene, og vil bidra med å skape nye sosiale møteplasser (Dahlman 2005).

Benker bidrar til at man kan sette seg ned å komme i kontakt med andre mennesker som også er ute og går seg en tur. Benker i kombinasjon av en adspredelse skaper samtaleobjekter. Et

eksempel er Ringve botaniske hage i Trondheim. I hagen er det en stor andedam, og innbyggere i alle aldre drar dit for å gå tur, sette seg ned på en benk å se på eller mate endene. Dette skaper et felles samtaleemne, og man får en tilhørighet til hverandre ved at man deler en opplevelse sammen, som man eksempelvis kan prate om. At det er en form for underholdning eller aktivitet gjør det enklere å komme i kontakt med hverandre, da man har noe spesifikt å snakke om, som begge er en del av eller opplever. Dette kan kobles til «meaning» i Social practice theory. Alt i social practice theory henger sammen, så det er vanskelig å belyse et aspekt uten å trekke inn andre aspekter ved social practice theory som også spiller inn.



FIGUR 27: BILDE VISER BENKER TETT PLASSERT I KONGENS GATE, DER DET FERDES MYE FOLK. DETTE GJØR AT MAN HAR MULIGHETEN TIL Å OBSERVERE BYLIVET (EGENPRODUSERT).

6.1.2 Belysning

Andre ting som er viktig er blant annet belysning. Dette ble nevnt av flere av informantene under intervjuene, da det er viktig å ha muligheten til å se hvor man går, eller føle seg trygg. Belysning har en stor sammenheng med følelsen av trygghet (Geissmar-Brandt 2006).

Levekvaliteten og sikkerheten til innbyggerne øker med god belysning, og påvirker hvordan man opplever offentlige rom. Det er også viktig at gater og veien til det offentlige rommet føles trygt. Er følelsen av trygghet begrenset vil man risikere at færre benytter seg av det offentlige rommet. Geissmar-Brandt beskriver belysning slik:

«Lys skal gi en følelse av trygghet, skape en følelse av tilhørighet og utstråle behagelig varme, lik den i våre egne stuer» (Geissmar-Brandi 2006).

Mye kan oppnås med lave lyspunkter, men dette vil øke antallet armaturer som må vedlikeholdes. Varmhvite lamper, for eksempel metallhalogen lamper er ifølge Geissmar-Brandi best egnet.

Andre ting som burde tas med i betraktning når man skal velge belysning til offentlige rom er at lamper skal avgi lys i lave høyder. Gatelys må derfor ikke kaste sterkt lys inn i nærliggende oppholdsrom. Dette er spesielt viktig for offentlige rom som ligger tett opp mot omkringliggende hus i tettbygde strøk. Estetikk er også viktig for hvordan det offentlige rommet oppleves, så hvilke valg man tar angående armaturer er avgjørende for hvilket uttrykk man ønsker. Likevel anses det som et profesjonelt feilgrep å velge armaturer på grunnlag av form fremfor funksjonelle meritter. I dag kan man ofte velge optimalisert teknologi og attraktiv design, men om man må velge, burde man gå for det alternativet som gir best lys og har den beste optimaliserte teknologien (Geissmar-Brandi 2006).

6.1.3 Toalett

Andre ting som er interessant er at nesten alle informantene sa at det var for lite tilgjengelighet på toaletter på de offentlige rommene. Toaletter er viktig for valg av offentlige rom og for tilrettelegging av bruk. Behovet for å benytte seg av toalett er et universelt behov. Ved å se på tilgjengeligheten til toaletter som en dimensjon ved tilgjengelighet til offentlig rom, og dermed en dimensjon ved sosial rettferdighet. Ved å ikke ha gode nok eller nok offentlige toaletter generelt, bidrar man til ekskludering av enkelte gruppe mennesker fra offentlige rom. Ved få offentlige toaletter begrenser man tilgjengeligheten til de offentlige rommene i byen. Ved å skaffe flere offentlige toaletter tilrettelegger man ikke bare for eldre, men også andre grupper i samfunnet, da alle er avhengige av å benytte seg av toalettet i løpet av en dag. Dette underbygger teori presentert tidligere i oppgaven om at aldersvennlig stedsutvikling og tilrettelegging har positiv gevinst for alle grupper i samfunnet. Mennesker har mange kroppslige behov, og bruken av toalettfasiliteter er en av dem. Kroppens behov kan være vanskelig å styre til tider, og dette fører til en sårbarhet. Hvis man er usikker på om

behovene blir ivaretatt vil dette kunne skape utrygghet som påvirker den opplevde tilgjengeligheten, og man velger å ikke benytte seg av det offentlige rommet. Behovet kroppen har for mat og drikke gjør at man har et behov for toalettfasiliteter, og ved å ikke ha gode offentlige toaletter tilgjengelig vil det begrense bruken og tilgjengeligheten til det offentlige rommet. I flere av livets faser vil man også kunne oppleve et økt behov for å benytte seg av toalettet, og da burde det være lett tilgjengelig.

Videre så er det ikke bare tilgjengeligheten av offentlige toalett i seg selv nok. Det er også mange viktige detaljer som teller når man skal ha et toalett som er universelt utformet. Et kjennetegn som er veldig viktig for universell utforming er at alle skal kunne bruke de samme løsningene, og at det gir forhold som reflekterer likeverd for alle. Ifølge informantene er det ikke nok, og heller ikke gode nok toaletter ved de offentlige rommene i Trondheim. Dette reflekter at Trondheim kommune ikke har vært flink nok til å ta hensyn til brukernes behov i praksis. Mange ganger så følger toalettene på offentlige steder og arbeidsplasser regler og krav for universell utforming, men bruken i praksis fungerer ikke nødvendigvis som tiltenkt. En god universell utforming handler i hovedsak om å sette seg inn i brukernes behov, og forstå de. Norsk Handikapforbund har ofte pratet og lagt føringer for universell utforming. De har blant annet laget flere veiledere for utforming og planlegging av rom og løsninger som fungerer for mennesker med nedsatt funksjonsevne (Henriksen 2012). Ser man nærmere på brosjyren som Norsk Handikapforbund har laget som heter «Universell utforming og likestilling: toalett og bad. Detaljer som teller» er det spesielt 9 av kvalitetskravene de setter til universell utforming av toaletter i det offentlige tom. De nevner blant annet:

1. Helhetlig planlegging

Det betyr at man trenger kunnskap om både behovene til brukergruppen, men også egenskapene ved bygget. Utstyr er ofte tilfeldig plassert, noe som gjør at rommet i praksis ikke fungerer optimalt.

2. Snusirkel

Rommet bør være stort nok til at brukere av elektriske eller manuelle rullestoler kan bruke de. Det er et krav i TEK om at det skal være en snusirkel foran toalett og vask på 1,5 meter i diameter, mens Norsk Handikapforbund anbefaler minst 1,6 meter.

3. Fri plass rundt toalett

Foran og på begge sider av toalettet er det viktig at man har fri plass slik at brukere av rullestoler kan rygge stolen inn og flytte seg over til toalettet på enklest mulig måte.

- Toalettpapir skal henge på armstøttene.
- Avstand fra veggen til forkanten av toalettet skal være 85 cm.
- Armstøtter skal være montert i bakvegg på begge sider. Avstanden mellom støttene skal være 60 cm og høyden over gulvet skal være 80 cm.
- Sittehøyde skal være 48 til 50 cm.

4. Servantbatteri og vask

Det må være fri plass under vasken slik at man enkelt kan komme helt inntil i sittende stilling. Videre kommer Norsk Handikapforbund med en anbefaling av ettgreps servantbatteri med hendler som er lange og som gjør det mulig å enkelt betjene både temperatur og vannmengde.

5. Betjeningshøyde

Den anbefalte høyden for plassering av stikkontakter, såpedispensere, lysbrytere, knagger og håndtørker og lignende er fra 90 til 110 cm. Denne høyden passer både sittende stilling og stående.

6. Speil

Speil bør gå helt ned til vasken, da man sikrer seg at det er en høyde som passer både for sittende og stående. Helfigurspeil på vegg kan også være nyttig for mange.

7. belysning og kontraster

Toaletter som er universelt utformet, skal også fungere godt for mennesker med synshemming. Dette inkluderer eldre som med tiden opplever dårligere syn. I den sammenheng blir kontraster viktig. Utstyr bør ha kontraster til vegg og gulv bør ha kontrast til vegger. Belysningen bør være god, men uten blanding. Også bruk av farger kan være nyttig.

8. Tilgjengelighet og lett å finne

Universelt utformede rom og handikaptoalett skal være tydelig skiltet på toalettdøren, og bør ha kontrastfarge til vegg. Det skal også være enkelt for brukere å se om rommet er opptatt eller ledig ved benyttelse av tilgjengelighetssymbol. I tillegg er det en fordel at plassen utenfor toalettet i tillegg er god.

9. Dører som er enkle å bruke

Toalettdøren skal åpne seg utover, og der det er automatisk dør skal døråpneren være plassert utenfor dørens slagradius, og med god avstand fra hjørnet (minst 50 cm). Den som sitter i rullestol, skal kunne åpne og lukke døren både fra utsiden og innsiden. Og det skal helst unngås høy terskel, som fort kan bli et hinder for rullestolen eller en «snublekant» for svaksynte.

6.2 Meaning (offentlige rom og livsglede)

Informantene var alle enige om at offentlige rom var viktig for å øke livsgleden. Alle hadde et offentlig rom som de hadde en spesiell tilknytning til, og som de hadde hyppigere besøk til enn andre offentlige rom. Hva som var bakgrunnen for at de valgte et offentlig rom ovenfor et annet hadde mye med hvilke behov det offentlige rommet skulle tilfredsstillte. Noen informanter var svært glade i å gå tur, og av den grunn benyttet de seg oftere av eksempelvis Ladestien, Estenstadmarka og Bymarka enn parker. Det at man har ulike offentlige rom for ulike formål og behov er viktig for å treffe et større publikum. Hva som gir en informant glede er ikke nødvendigvis det som gir en annen informant glede. Det burde derfor være tilrettelagt med ulike offentlige rom til ulike formål og aktiviteter. Mange av informantene var svært fornøyde med variasjonen av forskjellige offentlige rom i Trondheim, og nevnte både at det finnes steder som tilbyr uteservering og vin, og andre steder som byr på vakker natur og muligheten for å være i fysisk aktivitet.

6.2.1 Sosialt

Noen av de offentlige rommene skal også fungere som steder der eldre kan komme i prat med andre, og være sosial. Det er en viktig forutsetning når man planlegger offentlige rom at de

inviterer til sosial interaksjon. Man bør ha muligheten til å kunne sette seg ned å på en benk å prate slik at det blir naturlige møteplasser. Andre ting som informantene trakk fram som viktig, var tilgangen på underholdning og aktiviteter. Noen av aktivitetene som informantene var fornøyde med var blant annet bondens marked, martnan, underholdning på scenen på torvet, konserter og julemarked. Alle informantene uttrykte at de synes det er viktig at det skjer ting på torvet i Trondheim. Ved at det tilrettelegges for aktiviteter sørger det for at ikke bare eldre, men også andre aldersgrupper i byen har en felles møteplass, og kommer i kontakt med hverandre. Det var flere av informantene som fortalte hvor trivelig de syntes det var å kunne ta med barnebarn på ting som skjer på torvet. Dette kan direkte knyttes opp mot håndboken om Aldersvennlig stedsutvikling som ble presentert i teoridelen. Den forklarer viktigheten av fysiske miljøer som legger til rette for møter og aktivitet mellom mennesker, på tvers av alder, funksjonsnivå og interesser (Waage 2019). Videre så skriver Waage at både av praktiske erfaringer og forskning fra WHO sitt mangeårige arbeid, viser klart at det som er bra for eldre i stor grad sammenfaller med det som er bra for alle. Dette ser vi tydelig i beskrivelsen fra informantene om at sosiale arrangementer som martnan, bondens marked, julemarkedet og lignende er like givende for eldre som eksempelvis for barn (Waage 2019).

En informant trakk frem at hun var veldig fornøyd med nærmiljøet Valentinlyst, der man har et fint lokalsenter med flere matbutikker, vinmonopol, apotek, treningssenter, bakeri etc. noe som bidrar til å skape et inkluderende og sosialt nærmiljø. Mange av de eldre som bor på Valentinlyst og Bromstad har flere gode venner i nrområdet som de gjør sosiale ting med, som å gå turer, ta en kopp kaffe på bakeriet og handle sammen. Dette er i sterk kontrast med en annen informant sin opplevelse av nærmiljøet der hun bor. Det er viktig med offentlige rom også i nærmiljøet, som fungerer som sosiale møteplasser, og som inviterer til sosial interaksjon. Dette kan kobles til studien til Yung m.fl som viser til at eldre vurderer «sosiale og fysiske aktiviteter», «samfunnets livsfasiliteter og tjenester», «sosialt nettverk» og «rent og behagelig miljø» som deres viktigste behov (Yung 2015). Derfor bør planleggere og arkitekter ta hensyn til disse kriteriene for å styrke opplevelsen av de offentlige rommene. Dette vil føre til at byfornyelser av offentlige rom slik som parker og torv vil bidra til mer trivsel og aktiv aldring (Yung 2015). Gode offentlige rom i nærmiljøet bidrar til at eldre ikke trenger å dra så langt for å være sosiale, da det for mange med dårlig helse kan være slitsomt og energikrevende med lang reisevei. Man er nødt til å legge til rette for omgivelser som fremmer deltakelse, livskvalitet og som er helsefremmende også for de som er avhengig av

omfattende støtte og hjelp (Høyland, Denizou et al. 2018). Nærmiljøene burde organiseres slik at det er tilrettelagt for hverdager som inneholder rekreasjon, bevegelse og sosiale møteplasser. Alt dette kalles inkluderende områdeutvikling, og tar høyde for brukerperspektiver som forsøker å konkretisere begrepet «alle» (Høyland, Denizou et al. 2018).



FIGUR 28: BILDE VISER VALENTINLYSTSENTERET OG MELHUS BAKERI SOM ER EN STOR SAMLINGSPLASS FOR ELDRE I NÆRMILJØET (EGENPRODUSERT).

6.3 Infrastruktur

Det var veldig blandede svar jeg fikk fra informantene angående deres opplevelse av infrastrukturen i Trondheim. Bruken av offentlige rom henger ofte sammen med hvor lett det er å komme seg til og fra stedene. For å kunne benytte seg av offentlige rom er det viktig at infrastrukturen fungerer optimalt og er godt nok tilrettelagt for alle uavhengig av alder og hvor man bor. Informantene jeg intervjuet som bodde sentralt og nær bussholdeplasser med gode bussforbindelser var svært fornøyd med infrastrukturtilbudet, og tok ofte kollektivtransport. De opplevde at det var enkelt å komme seg til og fra offentlige rom, og

syntes det var enkelt å benytte seg av buss. Andre som bodde i nærhet til offentlige rom som de ofte brukte foretrakk å gå eller sykle. En informant bodde på bromstadekra og var spesielt fornøyd med kollektivtransporten og bussforbindelsene. I tillegg syntes hun det var godt tilrettelagt for å kunne gå og sykle til offentlige rom i nærmiljøet, slik som kuhaugen og festningen. Dette samstemmer med teorien fra Waage som skriver at kommunesentra og lokalsentra bør utvikles på en slik måte at man kan nå nødvendige hverdagstjenester på sykkel og til fots. Kombinerer man dette med et godt og velfungerende kollektivtilbud, og lett tilgang på turveier og grøntområder vil man binde kommunen og stedene sammen (Waage 2019).

Men for de med dårlig helse kan de oppleves som langt å komme seg eksempelvis til midtbyen, og da er det viktig med gode lokalsentre som har det de trenger i nærheten. Også hva som ansees som langt unna er relativt, og kommer an på flere faktorer. For eldre som har dårlig helse og som blir fort sliten vil det å ta en buss fra Nardo til torvet kunne bli ansett som energikrevende. En annen med god helse vil derimot se på reisen fra Nardo til torvet som en liten busstur. Det er derfor viktig å ikke miste lokalsentrene slik som det er påpekt i håndbok for aldersvennlig stedsutvikling. I håndboka som er nevnt tidligere i oppgaven står det at man før hadde flere lokalsenter med post, matbutikk, frisør og andre småtjenester som er viktige for nærmiljøets følelse av at hverdagsbehov blir tilfredsstilt uten å måtte dra så langt. I dag er det færre lokalsenter, og i boligområder er det kun eneboliger igjen uten noen tjenestenæring. Dette gjør at eldre som ikke har samme mobiliteten som yngre ofte blir veldig stedfaste, og det krever mer energi for å komme seg til ulike tjenestetilbud. Man blir i tillegg mer avhengig av bil for å gjøre dagligvarehandling, og det er ikke godt nok tilrettelagt for eldre å bo i boligområder i utkanten av midtbyen.

Jeg fikk også erfare at det ikke nødvendigvis var avstanden fra det offentlige rommet og hjemmet som var problematisk, men heller hvordan busstilbudet var. En informant bodde på Heimdal, og tok alltid buss når hun skulle besøke torvet. Hun var kjempefornøyd, da det kun tok 12 minutter, og busstoppet var i nærheten av der hun bodde. Men andre som ikke bor i nærheten av en kollektivtransportåre opplevde det som slitsomt å benytte seg av buss. Det var et stykke å gå til bussholdeplassen, og vedkommende måtte skifte buss, noe som gjorde at det ofte ble enklere og raskere å bruke bilen. Informanten besøkte sjeldent de offentlige rommene

i midtbyen, da det er så få parkeringsplasser. Dette gjorde at informanten valgte bort midtbyen, da det var slitsomt å komme seg til og fra. Dette er synd, da det ekskluderer enkelte mennesker fra å benytte seg av offentlige rom i midtbyen, da det ikke tilrettelegges for godkollektivforbindelser for alle. Når det i tillegg ikke er godt nok tilrettelagt for parkering av bil blir enkelte grupper ekskludert fra å bruke de offentlige rommene i midtbyen. Annen informant var avhengig av å bruke bil, og av ulike helsemessige grunner foretrakk han bil fremfor buss og annen fremkomstmidler. Han syntes det var slitsomt å benytte seg av offentlige rom i midtbyen slik som Ilsvikøra, da det opplevdes som svært forvirrende med så mange forskjellige parkeringsselskaper og apper. Videre er det en del soneparkering på Ila og Ilsvikøra som mange eldre opplever som forvirrende når det er dårlig skiltet, og de i tillegg har dårlig syn. Dette viser at rådene fra Waage ikke er tatt med i betraktningen når de har planlagt infrastrukturen. Videre så skriver Sonmaz Turel m.fl. i sin artikkel at distansen fra parkeringsplassen og til det offentlige rommet ikke skal være for lang. Dette er også en tankevekker i forhold til hvordan man planlegger infrastruktur. I dette tilfellet må vedkommende som ønsker å benytte seg av offentlige rom i midtbyen risikere å parkere langt unna.

Det var alt i alt veldig mange som var fornøyde med busstilbudet i Trondheim, og det var flest som foretrakk denne transportmåten hvis de skulle til steder som hadde dårlig med parkeringsmuligheter slik som i midtbyen. Videre var det en informant som ønsket busstilbudet til Oslo med Rosa busser i Trondheim. Det er et aldersvennlig busstilbud der man blir plukket opp der man bor, og får transport fra dør til dør for å gjøre ærend, dra på besøk, skal til legen osv. Jeg tror flere eldre i Trondheim hadde ønsket ett slikt tilbud om de hadde visst at det eksisterte. Jeg tror det er en del som ikke er klar over at det finnes et slikt tilbud i Oslo, og det hadde nok fungert veldig godt i Trondheim også. Ene informanten hadde vondt i ryggen, og fikk time for operasjon hos St.Olavs hospital, men da hun spurte om de kunne være behjelpelig med syketransport sa de at de ikke hadde mulighet til det. Dette gjør at informanten som lever på minstepensjon er nødt til å betale taxi fra egen. I denne sammenhengen hadde rosabussene vært et godt alternativ for denne informanten, da man kun betaler honnørpris som er den samme som honnørbilletten på metrobussen, altså 20 kr.

7. Konklusjon

7.1 Viktige funn

Masteroppgaven har kartlagt hvordan eldre opplever de offentlige rommene i Trondheim, som er analysert i lys av «Social practice theory». Dette gjenspeiler problemstillingen: Hvordan opplever eldre de offentlige rommene i Trondheim med tanke på det materielle (material), økt livskvalitet (meaning) og infrastruktur (competence).

Som nevnt innledningsvis så er det viktig at byen man bor i er tilrettelagt for innbyggerne. Eldre er en gruppe mennesker som stadig øker, og for at de skal kunne holde seg friske både fysisk og mentalt er det viktig å legge til rette for at de kan være selvstendige så lenge som mulig. Det er selvfølgelig mange aspekter som spiller inn for at de skal oppleve økt livskvalitet, men et av de er offentlige rom. Funnene fra egne analyser og drøfting viser tydelig at offentlige rom som er gode og anvendbare vil bidra til bedre mental og fysisk helse, noe som vil øke livskvaliteten. Dette har i stor grad vært basert på at de offentlige rommene trenger gode universelle løsninger og detaljering, i oppgaven har hvileplasser som benker, god belysning, stabilt underlag, flere offentlige toaletter og god nok vedlikehold på vinterstid vært sentrale funn på hva som er viktig for eldre innenfor det materielle aspektet i «social practice theory». Alle disse tingene bidrar til økt trygghet og følelsen av at de fysiske behovene deres blir tatt hensyn til. Flere av de offentlige rommene hadde mangel på offentlige toaletter, noe som bidro til ekskludering av eldre i de aktuelle rommene.

Videre viser oppgaven at offentlige rom tydelig fører til økt samhold, sosial interaksjon, økt livsglede og livskvalitet. For mange eldre bidrar aktiviteter og arrangementer i Trondheim som Julemarkedet, Martnan, Bondens marked og lignende til en følelse av tilhørighet til byen, og en anledning til å være sosial og få nye impulser. Andre viktige funn er hvor stor betydning offentlige rom med turmuligheter har for eldre sin velvære. Det å være ute i frisk luft, og i tillegg være sosial har for mange informanter vært en viktig bidragsyter til økt livskvalitet. Det finnes offentlige rom i Trondheim som tilrettelegger for gåturer både i tettbygd strøk og i marka med ulike vanskelighetsgrader. Dette har gjort at flere har muligheten til å gå turer uavhengig av den fysiske formen, og det gir en frihetsfølelse. Likevel viser oppgaven at eldre synes det er for dårlig vedlikehold av fotgjengerfelt, fortau og bussholdeplasser som gjør at mobiliteten deres begrenses.

Videre kommer det klart frem at hvilken opplevelse de eldre har av infrastrukturen kommer an på hvor i Trondheim de bor. Eldre som bor i relativt sentrale bydeler eller der bussforbindelsene er svært gode har positive opplevelser med kollektivtransporten. På samme måte har de som bor der det er dårlige bussforbindelser en negativ opplevelse av kollektivtransporten, og benytter seg i større grad av bilen. Dette resulterer i at denne gruppen blir ekskludert fra offentlige rom som har dårlige parkeringsmuligheter. Det er også avgjørende at man har en viss teknisk kompetanse for å kunne benytte seg av parkeringsapper, og for mange eldre kan disse applikasjonene oppleves som krevende.

Alle disse funnene viser hvordan aspektene i «social practice theory» som material, meaning og competence henger sammen, og på hvilke måter disse danner mulighetene for gode offentlige rom som er tilrettelagt for eldre. Hva som er gode offentlige rom, er sammensatt og man må se det i et helhetlig perspektiv.

Gode fysiske omgivelser må få større status som et strategisk virkemiddel for å nå samfunns mål som helsefremmende og aldersvennlig planlegging. Det må satses mer på utvikling av nærmiljø, og det må sørges for at tiltak som brukerinvolvering og medvirkning får større plass i samfunnsplanleggingen. For å tilrettelegge og øke deltakelsen for eldre i samfunnet kan Trondheim Kommune blant annet engasjere seg i prosjekter og organisasjoner som jobber mot dette målet. Videre er det viktig å ta i bruk brukerperspektiver og kunnskap som allerede eksisterer på feltet, men også innsamling av datamaterialer og analyser. Kunnskapen må innhentes og omsettes til konkrete mål og styrende føringer som kan brukes i utviklingen av gode offentlige rom for eldre.

7.2 Utsikt til fremtidig forskning

I fremtiden kan det være interessant å forske mer på hvordan offentlige rom eventuelt bidrar til å redusere medisineren av eldre. Det vil også være interessant å se nærmere på hvordan offentlige rom aktiverer og sosialiserer eldre, slik at de oppnår en helsegevinst. Denne helsegevinsten kan resultere i at eldre kan bo hjemme så lenge de ønsker, og får muligheten til å leve et bedre og mer aktivt liv. Det vil også være aktuelt å forske mer på hvor mye staten

eventuelt sparer på at medisineren går ned, at eldre bor lenger hjemme og at de i større grad er selvstendige uten for mye hjelp fra helsevesenet. Annen spennende forskning kan være å få en dypere forståelse av hvordan flere aspekter i aldersvennlig stedsutvikling påvirker eldre, men også andre aldersgrupper i samfunnet. For selv om aldersvennlig stedsutvikling ofte blir forstått som tiltak kun for eldre, så er det like mye de andre i samfunnet som drar nytte av at det ligger god og bærekraftig planlegging bak stedsutvikling. Avslutningsvis vil forskning som ser på offentlige rom og hvilken påvirkning de hadde på fysisk og mental helse under koronapandemien være høyst relevant i dag.

8. Vedlegg

8.1 Vedlegg 1: Informantutlysning

Hei!

Er du over 65 år og bor i Trondheim?

Jeg er ei jente på 24 år som studerer ved NTNU Institutt for Arkitektur og planlegging. Jeg er veldig opptatt i hvordan man kan tilrettelegge og øke livsgleden for eldre mennesker, og skriver derfor en masteroppgave om offentlige rom og eldre mennesker.

Jeg ønsker å finne ut hva som gjør at eldre mennesker bruker offentlige rom, og undersøke nærmere hva som kan gjøres for å bedre tilrettelegge for bruk.

Er du interessert i å prate med meg enten alene eller i en gruppe over en kopp kaffe på Melhus Bakeri om dette?

Send meg melding på 45254839 så avtaler vi en tid som passer for deg.

Jeg spanderer selvfølgelig kaffen 😊

Mvh

Kristina Ramberg

8.2 Vedlegg 2: Informantutlysning på Facebook



Kristina Ramberg

25. april kl. 11:37 · 🌐



Hei!

Er du over 65 år og bor i Trondheim?

Jeg er ei jente på 24 år som studerer ved NTNU Institutt for Arkitektur og planlegging. Jeg er veldig opptatt av hvordan man kan tilrettelegge og øke livsgleden for eldre mennesker, og skriver derfor en masteroppgave om offentlige rom og eldre.

Jeg ønsker å finne ut hva som gjør at eldre mennesker bruker offentlige rom, og undersøke nærmere hva som kan gjøres for å bedre tilrettelegge for bruk.

Jeg har valgt å fokusere spesielt på torvet i Trondheim, men også hvordan man opplever andre offentlige rom, og hvordan man kan tilrettelegge byplanleggingen.

Er du interessert i å prate med meg enten over telefon eller møtes for en kopp kaffe et sted? Har du kanskje også noen venner som kan være interessert i å delta? Da kan vi arrangere et gruppeintervju.

Intervjuet tar 30 - 60 minutter.

Ta gjerne kontakt med meg på mail:

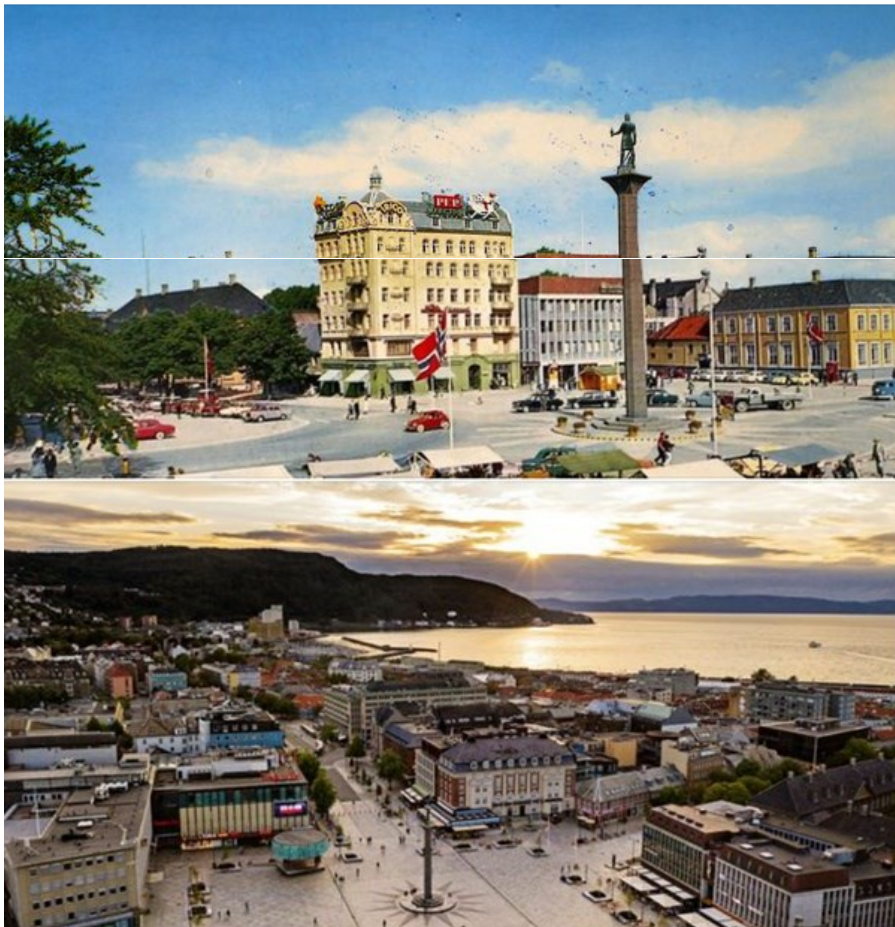
Kristina-cero@hotmail.com

så avtaler vi en tid som passer for deg.

Jeg spanderer selvfølgelig kaffe ☺️

Mvh

Kristina Ramberg



243 andre

88 kommentarer



Liker



Kommenter

8.3 Vedlegg 3: Temabasert intervjuguide

Temabasert intervjuguide

Innledningsvis: Hvor gammel er du? Og hvor bor du?

Offentlige rom (Material)

- På hvilken måte synes dere at de offentlige rommene i Trondheim er tilpasset de over 65 år?
- Hva synes dere mangler på de offentlige rommene?
- Hvis dere ser på det nye torvet i Trondheim som et eksempel, på hvilken måte tilfredsstiller dette offentlige rommet dere?
- Hva mangler spesifikt på det nye torvet i Trondheim som gjør at dere hadde trivdes bedre?
- Er det tilrettelagt med universell utforming på det nye torvet i Trondheim?

Offentlige rom og livsglede (meaning)

- Hvilke positive aspekter/gleder gir det dere å oppsøke disse offentlige rommene?
- På hvilken måte bidrar de offentlige rommene til sosial interaksjon og sosiale aktiviteter?
- Opplever dere at Det nye torvet i Trondheim inviterer til sosial interaksjon og sosiale aktiviteter? Hvorfor/hvorfor ikke?
- Synes dere Torvet var bedre før eller nå? Og hvorfor?
- Hvilket offentlig rom i Trondheim foretrekker du best? Og er det denne du går oftest til? Hvorfor/hvorfor ikke?

Infrastruktur (competance)

- Opplever dere det som enkelt å komme dere til ulike offentlige rom i Trondheim?
Hvorfor/hvorfor ikke?
- Hvilket transportmiddel foretrekker dere å bruke for komme dere til og fra offentlige rom?
- Hvis vi fremdeles bruker Trondheim Torv som eksempel, hvordan velger dere å komme dere dit?
- Synes dere at kollektivtransporten i Trondheim er godt tilrettelagt for eldre?
Hvorfor/hvorfor ikke?
- Hvis dere kjører bil, synes dere det er enkelt å finne parkering rundt de offentlige rommene i Trondheim?

Tilgjengelighet

- Hvordan synes dere tilgjengeligheten på offentlige rom i nærheten av dere bor er?
- Er de offentlige rommene godt nok tilrettelagt? Hva mangler?

Vil du delta i forskningsprosjektet

Offentlige rom og eldre

En kvalitativ undersøkelse om viktigheten med offentlige rom for eldre i Trondheim

Dette er et spørsmål til deg om å delta i et forskningsprosjekt hvor formålet er å finne ut hvordan de eldre opplever at de offentlige rommene i Trondheim er tilpasset eldre. Med fokus på torvet i Trondheim. I dette skrivet gir vi deg informasjon om målene for prosjektet og hva deltakelse vil innebære for deg.

Formål

Formålet med denne mastergraden er å øke bevisstheten rundt Eldres bruk av offentlige rom i Trondheim. Hvordan påvirker dette livskvaliteten deres, ifht. Sosiale møteplasser, folkehelsen, psykisk og fysisk faktorer osv. Hvordan har byplanleggerne tenkt når de har planlagt offentlige rom, og har de i prosessen tatt i betraktning de Eldres behov og interesser.

Hvem er ansvarlig for forskningsprosjektet?

Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet i Trondheim ved masterprogrammet Fysisk Planlegging er ansvarlig for prosjektet.

Hvorfor får du spørsmål om å delta?

Du får spørsmål om å delta da du er innenfor de utvalgskriteriene jeg ønsker i dette prosjektet. Jeg er på utkikk etter personer over 65 år, og som bor i Trondheim, og som bruker offentlige rom.

Hva innebærer det for deg å delta?

Jeg har valgt semistrukturert intervju både med enkeltpersoner, men også i fokusgrupper for å få fram flere synspunkter og litt diskusjon rundt temaet offentlige rom og eldre i Trondheim. Videre er det også muligheter for at jeg benytter meg av observasjoner. Opplysningene som samles inn er anonyme. Jeg vil benytte meg av notater og lydopptak under intervjuene. Intervjuene tar ca. en time og spørsmålene omhandler ulike aspekter slik som tilgjengelighet til ulike offentlige rom, infrastruktur, hvordan offentlige rom bidrar til det sosiale og om det bidrar til bedre helse.

Det er frivillig å delta

Det er frivillig å delta i prosjektet. Hvis du velger å delta, kan du når som helst trekke samtykket tilbake uten å oppgi noen grunn. Alle dine personopplysninger vil da bli slettet. Det vil ikke ha noen negative konsekvenser for deg hvis du ikke vil delta eller senere velger å trekke deg.

Ditt personvern – hvordan vi oppbevarer og bruker dine opplysninger

Vi vil bare bruke opplysningene om deg til formålene vi har fortalt om i dette skrevet. Vi behandler opplysningene konfidensielt og i samsvar med personvernregelverket. Jeg vil sørge for at ingen uvedkommende får tilgang til personopplysningene. Navn og kontaktopplysninger vil bli erstattet med en kode som lagres på egen navneliste adskilt fra øvrige data.

Hva skjer med opplysningene dine når vi avslutter forskningsprosjektet?

Opplysningene anonymiseres når prosjektet avsluttes/oppgaven er godkjent, noe som etter planen er 14.juni. Da vil all innsamlet data med personopplysninger og eventuelle opptak slettes.

Dine rettigheter

Så lenge du kan identifiseres i datamaterialet, har du rett til:

- innsyn i hvilke personopplysninger som er registrert om deg, og å få utlevert en kopi av opplysningene,
- å få rettet personopplysninger om deg,

- å få slettet personopplysninger om deg, og
- å sende klage til Datatilsynet om behandlingen av dine personopplysninger.

Hva gir oss rett til å behandle personopplysninger om deg?

Vi behandler opplysninger om deg basert på ditt samtykke.

På oppdrag fra NTNU (Norges teknisk-naturvitenskapelige institutt) har NSD – Norsk senter for forskningsdata AS vurdert at behandlingen av personopplysninger i dette prosjektet er i samsvar med personvernregelverket.

Hvor kan jeg finne ut mer?

Hvis du har spørsmål til studien, eller ønsker å benytte deg av dine rettigheter, ta kontakt med:

NTNU ved Kristina Ramberg tlf. 45254839 (Student og prosjektansvarlig for denne oppgaven)

Eller veileder Tanu Priya Uteng tlf. 90533684

- Vårt personvernombud: Thomas Helgesen epost: thomas.helgesen@ntnu.no tlf. 93079038

Hvis du har spørsmål knyttet til NSD sin vurdering av prosjektet, kan du ta kontakt med:

- NSD – Norsk senter for forskningsdata AS på epost: personverntjenester@nsd.no eller på telefon: 55 58 21 17.

Med vennlig hilsen

Tanu Priya Uteng
(Forsker/veileder)

Kristina Risholt Ramberg
(Student/prosjektansvarlig)

Samtykkeerklæring

Jeg har mottatt og forstått informasjon om prosjektet som omhandler offentlige rom og hvilken påvirkning de har for eldre, og har fått anledning til å stille spørsmål. Jeg samtykker til:

å delta i intervju

Jeg samtykker til at mine opplysninger behandles frem til prosjektet er avsluttet

(Signert av prosjektdeltaker, dato)

Et muntlig samtykke ved oppmøte til intervju vil også gå fint.

9. Litteraturliste

(2016). Flere år - flere muligheter. Regjeringens strategi for et aldersvennlig samfunn. H.-o. omsorgsdepartementet.

Amundsen, A. (2014). "Benker og hvileplasser." Retrieved 31.05, 2022, from <https://www.tiltak.no/b-endre-transportmiddelfordeling/b-4-tilrettelegging-gange/b-4-7/>.

AtB. (2021). "Trondheimsområdet." from https://atb.no/getfile.php/1383722-1645513846/Linjekart/AtB_Trondheimsområdet.pdf.

Berg, B. L. (2009). Qualitative research methods for the social sciences. Boston, Allyn & bacon.

Bo, L. E. (2014). Helse hos eldre i Norge. Folkehelseinstituttet (FHI).

Boudiny, K. (2013). "'Active ageing': from empty rhetoric to effective policy tool." Ageing and society **33**: 21.

Bowling, A. (2005). "Ageing Well: Quality of Life in Old Age." Open university Press, Maidenhead, UK.

Dahlman, I. (2005). Gåboka. Oslo, Statens vegvesen vegdirektoratet.

Edwards, P. and A. Tsouros (2006). "Promoting physical activity and active living in urban environments." WHO regional office for Europe.

Engedal, K. (2019). Alderdom. Store norske leksikon, Store medisinske leksikon.

Fitzgerald, K. G., & caro, F. G. (2014). "An overview of Age-Friendly Cities and Communities Around the World." Journal of Aging and Social Policy.

FN Statistikken viser andel av befolkningen som er over 60 år, og prognoser for kommende år. FN. **2022**.

Gehl, J. (1971). Livet mellom husene. København, Arkitektens Forlag.

Gehl, J. (1980). Life between building: Using Public Space. New York, Van Nostrand Reinhold.

Gehl, J. (2010). Cities for people. Washington, D.C., Islands P.

Geissmar-Brandi, U. B. o. C. (2006). Light for Cities Lightning Design for Urban Space. A Handbook, Birkhäuser.

Helgøy, I. (2005). Active Ageing and the Norwegian Health Care System.

Helsedirektoratet (2021). 1.2. Demografiske endringer.

- Henriksen, G. (2012). Universell utforming og likestilling, Toalett og bad, detaljer som teller. Oslo, Norges Handikapforbund
- Høyland, K., K. Denizou, D. Baer, H. F. Evensmo and P. S. Feragen (2018). Fra universelt utformede bygg til inkluderende områdeutvikling, SINTEF akademisk forlag.
- Jacobs, T. (2004). "Slotbeschouwingen. 'Actief ouder worden' en 'autonomie': twee kernbegrippen voor het ouderenbeleid?" Jacobs, T.,
Vanderleyden, L. and Vanden Boer, L. (eds).
- Kjelstrup, K. A. (2020). "Ruter aldersvennlig transport (Rosa busser)." Retrieved 15.05.2022, 2022.
- Koelen, M., Eriksson, M., & Cattan, M. (2017). "older people, sense of coherence and community." The Handbook of Salutogenesis: 11.
- Kyu, H. H., Abate, D., Abate, K. H., Abay, S. M., Abbafati, C., Abbasi, N., abdelalim, A. (2008). "Global, regional, and national disability-adjusted life-years (DALYs) for 359 diseases and injuries and healthy life expectancy (HALE) for 195 countries and territories, 1990-2017: a systematic analysis for the Global burden of Disease Study 2017." The Lancet **392 (10159), 1859-1922**.
- Lehning, A. H., Annie (2013). Liveable community indicators for sustainable aging in place. New York, NY.
- Li, X., Zhang, C & Li, W. (2015). "Does the Visibility of Greenery Increase Percieved Safety in Urban Areas?" International Journal of Geo-information **4**.
- Lynott, R. J. L., P.P. (1996). "Tracing the course of theoretical development in the sociology aging." The Gerontologist **36(749-60)**.
- Mehta, V. (2014). "Evaluating Public Space." Journal of Urban Desifn: 35.
- Myrstad, M. (2015). "De gamle er eldst- eller bare eldre." Tidsskrift for Den norske legeforening **6(135), 567**.
- Pablo Guillen, U. K. (2020). City Form, Economics and Culture. Singapore, Springer, Singapore.
- Reckwitz, A. (2002). "Toward a Theory of Social Practices - A Development in Culturalist Theorizing." European Journal of Social Theory: 243-263.
- Sahakian, M. and M. Anantharaman (2020). "What space for public parks in sustainable consumption corridors? Conceptual reflections on need satisfaction through social practices." Sustainability: Science, Practice and Policy **16**: 14.

- Schatzki, T. (1996). "Social Practices: A Wittgensteinian Approach to human Activity and the Social." Cambridge: Cambridge University Press.
- Schatzki, T. (2001). "Social Practices." Cambridge: Cambridge University Press.
- Seeman, T. E. (1996). "Social ties and health: The benefits of social integration. ." Annals of Epidemiology **6:5**: 9.
- Shan, W. X., Chunliang, Ji, Rui (2020). "Creating a healthy environment for elderly people in urban public activity space." international journal of environmental research and public health **17**: 18.
- Silverman, D. (2004). Researching society and culture. London, Sage.
- Sonmez turel, H. M. Y., Emine. Altug, Ipek. (2007). "Evaluation of elderly people`s requirements in public open spaces: A case study in Bornova District (Izmir, Turkey)." ELSEVIER **42 (5)**: 10.
- Statistisk sentralbyrå. (2021). "Utgifter etter utvlagte områder, Trondheim Kommune.", from <https://www.ssb.no/kommunefakta/trondheim>.
- Statistisk sentralbyrå. (2022). "10826: Befolkning, etter kjønn og alder. Personer, Østbyen, 2022.", from <https://statbank.ssb.no/statbank/table/10826/chartViewColumn/>.
- Stenner, P. M., Tara. Bowling, Ann (2011). "Older people and "active aging": Subjective aspects of ageing actively." Journal of health psychology **16**: 10.
- Thagaard, T. (2003). Systematikk og innlevelse: en innføring i kvalitativ metode. Bergen, Fagbokforlaget.
- Tjora, A. (2018). Qualitative research as Stepwise-Deductive Induction. London, Routledge.
- Warde, A. (2005). ""Consumption and Theories of Practice"." Journal of consumer culture: 22.
- Waage, A. m. f. (2019). Håndbok Aldersvennlig stedsutvikling. Helsedirektoratet, Norske arkitekters landsforbund.
- Yung, H. K., Esther., Conejos, Sheila. Chan, H.W, Edwin. (2015). "Social needs of the elderly and active aging in public open spaces in urban renewal." ELSEVIER **52**: 8.

