

Vill natur for alle

Temahefte om universell utforming og friluftsliv

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

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



KOMMUNESEKTORENS ORGANISASJON

The Norwegian Association of Local and
Regional Authorities

Ansvarlige redaktører:

Christian Hellevang og
Anne Gamme, KS.

Utvikling og produksjon:

Marianne Alfsen og Lena Storvand,
Felix Media.

Journalister:

Lena Storvand, Marianne Alfsen,
Silje Berggrav, Bente Frøylog, Martin
Thronsen, Pia Henriksen.

Fotograf:

Fredrik Naumann/Felix
Features.

Grafisk formgivning:

Ståle Hevrøy, Bly.

Trykk:

Byråservice.

Utgivelsesår: 2021, 1. opplag

ISBN 978-82-93100-99-7

Dette heftet er utgitt av KS

KS er kommunesektorens interesse-
og arbeidsgiverorganisasjon. Alle
landets 356 kommuner og 11 fylkes-
kommuner er medlemmer, samt om
lag 500 kommunale, interkommunale
og fylkeskommunale bedrifter.

Temahftet er inspirert av
medlemmene i KS' kommunenettverk
for universell utforming, som ble
opprettet i 2013. Målet er å bidra til
et inkluderende samfunn, gjennom å
dele erfaringer og fjerne hindre.

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

Ut på tur, aldri sur!

Friluftsliv er dypt forankret i vår identitet og kulturarv, og bidrar til livskvalitet og helse. Men Norges dype daler, høye fjelltopper og forrevne kyst er ikke tilgjengelig for alle. Det er det mange som ønsker å gjøre noe med.

I dette heftet viser vi frem et knippe prosjekter i norske kommuner og fylkeskommuner, som har bidratt til at enda flere kan være aktive og høste opplevelser i norsk natur. Uavhengig av funksjonsnivå.

Velkommen ut på tur! Vi håper du lar deg inspirere!

Innhold

- 3 Ut på tur, aldri sur!
- 5 – Lekenhet og samhold i naturen kan like godt oppleves i en rullestol
- 10 Trill rett ut i vannet i Ausvika
- 12 Bedre merking får flere på tur
- 15 En van(n)vittig opplevelse
- 20 Universell utsikt fra Trollstigen
- 22 Ubetjente hytter i havgapet
- 30 «Eggehytta» på Storfjellet
- 32 En do med utsikt
- 36 Full fart på tøff turvei
- 43 Små grep med stor effekt
- 51 Gangbane på Norges tak
- 54 Sjøen – den siste skansen?
- 60 Båtliv på hjul
- 62 Høyfjellsdo i særklasse
- 65 Lavterskeltur på høyfjellet
- 70 Tydelig hyttestatus kan øke bruk
- 73 Friluftsliv for flere
- 76 (Fri)lufta er fri for alle
- 78 Universell utforming i villmark
- 80 Slik definerer vi universell utforming i Norge



TILBAKE I BAKKEN: Godt hjulpet av faren sin kom Karina Hollekim seg opp i Hemsedal-bakkene på en såkalt sitski. – På den første turen ramlet jeg kanskje 150 ganger. Men det var verdt det! (Foto: Fredrik Naumann / Felix Features)

– Lekenhet og samhold i naturen kan like godt oppleves i en rullestol

Karina Hollekim fikk knust underkroppen i en fallskjermulykke, og beskjed om at hun aldri ville gå igjen. Men motivasjonen for nye, ekstreme naturopplevelser var like sterk.

– **Å OPPLEVE GLEDEN OVER** å være i elementene. Å kjenne røde roser i kinnene. Å være del av et miljø og ikke den som alltid sitter i varme-stua og venter på at de andre kommer hjem og forteller om dagen sin. Det har betydd en enorm forskjell for meg. Jeg skjønnte tidlig at gode naturopplevelser kunne jeg få uavhengig av om jeg sto på to bein eller satt i en rullestol, forteller Karina Hollekim (45).

KROPPEN KNUST FRA HOFTEN OG NED

Den tidligere frikjøreren og basehopperen har godt over 600 hopp bak seg da hun i august 2006 hoppet ut fra et fly i Sveits. En feilfunksjon i skjermen gjør at den ikke åpner seg som den skal, og kroppen spinner ukontrollert mot bakken. Karina lander på en kampestein med en fart på 100 kilometer i timen. Hodet og ryggen blir spart, men alt fra hoften og ned er knust.

Legen fortalte at Karina var heldig som er i live, men at hun aldri vil kunne gå igjen. En karriere stappfull av daglige adrenalinkick får en bråstopp. Gjennom en periode på tre år går 30-åringen gjennom 31 operasjoner i hofte, rygg og bein.

FØLELSEN AV SNØFLAK

Da hun kommer til rehabilitering ved Cato-senteret i Son, gråter hun hver dag i en uke. Hun er ikke motivert for å lære å leve med et handikap, og ser ikke lys i tunnelen.

– Jeg veide 42 kilo fordelt over 180 cm, og så ut som skinn og bein. Å sitte oppreist i rullestol gjennom et måltid var så slitsomt at jeg måtte legge meg å hvile etter ti minutter, forteller Hollekim.

Ett av de første målene i starten var å komme seg utendørs.

– Jeg ønsket bare å sitte ute i snøværet på parkeringsplassen og bli snødd ned. Følelsen av snøflakene, å strekke tungen ut og kjenne at de smeltet, ga meg en form for tilstedeværelse i elementene.

«SVAKHET» Å BE OM HJELP

Den første tiden handlet om å ta de små skrittene. Å bli sterk nok i armene til å rulle en tur med rullestolen rundt Cato-senteret. Naturopplevelsene og det tidligere livet føltes milevidt unna. Et av de store mentale hindrene var å akseptere behovet for hjelp.

– Jeg har alltid vært opptatt av å klare meg selv. Å be om hjelp har i mine øyne nesten vært et tegn på svakhet. Plutselig var jeg i en situasjon der jeg trengte hjelp hele tiden. Jeg følte meg ekstremt avhengig av andre. Egenverdien når jeg ikke klarte meg selv, opplevdes veldig annerledes, forteller hun.

Mens den tidligere ekstremsportutøveren før ulykken hadde følt seg supersterk og usårlig, var hun plutselig begrenset av dørkarmer og fortauskanter.

– Å bli invitert av venner på kino eller restaurant har mye å si for den mentale helsen. Plutselig opplever man at det ikke er så lett, fordi bilen ikke er stor nok til en rullestol, restauranten har en trapp eller toalettet ligger i kjelleren. Det var så mange utfordringer jeg ikke hadde tenkt på, som begrenset mulighetene for å gjøre sosiale, hyggelige og spontane ting. Det er ingen god følelse å oppleve at man er en byrde, sier hun.

LANGT UNNA LIKESTILLING

45-åringen forteller at det også var en vanskelig overgang å bli behandlet nærmest som et barn i møte med fremmede.

– I det øyeblikket du sitter i en rullestol, er du lavere enn de fleste. Det overrasket meg hvor fort man blir sett ned på. Folk snakket om meg, ikke til meg. De spurte vennene mine hva jeg kunne. Som om det var noe galt med hodet eller snakketøyet mitt.

Hun reagerte også på å få skryt når hun var ute på tur og rullet med rullestolen.

– Folk kunne si:

«Så flott at du har kommet deg ut!»
Hvorfor skulle ikke jeg ha kommet meg ut?
Ting ble sagt og gjort i beste hensikt, men det ga meg følelsen av at vi ikke var likeverdige. At vi er langt unna likestilling mellom funksjonsfriske og folk med funksjonsnedsettelse.

MÅLET Å KOMME SEG UT PÅ SKI

Karina Hollekim husker at tiden før hun kom seg skikkelig ut i naturen, føltes veldig lang. Mest av alt savnet hun å stå på ski.

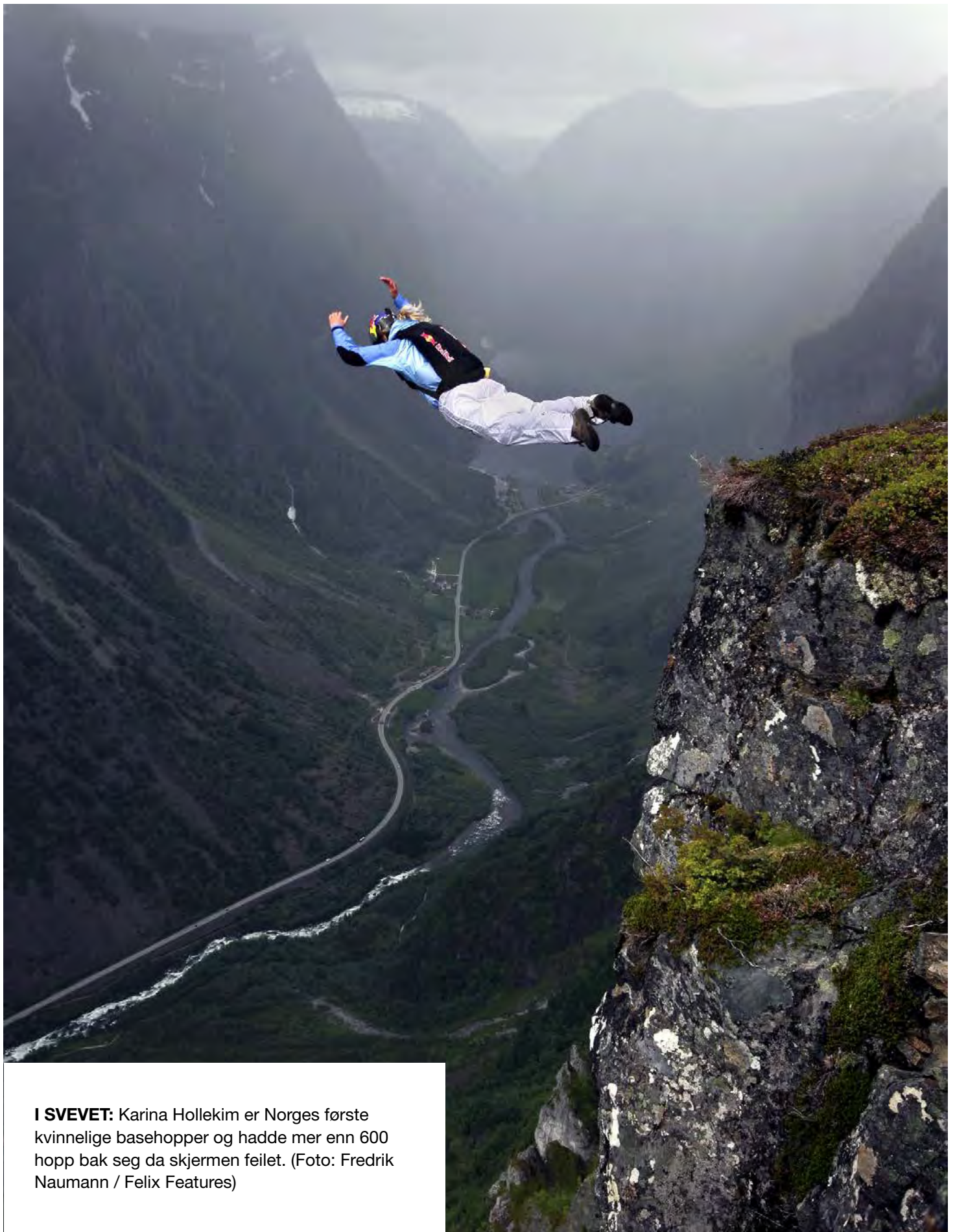
– Når jeg i tiden etter ulykken prøvde å definere hvorfor skikjøring var så viktig for meg, ble det klart at det handlet om naturen, samholdet og lekenheten. Det å dele opplevelser sammen med andre. Jeg skjønnte tidlig at selv om målet var å komme tilbake på ski på to ben, var det ikke sikkert at det noen gang ble mulig. Men det ga meg motivasjon og drivkraft til å holde ut og trene det lille ekstra, forteller hun.

En god venn av Karina hadde løsningen. Han var importør av sitski: Ski festet under en



«Jeg har tilpasset livet slik at jeg har fokus på det jeg kan gjøre. Jeg bruker ikke energi på å tenke på det jeg ikke kan.»

KARINA HOLLEKIM



I SVEVET: Karina Hollekim er Norges første kvinnelige basehopper og hadde mer enn 600 hopp bak seg da skjermen feilet. (Foto: Fredrik Naumann / Felix Features)

stol, slik at folk med funksjonsnedsettelse kan sitte på den og bruke hendene til å styre med to staver. Karina fikk låne sitteski av kameraten, og reiste av gårde til Hemsedal.

– Pappa og jeg tok heisen opp og prøvde å finne ut hvordan dette fungerte. Jeg satte utfor bakken, og den første turen ramlet jeg kanskje 150 ganger. Jeg tenkte at legene på Ullevål neppe ville bli så fornøyde hvis jeg kom tilbake med brukket hånd eller skulderen ute av ledd. Men allerede på den andre turen skjønte jeg teknikken, og falt ikke mer, forteller Karina.

HVILTE I TO DAGER ETTER SKITUR

Sta som et esel og med god støtte fra familie og



ELSKER NATUREN: Gleden over å være i elementene og å dele naturopplevelser med andre – det er ikke avhengig av at man går på to bein, påpeker Karina Hollekim. Også etter ulykken har hun lagt ut på lange, krevende fjellturer. (Foto: Fredrik Naumann / Felix Features)

venner, fysioterapeuter og trenere har hun jobbet beinhardt for å trene opp kroppen. Etter tre år med rullestol og krykker var hun sterk nok til å gå på egne bein. Den største drømmen var å stå på ski.

– Den første gangen jeg sto på ski på to ben, kjørte jeg to eller tre turer. Da var jeg så sliten og kjørt at jeg måtte hvile i to dager. Det var en enorm belastning på kroppen. Men jeg var så glad og lykkelig at det var verdt hvert eneste sekund. Jeg sa til kroppen min: «Dette kan du venne deg til, dette skal vi gjøre mer av!» Jeg visste at neste gang ville jeg kanskje klare fire turer. Og etter det, kanskje fem. Selv om det var tøft, var gevinsten mye større enn kostnaden. Kort tid etter at hun kastet krykkene, dro hun til Sveits for å fjellklatre. Noen år senere sa hun ja til å gå Haute Route, en seks dagers skitur på 180 kilometer fra Chamonix over et hav av fjelltopper til Zermatt i Sveits. I 2020 deltok hun i den knallharde realitykonkurransen Mesternes mester på TV2.

– Jeg har alltid vært sånn at når noe gir meg mestringfølelse, er jeg villig til å strekke meg utrolig langt. Å komme tilbake til storslått natur, stå på en fjelltopp på morgenkysten, være del av en gruppe. Dette er så viktige verdier for meg. Jeg har tilpasset livet slik at jeg har fokus på det jeg kan gjøre. Jeg bruker ikke energi på å tenke på det jeg ikke kan, sier hun.

NYE AKTIVITETER

For selv om det har gått mange år siden ulykken, er det fortsatt enkelte aktiviteter Hollekim ikke kan gjøre. Løping må hun holde seg unna, brå vendinger kan være smertefullt og hun bør ikke falle. Samtidig har nye aktiviteter kommet til, som bølgesurfing.

– Jeg var overbevist om at surfing var noe jeg ikke ville få til. Jeg bruker normalt veldig lang tid på å reise meg fra bakken, fordi jeg har så dårlig muskulatur og balanse, forteller Karina.

Da hun var med en venninne til Portugal for å feire 40-årsdag, ble hun overtalt til å prøve bare for det sosiale. Karina fikk tildelt en stor flåte av et brett, og klarte å komme seg opp etter mange forsøk.

– Det er ekstremt tilfredsstillende når man finner en måte å knekke koden på. Jeg har fortsatt å surfe, og kommer aldri til å bli grasjos. Men det viktigste er å ha det gøy, å kunne leke i elementene.

LOKALT OG LAVTERSHEL

I dag jobber Karina Hollekim som mentaltrener og foredragsholder, og bor i Bærum med samboer og to gutter på seks og syv år. I koronatiden har familien fått dekket natur- og opplevelsesbehovet gjennom mer lokale fritidsaktiviteter. Hun forteller om «suppetirsdag» ved Brunkollen, der turgåere får servert middag på fjelltoppen med utsikt over Nordmarka.

– Man kan gå dit på en kronglete sti med røtter og andre hindre, eller følge en grussti, som er lettere for folk med funksjonsnedsettelse. I Bærumsmarka har vi også Sæteren gård, som er rullestoltilgjengelig og har flere aktiviteter for barn. Det fins så mange muligheter, og vi trenger ikke legge listen så høyt. Legger man listen lavt, kan man bygge mye mestring på det. Så kan man kanskje flytte listen litt høyere neste gang.

AKSEPTERE LIVET HER OG NÅ

Engasjementet for at mennesker med funksjonsnedsettelse skal få leve aktive liv, får hun utløp for i Sunnaasstiftelsen. Hvert år reiser hun på tur med ryggmargsskadde gjennom Camp Spinal. Turene går til Hafjell vintertid, med aktiviteter som slalåm og hundeslede. I sommer var de i Lofoten, der deltagerne som sitter i rullestol, bodde i rorbu, surfet, fisket og dykket.

– Det handler om å pushe grenser, oppleve mestring og lære å se på seg selv som en ressurs i stedet for en byrde. Selv har jeg vært



INSPIRERER: I dag jobber Karina Hollekim som mentaltrener og foredragsholder. Til ulike typer publikum snakker hun om å bygge seg opp i motgang, om betydningen av omgivelsenes støtte og om å finne en ny mening med livet. (Foto: Fredrik Naumann / Felix Features)

veldig heldig fordi det har vært fysisk mulig å komme tilbake. For mange er det aldri mulig. Det handler ikke om at bare du trener hardt nok, så får du det til. Jeg tror det viktigste er å akseptere situasjonen som den er i dag. At akkurat nå har jeg de begrensningene jeg har. Hvordan kan jeg skape det beste ut av de forutsetningene jeg har? Hvordan kan jeg ha det så bra som mulig i mitt liv? Det ligger mye glede i å komme seg ut i frisk luft. Bare det å bli sett, at noen sier hei til deg når du ruller forbi, kan gjøre at man løftes litt. Det er ikke alltid så mye som skal til.



UT MOT HAVET: Snart kommer det på plass rullestolmatter på Ausvika-stranden. (Illustrasjonsfoto: Opheim Agenturer)

Trill rett ut i vannet i Ausvika

Sandstrand og hjul er en dårlig kombinasjon, men i populære Ausvika utenfor Bodø blir det snart mulig å trille tvers over stranda og rett ut i vannet.

EN 10 MINUTTERS BILTUR nord for Bodø ligger en av byens mest populære utfartssteder: Ausvika med sin kritthvite strand ved Landegofjorden og utsikt mot fjelltoppen Geitnakken.

– Under koronapandemien har bruken av området eksplodert. Derfor er det viktigere enn noen gang å gjøre stranda tilgjengelig for alle, sier Annette Hals i Salten Friluftsråd.

KORONAMIDLER

Med koronamilder fra Miljødirektoratet, kanalisert via Friluftsrådenes Landsforbund, har Salten Friluftsråd i 2021 lagt stien fra parkeringsplassen i ny trasé med riktig helning og grusforhold for

alle på hjul. Benker underveis byr på en hvil for de som trenger det og grillplassen har fått møbler som kan brukes av alle. Toalettet ved parkeringsplassen var allerede i HC-standard, men det planlegges også et nytt universelt utformet omkleddingsrom og toalett ved selve stranden.

– Snart kommer det også på plass rullestolmatter over stranden, såkalte MOBI-MATs, som leder helt ut vannet, slik at alle kan bade, forteller Hals.

– Naturen her i nord er jo vill. Det uberørte er mye av attraksjonen for mange, men samtidig er det viktig at vi sørger for at alle får muligheten til gode naturopplevelser. Naturen skal ikke bare



RIK FLORA OG FAUNA: Det er mye å oppdage for store og små i Ausvika utenfor Bodø. Når den nye rullestolmatten kommer på plass, er hjul ikke lenger noen hindring for oppdagertrangen. (Foto: Annette Hals)



NÆRKONTAKT MED KYSTEN: I Ausvika kan du komme nært på Nordlands vakre kyst, uavhengig av funksjonsutfordringer. Enten det stormer eller er stille, som denne dagen. (Foto: Annette Hals)

være for de spreke og funksjonsfriske, påpeker hun.

BEVARING ELLER TILRETTELEGGING?

Prosjektet er vinn-vinn for folk og natur: I tett samarbeid med Miljøfaglig utredning og friluftsdelingen i Bodø kommune fant Friluftsrådet frem til en ny stitrasé, til beste for de særegne naturtypene som preger området.

– Overraskende nok ønsket kommunen å spre ferdselen, fremfor å samle den. Ferdsel er med på å holde gresset tilbake, slik at sanden naturtypene her trives i ikke gror igjen, forteller Hals, og legger til at de også utarbeidet en skjøtelsesplan og landskapsplan, for å sikre rett balanse mellom tilrettelegging for friluftsliv og hensynet til naturverdier.

– Midlene var viktig for å få til en helhetlig og fremtidsrettet plan for Ausvika, påpeker Hals. Nå kan alle riktignok bade, men badetemperaturen i nord, den er kun for de barskeste av oss ...



PÅ BEFARING: Salten Friluftsråd på befaring i Ausvika sammen med representanter for Friluftsrådets landsforbund og Bodø kommune. Annette Hals er nummer tre fra venstre. (Foto: Salten Friluftsråd)

Bedre merking får flere på tur

Manglende merking av turstier gjør at mange blir snytt for gode naturopplevelser. Et samarbeidsprosjekt i Trøndelag Fylkeskommune jobber med å endre dette.

GJENNOM SITT mangeårige virke som rådgiver friluftsliv i Trøndelag fylkeskommune, har Thor Brandt sett mange fine turstrekninger. Utfordringen har vært at en rekke av disse har manglet tydelig skilting og tilstrekkelig informasjon – til tross for den nye skiltmanualen i Merkehåndboka anno 2019. (Merkehåndboka er et nettsted for informasjon om planlegging, tilrettelegging og synliggjøring av stier og naturruter. og er et samarbeid mellom friluftsansjasjoner, reiseliv og offentlige myndigheter.) Normen ligger altså der, men er i liten grad realisert slik at den er kjent.

Tradisjonelt har skiltssystemet en farge-gradering fra grønn, blå, rød til sort – hvor sort er den mest krevende løypen.

– Men denne merkingen går på de som er funksjonsfriske. For eksempel er den enkles-te – den grønne – ikke nødvendigvis tilgjengelig nok for de som trenger litt ekstratilrettelegging, forklarer Thor Brandt.



Et skilt som viser en turgåer og en rullestol, derimot, signaliserer en universelt utformet turløype, hvor stigningsgraden i all hovedsak er 1:20 (med visse unntak 1:12).

MIDT IMELLOM

– Men mellom de grønne løypene og de universelt utformede, har vi en hel mengde muligheter, påpeker Brandt, og det er nettopp disse han har sørget for at det blir tatt tak i.

Løsningen er det de nå skal prøve ut: Turløyper som er godt tilgjengelig. Løypene merkes – i tråd med Merkehåndboka – med en turgåer med en tydelig «i». Bokstaven i står for informasjonen man så finner på informasjonstavlen ved turstiens begynnelse, og i Kartverkets turrutebase. Beskrivelsen av ferden skal være så detaljert at man ut ifra den selv skal kunne vurdere om dette er en løype man kan ta eller ei.

– Det handler altså i all hovedsak om



BEFARING: På befaring av en aktuell tursti i Skotvoldgruva, et av startstedene i turområdet Ofteåsen i Steinkjer. Fra venstre Stine Strand, Steinkjer kommune, Thor Brandt, Trøndelag fylkeskommune, Roy Staven, Norges Handikapforbund Trøndelag, med ledsager til Roy, og Andrea Hagstrøm, Bedriftsidretten i Midt-Norge. (Foto: Privat)



NYTTIG INFORMASJON:
Dette skiltet signaliserer at det finnes viktig informasjon på informasjonstavlen ved tursveiens begynnelse. (Illustrasjon: Merkehåndboka)

informasjon, oppsummerer Thor Brandt, som har initiert prosjektet og inngått samarbeid med flere samarbeidspartnere: Bedriftsidretten i Midt-Norge, Norges Handikapforbund Trøndelag og Trøndelag fylkeskommune. Andrea Hagstrøm, leder i Nord-Trøndelag Bedriftsidrettskrets, synes initiativet var så godt at de påtok seg prosjektansvaret.

VELGE RUTER

Første trinn er at Bedriftsidrettskretsen i hver av sine fem regioner finner ti egnede ruter av denne typen, til sammen 50, registrerer disse og finner ut om de faller innenfor regelverket for godt tilgjengelig. Ut i fra dette arbeidet velges to ruter fra hver region – ti totalt – hvor det gjøres et grundig skilting og dertil hørende informasjonsarbeid.

– Vi har tro på at dette er fornuftig, og vil kunne fungere som et foregangseksempel i Norge, sier Brandt.

Han brenner for prosjektet fordi, som han sier:

– Jeg vet at det er så mange fine ruter i nærmiljøene i små byene og tettstedene, at det er gjort så mye, men at det handler om å få informert slik at de skjønner at dette også er for oss. At det er Bedriftsidrettskretsen som kjører prosjektet, tror Brandt vil bidra sterkt til å gjøre skiltingen mer kjent.

I utgangspunktet går prosjektet ut på informasjon, men ifølge Brandt kan det også innebære en viss tilrettelegging.

– La oss si vi for eksempel har en strekning på to kilometer som er helt perfekt, og så buttrer det i en liten kulle som vi kan legge veien rundt, da ligger det i prosjektet at vi kan gjøre visse slike småjusteringer.



En van(n)vittig opplevelse

Kan du komme tørrskodd fra møtet med Skjervsfossen i Granvin?
Det må du finne ut selv. Enten du tar deg frem på fire hjul eller to bein.

– **NOEN GANGER** kan du få deg en skikkelig dusj her, forteller Bjørn Egil Tolås.

Vi står på punktet som talende nok har fått navnet «Dusjen». Over oss ruver Skjervsfossen, en av Vossaregionens mange spektakulære naturattraksjoner. Akkurat i dag sildrer vannet rolig og behersket, etter en varm og tørr sommer. Men her kan det buldre og brake når vårløsnin-gen sender smeltevann utfor stupet.

Bjørn Egil fikk diagnosen spinal muskelatrofi som tenåring. For en ung mann som elsker å være aktiv i naturen, var det en tøff beskjed å få at kroppens muskler gradvis vil svekkes.

– Det betyr mye for meg å komme til natur-opplevelser som dette uten å måtte planlegge

hvert steg jeg skal ta, være redd for å falle eller måtte be om hjelp hele tiden. Å kunne reise hit selv og være selvstendig er alfa og omega, sier 29-åringen, som i dag kan ta seg rundt på krykker der det er flatt og trygt, men som i de fleste sammenhenger er avhengig av den elektriske rullestolen. Eller en firehjuling. Eller til og med en sekshjuling. For med ATV tar han seg gjerne langs skogsveier oppover i fjellene.

– Hvis man ikke kan være aktiv, påvirker det psyken negativt. Og psykisk og fysisk helse går hånd i hånd, mener Tolås, som er utdannet treskjærer, er politisk aktiv og brenner for å ta med seg lokal ungdom som sliter ut i naturen for å oppleve mestring og naturglede.



AKTIV PÅ HJUL: Bjørn Egil Tolås elsker natur og aktivitet. – Det er ikke alltid så mye som skal til for å gi flere tilgang til vill natur. Oftest er det små enkle grep, som å lage grusveier, kanskje med en ekstra sving rundt en knaus. Det gjelder å utnytte det som er i naturen fra før av, slik som her ved Skjervsfossen, mener han. (Foto: Fredrik Naumann/Felix Features)



«Å kunne reise hit selv og være selvstendig er alfa og omega.»

BJØRN EGIL TOLÅS



TRIVSEL I FOKUS

Det begynte med et oppdrag med å lage en rasteplass på toppen. Det var få steder å stoppe i hårnålsvingene, og Skjervsfossen var vanskelig tilgjengelig for både lokalbefolkningen og turister. Bergo & Østengen Landskapsarkitekter så flere muligheter.

– Vi så at det ville bli fantastisk å komme seg ned langs fossen og kjenne på vannspruten, forteller ansvarlig landskapsarkitekt Kari Bergo.

Landskapsarkitektene foreslo å lage universell adkomst både oppe og nede, med en steintrapp som binder de to sammen via flere utsiktspunkt. Og slik ble det.

– Vi ville lage en fin plass der alle kan trives, enten du sitter i rullestol, er frisk til beins eller svaksynt. Det er det universell utforming handler om, sier Bergo.

Nå kan de som er avhengige av hjul oppleve fossen både fra toppen og bunnen. Ekstrem-sporterne kan rappellere i fossen. De turglade kan få kjørt lårmusklene i steintrappen som binder øvre og nedre del sammen. Trenger du en pust i bakken på veien er det benker her, både langs steintrappa og de universelt utformede stiene.

NENNSOMT INNGREP

Landskapsarkitektene ønsket ikke rekkverk, høye



NATURVERDIER BEVART: Naturen spiller førstefiolin i Bergo & Østengen Landskapsarkitekters nennsomme design av den universelt utformede adkomsten til Skjervsfossen. (Foto: Fredrik Naumann/Felix Features)

NATURLIGE LEDELINJER: Ved å utnytte landskapet, skapte landskapsarkitektene naturlige ledelinjer. Grønn natur mot sort asfalt gir en visuell ledelinje, vakker kantstein. (Foto: Fredrik Naumann/Felix Features)



murer eller andre konstruksjoner i den nedre delen. Det ville ødelegge for opplevelsen av vill natur.

– Det er jo alltid en balansegang. For mye tilrettelegging skjemma naturen. Da er det ikke god universell utforming. Ved Skjervsfossen var det områder vi kunne tilrettelegge, andre der det ville blitt feil, forklarer Bergo.

Derfor gikk de grundig til verks, og startet med en omfattende landskapsanalyse. Resultatet, som stod klart i 2016, er et område der de universelt utformede stiene snor seg i pakt med naturen. Ledelinjene er naturlige, mørk kantstein i kontrast til grønn natur. En asfaltsti som ikke

hever seg for høyt i terrenget, så det er trygt uten rekkverk. En steintrapp bygget av skjerpær fra Nepal som bukker seg nennsomt gjennom krattskog og rundt kampesteiner. Her spiller naturen selv fortsatt førstefiolin.

– Det er så mange opplevelser ved Skjervsfossen, sier Bergo entusiastisk.

Noen steder hører du fossen, andre steder ser du den, og der du kommer helt inntil kan du også ta og føle på den. Det er også mye spennende geologi og historie knyttet til fossen, som de besøkende kan lese om på små plaketter spredt rundt i landskapet. Det flotte HC-toalettbygget på rasteplassen, kledd i skifer og med



ALLE SKAL TRIVES: I

Vossaregionen dreier det meste seg om natur og aktivitet – gjerne de ekstreme variantene! Skjervsfossen har en skjerpattrapp fra bunn til, som er populær til trening. (Foto: Fredrik Naumann/Felix Features)

ALLTID PÅ FARTEN: Når han ikke pusser opp huset på Evanger, er Bjørn Egil Tolås ofte på farten. Kjøretøy er en lidenskap. (Foto: Fredrik Naumann/Felix Features)





«Jeg tror ikke du tenker at det er spesielt tilrettelagt når du kommer hit. Det bare er det. Da mener jeg vi har lykket.»

KARI BERGO



MEDVIRKNING: Bjørn Egil Tolås oppfordrer norske kommuner til å i større grad involvere funksjonshemmede når nye områder skal utformes universelt. (Foto: Fredrik Naumann/Felix Features)

utsyn mot sildrende vann, vant prisen Small Spaces Award for sin unike arkitektur i 2016.

FØLES NATURLIG

– Jeg tror ikke du tenker at det er spesielt tilrettelagt når du kommer hit. Det bare er det. Da mener jeg vi har lykket, sier Kari Bergo.

Det er Bjørn Egil Tolås enig i:

– Det er viktig at det tilrettelegges på en måte som gjør at du ikke føler deg skilt ut. Tilretteleggingen bør passe naturlig inn.

Han ønsker seg flere prosjekter som Skjervsfossen, der Norges ville natur blir mulig å oppleve for flere, uten for store inngrep.

– Vi er skapt for å leve nær naturen, mener Tolås, og beskriver frihetsfølelsen det gir å få nærkontakt elementene og kreftene, bevege seg i tredimensjonal natur, kjenne på stein og vegetasjon, oppleve ulendt terreng.

– Min største naturopplevelse? Det var da jeg prøvde paragliding for første gang, og fikk se landskapet fra fugleperspektiv mens jeg kjente dragsuget i magen!



NASJONAL TURISTVEG

Veien forbi Skjervsfossen inngår i Nasjonal turistveg Hardanger; en av 18 utvalgte strekninger på Vestlandet og i Nord-Norge som tilrettelegges litt ekstra, for å gi alle tilgang til opplevelsene langs veien. Nasjonal turistveg Hardanger består av fire strekninger på totalt 165 kilometer. Granvin–Steinsdalsfossen (veg 79/49), der Skjervsfossen ligger, er én av dem.

Illustrasjon: Østengen & Bergo | Landskapsarkitektur)



Universell utsikt fra Trollstigen

Hva gjør man om man ikke kan få bygd om et eksisterende utsiktspunkt slik at alle kan komme til det? Man lager et til ...

DEN MILDT SAGT berømte Trollstigen i Møre og Romsdal er en av Norges mest besøkte turistattraksjoner, men lenge var den alt annet enn tilgjengelig for alle

Så da Statens vegvesen og Nasjonale turistveger i 2012 rustet opp denne turistmagneten, lagde de like godt splitter nye gangbaner og et

helt nytt utsiktspunkt, siden det opprinnelige baserte seg på en trappeløsning som det ikke lot seg gjøre å oppnå universell utforming på.

– Så da fikk vi to utsiktspunkt! Begge gir en formidabel utsikt over fjellheimen og Isterdalen, fastslår Grete Kongshaug.

Hun jobber nå som rådgiver i Møre og Romsdal



NYTT UTSIKTSPUNKT: Utsiktspunktet ved Trollstigplatået er tilgjengelig for rullestolbrukere. (Begge foto: Jarle Wæhler / Statens vegvesen. Arkitekt: Reiulf Ramstad Arkitekter as Landskapsarkitekt: Multiconsult).



NYE GANGBANER: Trygge og godt tilrettelagte stier leder fram mot utsiktspunktene ved Trollstigen ved Nasjonal turistveg Geiranger-Trollstigen.

fylkeskommune, men jobbet tidligere i nettopp Statens vegvesen mens de rustet opp Trollstigen-fasilitetene.

– *Du har sikkert vært på begge to, er de like fine?*

– Like fine! I tillegg fikk vi altså ny gangbane tilpasset rullestolbrukere og folk som er dårlig til beins, og parkeringsplassen ble rustet opp. Dessuten ble det bygget nye universelt utformede toaletter og en ny kafé.

Hun forteller at tilbakemeldingene har strømmet på etter oppgraderingen, både fra folk med redusert førlighet og andre som på generelt grunnlag ikke er så glade i trapper.

Kongshaug understreker at det ble lagt stor

vekt på at opprustningen skulle være universelt tilrettelagt.

– Møre og Romsdal fylkeskommune har bidratt økonomisk til anlegget og vi er svært glade for at Trollstigen nå ivaretar hensynet til universell utforming.

Kongshaug mener grepet som ble tatt har hatt stor betydning for turismen, men ikke bare til selve Trollstigen.

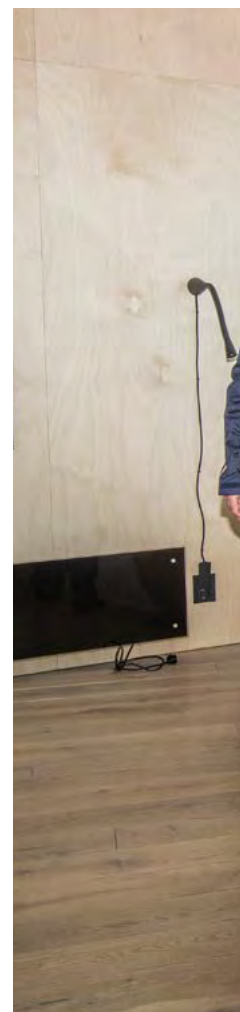
– Dette har jo ført til at Trollstigen er tilgjengelig for alle, og det betyr i sin tur mye for tilstrømmingen til hele fylket. For alle skal jo besøke Trollstigen, og da besøker de gjerne også mange andre turistattraksjoner i det vakre fylket vårt.



Ubetjente hytter i havgapet

Flokehyttene utenfor Haugesund er bygget slik at alle får mulighet til å overnatte i fantastisk natur og arkitektur. Rullestol er ingen hindring.





– **ALLE KAN IKKE GÅ TOPPTURER.** Men vi vil likevel at alle skal med ut i naturen, og da må vi tilrettelegge for å få det til, sier Audhild Sannes i Haugesund Turistforening.

De fem ubetjente Flokehyttene ligger ytterst på svabergene ved Ryvarden kulturfyrt i Sveio, helt ute i havgapet, og er driftet av Haugesund Turistforening. Gjester uten funksjonsnedsettelse må gå de siste kilometerne ut til hyttene, men har du behov for å kjøre bil helt fram, kan du få kjøretillatelse via Sveio kommune.

Audhild Sannes viser vei utover gangveiene i tre som leder fram til hyttene. Her går det fint å manøvrere både rullestol, rullator og barnevogn.



«Når ting er bra tilrettelagt, føler man seg mer på linje med alle andre. På Flokehytta trengte jeg ikke hjelp til noe.»

GRO EILERAAS



SMART GREP: Benkene som løper langs panorama-vinduene brukes også til sengeplasser. På dagtid gjemmes sengetøyet under benkene. – Praktisk og fort gjort, sier Audhild Sannes i Haugesund Turistforening. (Foto: Fredrik Naumann/Felix Features)

HIMMEL OG HAV

Inngangspartiene er smale. Men vel innendørs blir hyttene bredere og åpner seg opp mot havet. Hele endeveggen består av panorama-vinduer – med uhindret utsikt over Nordsjøen og den værharde strekningen som kalles «Sletta». Her sitter du i sofaen samtidig som du er midt i naturen. Og er du heldig, kan du se niser og havørn passere utenfor.

– Du kommer ikke nærmere sjøen enn dette når du skal plassere en hytte, sier Audhild Sannes.

– Flokehyttene står helt i grenseland for hva som er mulig. Når stormen tar tak her ute, slår

bølgene opp mot vinduene, sier hun.

Flokehyttene sto klare høsten 2020. Hyttene er tegnet av arkitekt Roald Bø i Holon Arkitekter, på oppdrag fra Haugesund Turistforening. De er bygget slik at de ikke setter varige spor i landskapet. Hyttene står på søyler som er kilt ned i svaberget. Det er verken sprengt, fylt ut, planert eller grøftet for å få dem på plass.

NORRØN HISTORIE

Det moderne hytteprosjektet er oppkalt etter den sagnomsuste vikingen Floke Vilgerdsson, som seilte ut fra Ryvarden i år 869 og ble en av de første som bosatte seg på Island. Fire hytter

er like store og har navn etter kretsen rundt Floke; moren Vilgerd, døtrene Geirhild og Tjodgerd, og vennen Faxe. Den femte hytta heter Hordakåre etter bestefaren. Den er dobbelt så stor som de andre og universelt utformet.

Den største, universelt utformede hytta, har overnattingsplass til ti stykker, de andre hyttene til fem.

GODE DETALJER

Gro Eileraas testet ut Flokehyttene på overnattingstur med venninner i fjor høst.

– Det var magisk. Jeg valgte soveplass i vinduet, og det var helt unikt å ligge der i ruskevær

mens skipene seilte forbi i nattemørket.

Selv bruker hun rullestol, og derfor hadde venninnene booket den store, universelt utformede hytta. Den fungerte helt etter boka for henne.

– Kjøkkenet er så smart innredet at det nesten fungerte bedre enn mitt eget kjøkken, sier hun.

Badet synes hun også er fint løst:

– Det er gode håndtak på hver side av døen, en vask du kan trille under, speil plassert slik at du ser mer enn toppen av hårtustene, og lave knagger slik at du kan henge fra deg håndkleet uten å måtte rope på hjelp fra andre.

ROM MED UTSIKT: Det er god plass til rullestol i den største av Flokehyttene. (Foto: Fredrik Naumann/Felix Features)



FEM FINE FLOKER: De fem Flokehyttene ligger ved Ryvarden kulturfyrt i Sveio utenfor Haugesund. Hytta nærmest fyret er dobbelt så stor som de andre, universelt utformet og tilgjengelig for alle. (Foto: Fredrik Naumann/Felix Features)



INGEN UTEDO: På hytta er det praktisk HC-toalett med plass til å komme inn under vasken med rullestol. (Foto: Fredrik Naumann/Felix Features)

Hun understreker:

- Det merkes at det er tenkt universell utforming i alle detaljer.

Akkurat det tar den turglade damen fra Sveio ikke som en selvfølge. Hun reiser mye og opplever ofte praktiske problemer på hoteller og overnattingssteder.

- Når ting er bra tilrettelagt, føler man seg mer på linje med alle andre. På Flokehytta trengte jeg ikke hjelp til noe, og det er egentlig uvanlig på reise, sier hun.

POPULÆRE HYTTER

Flokehytterne har vært fullbooket hver bidige dag siden åpningen høsten 2020, inkludert julaften og nyttårsaften. Gro Eileraas og venninnene har allerede booket sin neste tur, til høsten.

- Det kan fort bli en tradisjon, sier hun.
- Vi liker oss ekstra godt der ute når det er ruskevær.



FLERE HUS: Ekstremværet tok knekken på den tradisjonsrike turisthytta. I 2019 sto dette nybygde anlegget ferdig. (Foto: Ole Schanke Eikum/DNT)

Nybygget hyttetun

Tungestølen ligger i den vakre landbruksbygda Veitastrand i Luster kommune i Sogn. Gamle Tungestølen ble drevet som turisthytte helt fra 1910, men ble ødelagt av ekstremværet Dagmar i desember 2011. Den nye hytta sto ferdig i 2019 og er tegnet av Snøhetta arkitektfirma. Med kjørevei helt frem og delfinansiering fra spillemidler (overskudd fra Norsk Tipping) var det krav om universell utforming ved bygging av ny hytte. Tunet består av flere bygninger. Hovedbygget med spisesal og oppholdsrom for alle gjester er trinnfri og romslig. Dusjanlegget er i eget bygg,

også trinnfritt, med HC-WC og -dusj. Anlegget har to sovehytter: Austerdalshytta og Bankhytta. Begge er også trinnfrie både ved inngang og inne, og har soverom tilpasset rullestolbruker. Austerdalshytta har tre soverom med fire senger i hvert rom. Nedre køyer er 120 cm brede. Hytta har i tillegg et oppholdsrom. Bankhytta består av ett rom med fire senger. Køyesengenes nedre køye er 120 cm bred.



TOK GREP: Tradisjonsrik utenpå, oppgradert innvendig. (Foto: André Marton Pedersen /DNT)

Oppgradert hytteliv

Takket være initiativ fra ansatte i Bergen og Hordaland Turlag, er Alexander Grieg-hytten oppgradert de siste årene. Hytta er ubetjent og har 34 sengeplasser. Det er satt inn heis, hele 1. etasje er terskelfritt, det er HC-bad og -soverom og ute er det bygd en stor flerbruksterrasse. Det er bomvei til hytta, men funksjonshemmede får mulighet å kjøre helt inn.

«Eggehytta» på Storfjellet

Et samarbeid mellom lokallagene til DNT og Norges Handikapforbund i Hammerfest førte til at en av Norges mest spektakulære dagsturhytter nå er tilgjengelig for alle. Og flere kan det bli ...

DEN NORSKE TURISTFORENING (DNT) har massevis av turhytter rundt om i Norge. Men en av de mest spesielle – og vakreste – befinner seg på Storfjellet ved Hammerfest i Finnmark.

Faktisk ble det bygget to slike hytter, den ene på Storfjellet og den andre på Tyven, de to store fjellene på hver sin side av byen.

Turhyttene ble til etter et firesifret antall dugnadstimer for drøye to år siden i et samarbeid mellom DNTs lokalforening – Hammerfest og omegn turlag – og en rekke lokale aktører.

Den universelle utformingen var det likevel så som så med, men sommeren 2019 ble den betydelig bedre på hytta på Storfjellet takket være et samarbeid med lokallaget til Norges Handikapforbund (NHF) i Hammerfest.

– Vi ble spurt om vi kunne komme med forslag til universell utforming for å bedre adkomsten til hyttene, forteller Kjell Magne Johansen, som da var leder for NHF i Hammerfest.

Johansen, som selv sitter i rullestol, tegnet egenhendig en spesialtilpasset rullestolrampe som så ble bygget og montert utenfor hytta.

– På den offisielle åpningen kunne jeg så



EGG I SOLNEDGANG: Den flotte, eggformede turhytta på Storfjellet har fått universell utforming. (Foto: Tor Even Mathisen)

overrekke turlaget en sjekk på 10.000 kroner, nok til å finansiere rampen.

Johansen forteller at turlaget nå ønsker å lage tilsvarende løsning for den andre «eggehytta» på nabofjellet Tyven.

– Det gjenstår å se om vi får det til, den hytta ligger litt vanskeligere til, men når både turlaget og vi ønsker det, skal vi nok få det til. Alt lar seg gjøre!

Selv om rullestolbrukere nå kan å benytte



turhytta på Storfjellet, er det likevel ikke bare å hive seg i stolen på egenhånd.

– Det er grusvei dit, og det er en del stigning, så man trenger nok en ledsager. Men når man er vel fremme, er det absolutt verdt det. Selve hytta er nydelig, og utsikten fantastisk, fastslår Johansen.

Dessuten er det viktig at alle kan ta seg inn i hytta hvis de er på fjellet og været skulle slå om.

– Det er varmeovner der, så det er flott at

alle, også de som har barnevogn, rullestol eller gåstol, har mulighet til å søke ly og varme seg hvis det skulle blåse opp eller bli dårlig vær.

Johansen understreker at det fortsatt er mange andre flotte turhytter i området som kunne blitt universelt utformet for en rimelig penge.

– Det skal veldig små midler til, så jeg håper vi kan ha startet en trend her som kommunen vil ta tak i – så skal vi i Handikapforbundet bistå med det vi kan.

En do med utsikt

Når naturen kaller, hva er vel bedre enn et tilrettelagt toalett – midt i naturen?



«**NORGE HAR NYLIG ÅPNET** verdens vakreste offentlige toalett». Det skrev reiseredaktøren i den engelske avisen The Telegraph. Lonely Planet var også snart på banen, og siden har det vært massiv oppmerksomhet om det lille bygget på fylkesvei 17.

ØDE STED

Doen og den tilhørende rasteplassen ligger ved Kystriksveien i Gildeskål kommune, tett på grensen mot Meløy. Det er en øde plass: Nærmeste bebyggelse er flere kilometer unna i hver retning.

Betong, stål, marmor og frostet glass er brukt for å skape det vakre stoppestedet, som er etablert ved minnesmerket til minne om ubåten Uredd.

I 1942 la båten ut på et oppdrag. Seks agenter fra Kompani Linge skulle til Gildeskål. Reisens mål var gruvene i Sulitjelma, hvor kraftstasjonen skulle saboteres. Men farvannet var ikke trygt. Båten – med 42 stykker om bord – kom aldri frem, men ingen visste hva som hadde skjedd. Først i 1985 fant dykkere vraket på 105 meters dyp med et minehull i skroget. Minnesmerket ble avduket i 1987.

30 år senere begynte arbeidet med å ruste opp området – og i mai i år ble det offisielt åpnet.

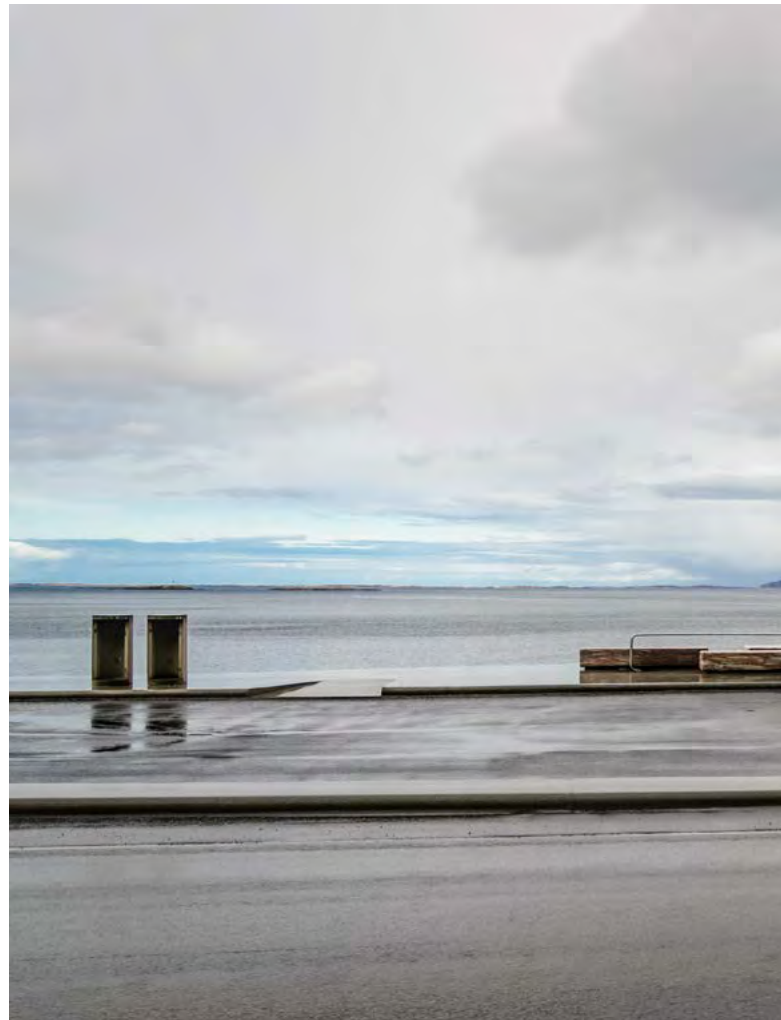
– Hele plassen er ombygget. Det er masseutskifting og nytt dekke, sier Steinar Skaar, prosjektleder i Statens Vegvesen.

FLATT OG BRATT

Øvre platå er nærmest helt flatt. Her er både do og rasteplasser lett tilgjengelig. To ramper sørger for tilgang til doen. Bordene på rasteplassen gir enkelt plass til rullestoler.

Et trapeamfi fører ned til stranda. Trappen har et rekkverk som er ført 30 centimeter inn på platen. Det er ingen adkomst for rullestoler eller barnevogner ned til fjæra.

– Det var ikke mulig å få til med den høyde-



forskjellen, forklarer prosjektleder Skaar.

Ureddplassen er ikke tilrettelagt for svaksynte og blinde. Her finnes for eksempel ingen ledelinjer. Med tanke på høyde på konstruksjonen og terrenget på utsiden, er det ikke noe krav til rekkverk.

– Tanken rundt dette med universell tilgjengelighet og denne plassen er slik: Vi er ute i den frie naturen her. Vi må tilrettelegge ut i fra forutsetningene folk har for å komme seg ut hit. Som blind kommer du aldri dit uten ledsager, for selv om bussen går forbi, er det ingen busstopp her. Det er heller ingen gang- eller sykkelveier som fører hit, forteller Skaar.

Inne på den vakre doen kan selvsagt rullestoler kjøres helt inntil, og vask, kraner, håndtørker og såper er korrekt plassert.



STOR RESPONS:

Ureddplassen ligger øde og værhardt til. Stedet har fått stor oppmerksomhet. (Foto: Steinar Skaar / Statens vegvesen)



STÅL OG MARMOR: Benker i marmor og bord i stål. (Foto: Steinar Skaar / Statens vegvesen)

Men en uforutsett utfordring dukket opp:
 – For å få plassert tilstrekkelig med toalett-papir har vi laget store låsbare bokser festet ut fra veggen. Dette gir brukerne god tilgjengelighet, men reduserer plassen litt for eventuelle hjelpere. Men det er alltid noen kompromisser som må til for å få det til å fungere, sier Steinar Skaar.

Bygget er tegnet av Haugen/Zohar arkitekter og landskapsarkitekt Inge Dahlman, Landskapsfabrikken, har stått for utformingen av området. Totalprosjektet kostet 15 millioner kroner, og er finansiert av Statens vegvesen.

Artikkelen sto første gang på trykk i *Viser vei til et samfunn for alle* (2018). Revidert 2021: Steinar Skaar har nå gått av med pensjon.

Full fart på tøff turvei

En svevebro over sjøen. En wiresaget passasje tvers igjennom fjellet:
Utradisjonelle metoder ble tatt i bruk for å lage en spektakulær turvei
ved Hafrsfjord.







TREHJULSSYKKELEN ER SPLITTER NY og skinnende rød. Othilia fikk den til treårsdagen sin. Nå trækker hun stolt av sted på den nye gangveien som bokstavelig talt er et ørlite steinkast fra sjøen.

– Det er et veldig bra tiltak. Både nå som hun vil sykle, og da vi trillet henne i vogn, sier pappa Claus S. Petersen om veien.

Han jobber selv i Stavanger kommune, er arkitekt i park og vei, med i UU-kontaktnett til KS, men har ikke vært involvert i dette prosjektet.

SKAR IGJENNOM

For to år siden åpnet den nye, siste delen av turveien, hvor det tidligere var tilnærmet ufremkom-

melig. Et langt stykke, på den gamle delen, gikk det riktignok fint. Men så var det bom stopp: Bratt fjell og sjø, samt en militær skytebane. Hvordan løser man det? Jo, med en svevebro over vannet. Med en annen bro på utsiden av fjellet. Og ved bokstavelig talt å skjære seg vei gjennom fjellet.

Begynnelsen av turveien ligger borte ved «Sverd i fjell» – det ni meter høye monumentet som er reist til minne om slaget ved Hafrsfjord. For det var her kong Harald Hårfagre seilte inn fjorden, kjempet ned småkongene, samlet Vestlandet – og dermed også Norge. Året var muligens 872.

Året 2016 ble den spektakulære delen av



NY SYKKEL: Othilia fikk den røde sykkel til treårsdagen sin. (Foto: Fredrik Naumann/Felix Features)



FLITTIG BRUKT:

Turveien er blitt en favoritt for mange.

(Foto: Fredrik Naumann/Felix Features)

turveien åpnet. 14 millioner kroner har denne delen av turveien kostet Stavanger kommune. Og med den nærmer friområdeprosjektet seg målet: Et sammenhengende, grønt turveinett, rundt tjue mil totalt. Opp gjennom årene har kommunen sikret seg om lag 2000 dekar friområder. Det har ikke bare vært enkelt.

– På den ene siden har du fellesskapets ønsker og behov for en gangvei. På den andre har du de som ikke ønsker en gangvei over sin egen strandlinje, sier Stig Wathne, rådgiver ved eiendomsavdelingen i Stavanger kommune.

– Fellesskapets behov for turveier, som kan brukes av alle, står sterkt i Stavanger.

Gjennom forhandlinger løste det seg likevel

til slutt. Skillet mellom turstien og privateiendommer markeres flere steder med skjerming bygget av lokal stein: rennesøystein.

STORE UTFORDRINGER

Den største tekniske utfordringen var fjell og et utilgjengelig terreng.

– Det måtte takles for å lage en gangsti som er tilgjengelig for alle. Fokus var at besteforeldre, mor, far og barn skal kunne bruke dette området, uavhengig av den enkeltes funksjonsnivå. Det skulle være godt dekke, og ikke for bratte kneiker. Og det klarte vi.

Bredden på veien varierer.

– Noen steder er den tre meter, men så

kommer vi inn på halvannen meters bredde. Det er noen grunneiere som forhandlet seg frem til det, sier Wathne, og viser stedet hvor det tidligere var full stopp for videre tur for de aller fleste.

BAR SYKKELEN

Men ikke for Lars Tvetter, som i dag har med barnebarna – tvillingene Henrik og Joakim på sykkelstur. Den sporty pensjonisten – som for øvrig jobber for fullt – fant nemlig sin egen løsning.

– Jeg skal kanskje ikke fortelle hvordan jeg jukset tidligere, men jeg bar sykler opp i brattskrenten der, og kom ned på den andre siden. Men det ville jo vært trøblete for gutta, det ville komplisert turen, sier han om barnebarna.

– Jeg brukte også veien her før den var offisielt åpnet, ler han, og er storfornøyd med resultatet:

– Denne stien er helt fantastisk! Vi ventet lenge på den. Med det turnettet kan vi starte her, sykle videre til Tanangerbroa, og videre til Alexander Kielland minnesmerket. Turstien er nær hjemmefra, det gir kort mobiliseringstid, den er fin og flat, og trygg for gutta.

Denne dagen tester Tvetter sin nye sykkel.

– Den kan tas fra hverandre og bæres på ryggen.

Tvetter er opptatt av å holde seg i form, og trener gjennomsnittlig syv kilometer om dagen.

– Enten på sykkel, eller bena. Jeg trimmer nok til at jeg kjører Birken og de greiene der, men kiloene og alderen setter sine spor, da. Jeg er 67 år, og jo eldre du er, dess viktigere er det å holde seg i form. Men det er viktig å holde seg på sitt nivå, ikke tro at man er 27.

EKSTRA BONUS

På denne veien får han ikke bare trening, men en ekstra bonus:

– Den fantastiske arkitekturen på broene her borte er en estetisk opplevelse. Dessuten har vi noen venner som er geologer. De synes det er



ekstra interessant å stoppe der hvor det er skåret igjennom fjellet for å se på de ulike lagene. Det blir en ekstra dimensjon.

Stig Wathne er helt enig.

– Det er helt rått; her har de altså skåret seg rett igjennom fjellet, 25-30 meter innover, og kanskje ti meter ned. Det er enorme mengder som er fjernet.

PRISBELØNNET

Prosjektet har fått pris for god belysning. Begge broene har innfelt lys i rekkverket, den minste har også lys i tredekket inn mot fjellskjæringen. Og på strekningen hvor turen går gjennom fjellet, er det montert overlys. I tillegg er det vanlig turbelysning.

Wathnes eneste bekymring ved fjellpassasjen, er helningen på underlaget i passasjen.

– Jeg har lurt på om det er litt for skrått, men



GLAD TRIO: Bestefar Lars og åtteåringene Joakim og Henrik på sykkeltur. (Foto: Fredrik Naumann/Felix Features)



«Jeg skal kanskje ikke fortelle hvordan jeg jukset tidligere, men jeg bar sykler opp i brattskrenten der, og kom ned på andre siden.»

LARS TVETER

jeg har ikke hørt noe. Vi har utelukkende fått positive tilbakemeldinger.

Og skrytet har ikke bare kommet fra de mange flittige brukerne av veien:

I 2017 ble den og Multiconsult beåret med DOGA-merket 2017 for god design og arkitektur for den nye turveien og brua langs Hafrsfjord.

«Her har man tatt hverdagslandskapet på alvor og konsentrert seg om å fremheve det, i stedet for å prøve å forskjønne det. Dette er en svært vellykket kultivering av et flott landskap, som vitner om god forståelse for stedets egenart og en vilje til å ikke velge minste motstands vei», het det i juryens begrunnelse.

Stod først på trykk i Viser vei til et samfunn for alle (2018).



A person wearing a blue helmet and dark clothing is riding a bicycle on a paved path. The path is surrounded by dense, bare trees, suggesting a winter or late autumn setting. The path appears to be a mix of asphalt and concrete, with some areas showing signs of wear or repair. The sky is clear and blue.

Små grep med stor effekt

En enkel omlegging av en sti, oppgradering av en do og en sving utenom en bom: På kyststien i Stavern har små grep gitt stor effekt.

HAN TRÅKKER TIL, atten år gamle Edvard Berg Jacobsen. Legger skogen bak seg, myser mot havet. Han er nyoperert i det ene benet, nå på rehabilitering ved Kysthospitalet i Stavern. Så ofte som mulig drar han og idrettspedagog Per Enok Baksjøberget på sykkeltur.

Og etter at en del av kyststien ble oppgradert og åpnet i 2017, ble også turmuligheten en helt annen.

Kyststien strekker seg fra Stavern til Barkvik utenfor Helgeroa, en strekning på tretti-fem kilometer. Hoveddelen av den er ikke tilrettelagt. Men her, fem minutters sykkeltråkk fra Kysthospitalet, er det fritt frem for manuell ferdsel på hjul.

SVINGTE UTENOM

Tidligere var Vestre Rakke et forsvarsanlegg. Nå er det et statlig sikret friluftsområde hvor kyststi-

en går igjennom. Fint for mange. Men så var det den bommen på vei inn til området, da. Og den svingete, bratte stien der inne, full av stein.

– Det jeg liker så godt, er at det ikke er gjort radikale ting, det er så enkle grep som har gjort det tilgjengelig. Kom du med barnevogn, rullestol eller sykkel på den gamle, kuperte grusstien, hadde du ikke sjans, sier idrettspedagog Per Enok Baksjøberget.

Men nå er det ikke noe problem. Derfor går han og Edvard ut av Kysthospitalets dør og

↓ **OPPTUR:** Å komme seg ut på tur på kyststien er en skikkelig opptur for Edvard Berg Jacobsen. Han er på opptrening på Kysthospitalet, og sykler sammen med idrettspedagog Per Enok Baksjøberget. Kompasset er i passe høyde for alle interesserte. (Foto: Fredrik Naumann / Felix Features)





OPPGRADERT: Både doen og deler av kyststien er oppgradert. (Foto: Fredrik Naumann / Felix Features)

IKKE NOE PROBLEM:

Den gamle stien var kronglete, men nå er det ikke noe problem for Edvard. (Foto: Fredrik Naumann / Felix Features)



setter kursen for det røde uthuset som rommer sittesyklene med el-motor. Toppfart: 25 kilometer i timen.

– Sånn, Edvard, nå kan du sette beina på pedalene!

Per Enok har akkurat justert lengden på dem, de var litt for lange, nå kan attenåringen sjekke resultatet.

– Det føles greit, konstaterer Edvard, som allerede har hjelmen på.

Og dermed trækker de av sted. Ut på gangveien, bortover mot Vestre Rakke friluftsområde, kommer de frem til bommen.

– Kom igjen, du må bare bøye hodet og sykle under, det går bra det, oppmuntrer Per Enok, og Edvard tar utfordringen.

Hadde han ikke gjort det, kunne han likevel

kommet seg inn på området. For til venstre for bommen er det laget en gruslagt sving, passe bred både for rullestoler og tvillingvogner.

OPPGRADERTE DOER

Litt lenger bort, til venstre, er doene. I 2016 ble den tidligere sanitærbygningen til forsvaret oppgradert til offentlig tilgjengelig toaletter med HC-tilgang: Terrenget foran bygget ble hevet så det går an å trille inn, en ny dør med tilstrekkelig bredde ble satt inn, og et HC-toalett installert.

– At det er doer som alle kan bruke, betyr rett og slett at vi kan dra hit og være her over litt lengre tid, påpeker idrettspedagogen.

Han bruker naturen så mye som mulig i jobben.

– Mange av de som kommer til

Kysthospitalet har vært inne i langvarige, kompliserte forløp. Mange har lange sykehusinnleggelser bak seg. Så kommer de hit, vet kanskje ikke helt hvilke muligheter det er, og så kommer de seg opp hit for egen hjelp, for egen motor – enten via sykkel, eller rullestol eller på to ben: Det betyr så vanvittig mye! Det er som om de ser muligheter igjen. Jeg merker det så godt på stemningen, humøret, mange får en ny glød, tro på ting, et stort smil. Det er en del av en sånn friskhetstankegang, sier Per Enok, og gir Edvard en beskjed:

– Du må sykle på, få litt mer fart så du kommer opp.

For der oppe, på toppen, venter en eventyrlig utsikt utover et glitrende hav. Her, på vestre Rakke, er det fylt på grus. Dermed blir det adkomst for alle til utsiktsplatået og til kompasset. Det er stort, laget i larvikitt, og forteller om himmelretninger og området.

– Det er veldig enkelt, og alle kan relatere seg til det som står der.

KOMPASS FOR ALLE

Kompasset er lavt nok til at alle kan se, høyt nok til at rullestoler kan komme helt inntil. Det samme gjelder rasteplassene i området.

– Hvis jeg er her med en gruppe, og vi tar oss en pause her, så kommer man inn med rullestol på siden av disse bordene, konstaterer Per Enok.

– Det er noe med det at det er naturlig plass til alle. Og det er så fint å sitte her sammen.

Militærhistorien er tydelig i området. Bunkersene er murt igjen, men de gamle militærposisjonene stikker opp mellom grusen de er fylt med. Per Enok peker:

– Der nede ser du en sti som er utvidet med grus. Sånn er den blitt bedre for mange.

Men den viktigste endringen er den som venter noen effektive tråkk unna: På høyre hånd



Kyststien er Norges eldste. Den ble ferdigstilt i 1991. Hvor mange som bruker akkurat det oppgraderte strekket, vites ikke, men på stien mellom Mølen og Nevlunghavn ble det i 2014 målt 45 500 passeringer.



SMART SVING: En sving utenom bommen var det som skulle til for å gi tilgang for alle. (Foto: Fredrik Naumann / Felix Features)

er den gamle, steinete, smale og bratte stien. På venstre side den nyetablerte. Den har fått svinger for å gjøre stigningen enklere, samt grusdekke, og er rundt halvannen meter bred.

– Bare det å tenke at en ny trasé gjør det så mye lettere, skryter Per Enok.

– Det er fortsatt en bakke, vi er jo ute i naturen, men svingene tar litt av for stigningen. Det skal ikke mye stigning til før det er tungt med rullestol. Før hadde du ikke sjans, samme om du kom med barnevogn, rullestol eller sykkel.

KARTLA KYSTSTIEN

Det var i kommuneplanen for idrett, fysisk



aktivitet og friluftsliv 2014–2018 at målet om tilrettelegging av deler av kyststien kom på plass.

I 2014 og 2015 var kommunen med i Kommunal- og moderniseringsdepartementets K2; et prosjekt om universell utforming. Via dette mottok kommunen tilskuddsmidler til tiltak for universell utforming av uteområder. Pengene kom både fra departementet og fra Vestfold Fylkeskommune. Fylkeskommunen deltok selv i prosjektet, og gjennomførte en kartlegging av kyststien. Kartleggingen munnet ut i forslag til tiltak:

– Prioriteringen av tiltakene vi har gjennomført er blant annet valgt ut i fra denne kartleggingen, sier Guro Hessner, avdelingsleder for Kommunalteknikk Forvaltning, Park og friområder i Larvik kommune.

Kyststien er Norges eldste. Den ble ferdig-

stilt i 1991. Hvor mange som bruker akkurat det oppgraderte strekket, vites ikke, men på stien mellom Mølen og Nevlunghavn ble det i 2014 målt 45 500 passeringer.

STOR VERDI

Avdelingsleder Hessner forteller at strekningen fra Soldathjemmet til Rakke ble tilrettelagt med relativt enkle omlegginger og utbedringer.

– Kyststien ble opparbeidet med halvannen til to meters bredde, og fikk fast og jevnt grusdekke.

Når det gjelder stigningsgraden, var det ikke mulig å holde seg til standarden overalt. Der terrenget umuliggjorde det, la de inn jevnligge hvilereposer.

– *Hva tenker du om at disse små endringene har så stor betydning for så mange?*



GAMMEL DO: Det er mange år siden denne doen var i bruk. (Foto: Fredrik Naumann / Felix Features)

– Det synes vi er veldig flott! Da vi begynte å se på hvor små tiltak som skal til for å få bedre tilgjengelighet til enkeltområder og noen strekninger på kyststien for alle, syntes vi dette var viktig å få gjort. Også fordi Kysthospitalet ligger i området og har mange brukere som vil få glede av tilretteleggingen. I nye prosjekter og rehabiliteringsprosjekter har vi alltid fokus på universell utforming. I områder som er tilrettelagt før det ble fokus på tilgjengelighet for alle, er tilretteleggingen og tilgjengeligheten ikke alltid like god, så vi er veldig fornøyd for at vi har klart å skaffe midler til gjennomføring av disse tiltakene, sier Guro Hessner.

Kommunen ønsket i utgangspunktet også å tilrettelegge andre deler av kyststien, men møtte på noen utfordringer som gjorde at det så langt ikke har latt seg gjøre å gjennomføre:

– Ved å dimensjonere for rullestol og barnevogner, ville det også gi økt tilgjengelighet for moped, firehjulinger og raske syklister. Grunneierne der ønsket derfor ikke at vi skulle utvide åpninger i steingjerder, eller forbedre dekket.

BEST UTE

Edvard og Per Enok har kommet seg godt ned den nye stien, tråkket gjennom lag skog, og ser atter en gang kystlandskapet folde seg ut foran dem. Det er måkeskrik, bølgeskvulp og vind i luggen. Til venstre, uti et hav av gress, passerer de den gamle utedoen. Plass til to, grånet av vær, ikke i bruk på årevis. Men en gang var dette eneste mulighet.

Fra dette stedet kan de sykle videre til Kysthospitalet.

– Tidligere var bommen og bakken proppen



«Strengt tatt kan vi ha tilsvarende trening innomhus. Men det blir ikke det samme.»

PER ENOK

i systemet. Nå har det åpnet seg så mange flere muligheter for å utnytte dette området enda bedre, komme oss mer ut på utkikkspunkter, mer ut i naturen, sier Per Enok.

– Ja, det er fint, det er gøy å sykle, sier Edvard, som skal være på Kysthospitalet i to uker til sammen. Så bærer det hjem til Bø i Telemark. Han har vært her flere ganger før, første gang da han var åtte år gammel.

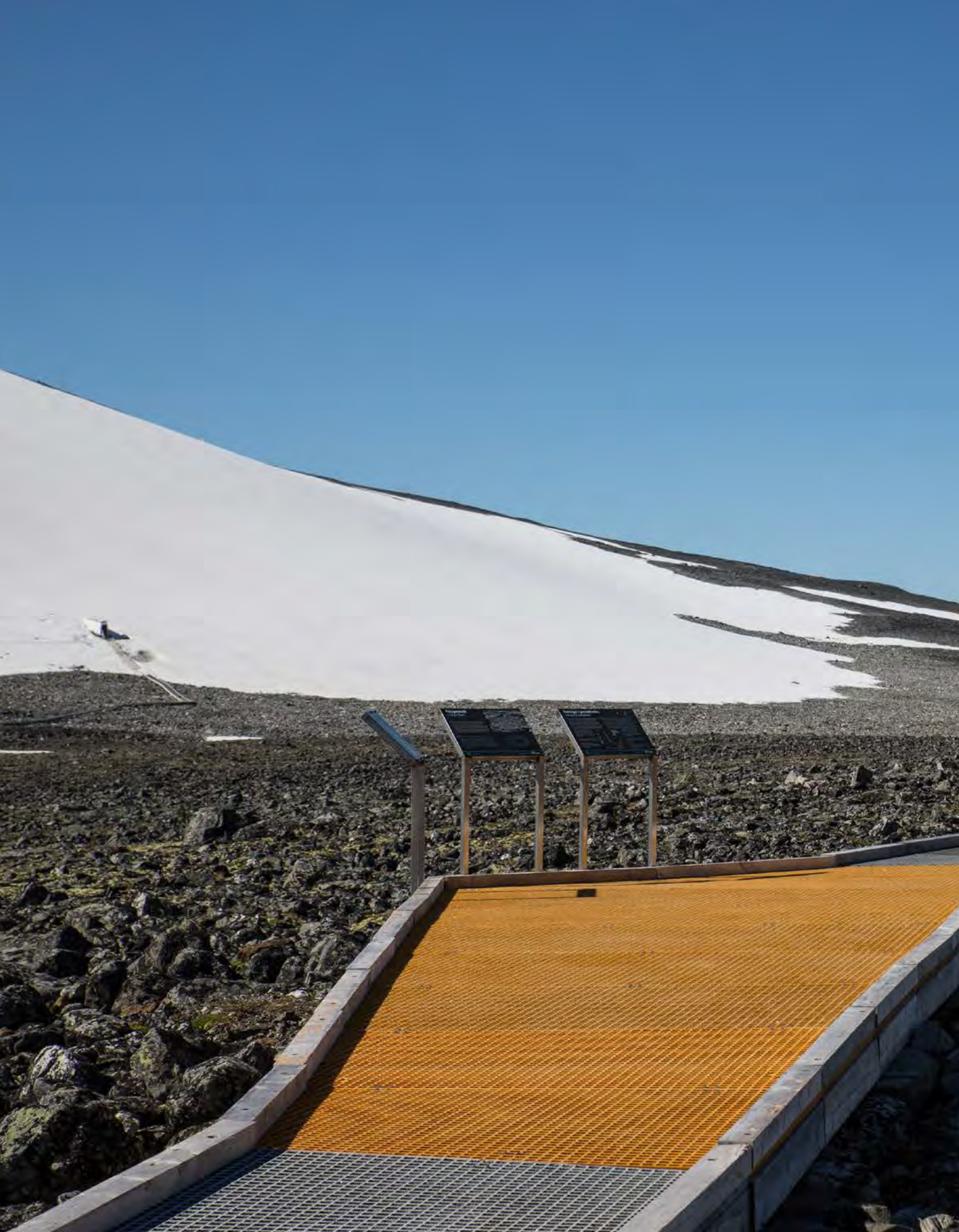
Inne på Kysthospitalet har de selvsagt også treningssyklar.

– Så strengt tatt kan vi ha tilsvarende trening innomhus. Men det blir likevel ikke det samme. Å komme seg ut i naturen gjør noe med oss alle, både fysisk og mentalt. Ikke sant, Edvard, at det ikke er det samme å sitte inne på treningssykel, spør Per Enok.

Og Edvard er ikke i tvil:

– Nei, det er mye bedre å komme seg ut!

Stod først på trykk i Viser vei til et samfunn for alle (2018). Revidert i 2021.



Gangbane på Norges tak

Ved foten av Galdhøpiggen, 1850 meter over havet, i et goldt og steinete landskap preget av permafrost og hyppige besøk av de sinteste værgudene, snor det seg en universelt utformet gangbane du aldri har sett maken til.





«Vi savnet en fjellattraksjon som var et lavterskeltilbud»

SANDER SÆLTHUN

FJELLBYGDA LOM er selve episenteret i noe av det vildeste og vakreste Norge har å by på av natur. Kommunen rommer tre nasjonalparker – Jotunheimen, Breheimen og Reinheimen – samt Galdhøpiggen og Glittertind, Norges to høyeste fjell.

Kommunen kan også by på landets mest spektakulære universelt tilrettelagte turvei. Den 1,1 km lange gangbanen over Juvflya til istunnelen i Juvfonne, har åpnet fjellheimen – og norsk klimahistorie – for helt nye grupper.

– Når vi har skoleklasser på besøk med elever som sitter i rullestol, er det så utrolig artig å se at alle kan være med, forteller Dag Inge Bakke, naturveileder i Klimapark 2469: Et opplevelses- og formidlingssenter om klima i fortid og nåtid, i relasjon til natur, dyreliv og mennesker. Istunnelen, der publikum inviteres helt inn under den 7000 år gamle isen, er parkens høydepunkt.

– I tillegg til funksjonshemmede, har vi fått flere eldre og barnefamilier med barnevogner på besøk siden gangveien ble tatt i bruk i 2014, fortsetter Bakke.

EN NY FJELLATTRAKSJON

Å tukle med norsk natur pleide å få topplua til å ryke hos friluftslivets forkjempere. Men nå øker forståelsen for at det både er mulig og ønskelig å gjøre grep som åpner uberørt naturrikdom for flere.

– Vi savnet en fjellattraksjon som var et lavterskeltilbud, forteller Sander Sælthun i Lom kommune.



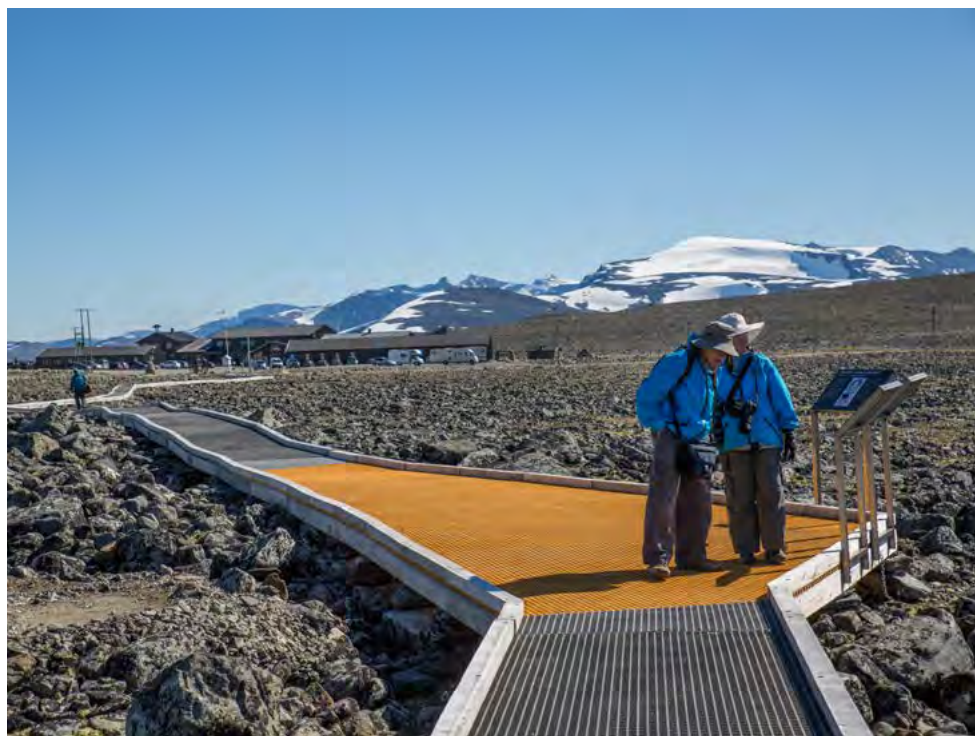
– Det var allerede gjort inngrep i dette landskapsrommet, blant annet turisthytte, sommerskisenter og Norges høyestliggende bilvei. Det gjorde det lettere å forsvare et slikt prosjekt, fortsetter Sælthun.

– Det som var viktig for oss, var at gangbanen kan fjernes uten spor, supplerer Bakke.

Og slik ble det. Faktisk bidrar gangbanen til å redusere slitasje på landskapet. Alle velger gangbanen, siden terrenget er vanskelig å forsere.

I PAKT MED NATUREN

Gangbanen går over såkalt polygonmark, løsmasser med geometriske mønstre som dannes



SPEKTAKULÆRT I LOM: Gangbanen på Juvflya i Lom kommune ble nominert til Innovasjonsprisen for universell utforming 2014, og fikk hederlig omtale. Juryen påpeker det nyskapende i å legge til rette for at flere skal få oppleve høyfjellet. I 2017 ble prosjektet hedret med en gjev internasjonal pris: Design for All Foundation Awards Trophy. (Foto: Landskapsfabrikken AS og Espen Finstad/ Klimapark 2469)

når det øverste laget i permafrosten fryser og tiner om hverandre.

Glassfiberrister er plassert skånsomt i landskapet, basert på en nøyaktig flyskanning av terrenget, slik at stigningen maksimalt blir 1:20 (én meter per 20 meter). De sklisikre ristene er punktfestet i blokksteiner, som er naturlig forankret i permafrosten, og kantet med malmfuru.

Trekanten fungerer som ledelinje for svaksynete, både ved å være opphøyd og å kaste skygge. En gul kontrastfarge, som speiler kuløren i laven på steinene, varsler om flate partier med informasjonstavler. Kanten hindrer dessuten barnevogner, rullatorer og rullestoler å trille utfor.

– Å få bidra til å åpne fjellheimen for flere har

vært helt fantastisk, sier Andreas Nypan i Landskapsfabrikken AS, som har designet gangveien.

– Anlegget er synlig, samtidig som det ikke framstår som skjemmende eller forstyrrende i det store landskapsrommet. Det grånende treverket og de grå glassfiberristene blander seg fint inn i naturen, samtidig som de gule ristene gir god orientering og mulighet for avstandsvurdering for alle brukere, fortsetter Nypan.

Han berømmer Lom kommune for fremsynt planarbeid, fleksibilitet og velvilje i prosjekteringen.

Stod først på trykk i Viser vei til et samfunn for alle (2018). Revidert i 2021.

Sjøen – den siste skansen?

Bevisst satsing og tett dialog med brukerorganisasjonene er nøkkelen til suksess for Bergen og Omland Friluftsråd. Minst ett friluftsområde langs kysten i hver av de 12 medlemskommunene er universelt utformet. Men ambisjonene stopper ikke der.







EN NØDVENDIG HVIL: Å gå på krykker de 250 meterne gjennom skogen fra parkeringsplassen til Ervikane badeplass er tungt. Enkle trebenker for en pust i bakken betyr mye for dem som er dårlig til beins, men som vil ut og frem – slik som Bjørn Greve. (Foto: Fredrik Naumann/Felix Features)

– **SYNSHEMMEDE ER** en glemt gruppe når vi snakker om universell utforming av friluftslivs-områder, mener Bjørn Greve, lokallagsleder i Funksjonshemmedes Fellesorganisasjon Bergen og medlem av det kommunale brukerrådet.

– Det kommer stadig nye teknologiske løsninger som kan få flere synshemmede ut i naturen. Det finnes jo allerede systemer der man plasserer brikker på trærne, som sender signaler til en app og advarer synshemmede dersom de er på vei utfor stien, supplerer driftsleder Bjørn W. Nilsen i Bergen og Omland Friluftsråd (BOF).

– Det skulle vi hatt her, da hadde vi jo åpnet dette området for helt nye grupper, fabulerer Greve.

ALDRI FERDIGE

Samtalen går livlig mens de to navnebrødrene

tusler langs den gruslagte og hjulvennlige stien fra parkeringsplassen til det populære turområdet og badeplassene i Ervikane i Bjørnafjorden kommune. Nilsen på to sterke bein, Greve på krykker og bein preget av cerebral parese. Begge er godt over middels friluftslivsentusiaster, som i flere år har samarbeidet tett for å gi flere tilgang til Vestlands vakre kystlinje.

Selv om badeplassen i Ervikane har vært tilrettelagt for hjul i flere tiår, mener Nilsen og Greve arbeidet med universell utforming aldri stopper. I 2021 ferdigstilte for eksempel kommunen den splitter nye parkeringsplassen, med flere og bedre HC-plasser.

– Før var det jo mest snakk om å legge til rette for rullestol, men nå dreier det seg jo om å inkludere stadig nye grupper, påpeker Nilsen, som har vært BOFs entusiastiske fagarbeider,

formann og nå driftsleder i et kvart århundre.

– Blinde og svaksynte er en gruppe der vi har mye å gjøre. Men i et slikt friluftsområde kan vi ikke sette opp rekkverk. Da må vi tenke andre løsninger, utdyper han.

Både Greve og Nilsen er opptatt av å legge til rette for alle – fra barnehagebarna som trenger en gapahuk til å spise matpakke i ly for regnet og den eldre bærplukkeren som trenger en benk til en pust i bakken, til rullestolbrukeren som vil bade og den svaksynte som ønsker å ta seg frem uten ledsager.

– Vi må også gjøre stadig nye områder tilgjengelige. Det holder ikke å si at nå har vi ett område i hver kommune, funksjonshemmede ønsker også valgfrihet, understreker Nilsen.

POST-PANDEMI

– Koronapandemien har gjort det enda viktigere å gjøre mer for å tilrettelegge for at alle kan delta i friluftslivet, mener Greve, og påpeker at mange



«Synshemmede er en glemt gruppe når vi snakker om universell utforming av friluftslivsområder.»

BJØRN W. NILSEN



GIR SEG ALDRI: I 25 år har Bjørn W. Nilsen vært fagarbeider, formann og driftsleder i Bergen og Omland Friluftsråd. – Inkludering er en selvfølge, mener han. Her på den rullestolvennlige brua, som binder Vetle Hestholmen sammen med hovedområdet i Ervikane i Bjørnafjorden kommune. (Foto: Fredrik Naumann/Felix Features)



NYESTE TILSKUDD: Hanstveitholmane i Fotlandsvågen på Osterøy er det siste tilskuddet til Bergen og Omland Friluftsråds portefølje av nær universelt tilrettelagte friluftsområder. Området ble offisielt åpnet 22. august 2021. (Foto: Bergen og Omland Friluftsråd)

har brukt nettopp kysten og sjøen, skogen og fjellet aktivt for å komme seg gjennom tiden med et koronastengt Norge.

– Men mange funksjonshemmede er bare blitt enda mer isolert. Det kan jeg skrive under på. Kommunene må skjønne utfordringen, prioritere og bevilge mer penger til friluftsliv for alle, sier Greve, og avslører aktivisten i seg.

– Av og til skal det ikke så mye til. Disse er nye i år, forteller driftsleder Nilsen, og peker på de enkle trebenkene langs den 250 meter lange stien fra parkeringsplassen i Ervikane til baderplassen med baderampe og HC-toalett.

– Så bra dere har fått på plass benker her, berømmer Greve, og legger til at det hadde vært kjekt å kunne åpne bommen ved parkeringsplassen automatisk, kanskje med kode eller en app, slik at de som trenger å kjøre bil helt ned ikke må ha hjelp fra kommunen til å låse opp. De to er skjønt enige om at akkurat det er fremtids-

fabulering, som det ikke finnes penger til i dag. Men det er nettopp her det begynner. Med en tanke. Et ønske. En ambisjon. Samarbeid og idédrodning.

TETT SAMARBEID

Bergen og Omland Friluftsråd forvalter over 240 friluftsområder langs kysten i Bergensregionen, på oppdrag fra 12 medlemskommuner. Per i dag er 21 områder tilnærmet universelt utformet.

– De fleste er tilrettelagt for bruk med ledsager. Ofte er det ikke enkelt å få til fall som kvalifiserer. Terrenginngrepene blir for store og kostnadene for høye, forklarer administrativ nestleder Frithjof Fosse.

Det siste tilskuddet er Hanstveitholmane i Fotlandsvågen i Osterøy kommune, som åpnet 22. august 2021. Et fordums friluftsområde, som i fravær av sauer på beite hadde grodd igjen og blitt utilgjengelig. Nå er landskapet åpnet opp,



GLADE TURGUTTER: Friluftsliventusiaster kommer i alle fasonger. Det er Bjørn W. Nilsen og Bjørn Greve gode eksempler på. Begge brenner for å gi flere tilgang til Norges over 100.000 km lange kystlinje, uavhengig av funksjonsnivå. – Friluftsrådet gjør en kjempejobb, berømmer Greve. (Foto: Fredrik Naumann/Felix Features)

og ikke minst: Med ny, gruslagt sti kommer man seg nå helt frem på hjul. Baderampe er også på plass.

– Av og til får vi klager for at vi har gjort inn-
grep i naturen. Men når jeg forklarer hvorfor, så
klapper de som regel igjen, humrer Nilsen.

Han er opptatt av at et godt resultat krever
medvirkning. I regjeringens handlingsplan for
universell utforming 2021-2025, er nettopp med-
virkning et viktig premiss.

– Det er dumt om vi i ettertid finner ut at om
bare vi hadde gjort sånn eller slik, så hadde alt
vært optimalt. Derfor samarbeider vi tett med
brukerorganisasjonene når nye områder skal
rustes opp og tilrettelegges. Det er de som kan
det best, og kan komme med ønsker, mens vi
kan forklare hva som fungerer og ikke. Da er vi i
gang, sier Nilsen.

Søkbart tilgjengelighetskart

Hvor kan du komme deg ut til sjøen i Rogaland og Vestland, dersom du er avhengig av hjul? Det kan du finne ut via nettressursen Vestkystparken.no. Her er det bare å huke av for «Vis tilgjengelighet», så filtrerer kartet ut alle tilgjengelige områder. Legger du markøren over et tilgjengelig område, får du informasjon om hva du kan vente på stedet.

Statlig sikring & tilskudd

Ervikane er ett av over 2500 statlig sikrede friluftslivsområder i Norge. En kommune eller et interkommunalt friluftsråd kan søke staten om økonomisk støtte til å sikre områder for allmennhetens friluftsliv for fremtidige generasjoner. Områdene kan være i både privat og offentlig eie.

Hvert år blir mellom 20 og 40 nye områder sikret – som regel områder som er lett tilgjengelige og som kan tilrettelegges for et mangfold av brukere. Et eget tilskudd er tilgjengelig for statlig sikrede områder, og tiltak som bidrar til universell utforming er en prioritet.



Båtliv på hjul

– Det er mange funksjonshemmede som aldri har vært på en øy, har du tenkt på det, spør Bjørn Greve retorisk.

LOKALLAGSLEDEREN i Funksjonshemmedes Fellesorganisasjon i Bergen er også styremedlem i Sjøsportsenteret for funksjonshemmede på Langaneset i Bergen kommune. Kyndig fører han katamaranen «Løvegutten» utover sjøen. At kapteinen sitter i rullestol er ingen hindring.

– Her er det plass til 10 passasjerer i rullestol i tillegg til båtføreren, sier Greve, og legger til at alt som trengs er en hjelpemann på to bein.

Greve mener sjø og skjærgård har en

magisk draging på menneskene. De som er avhengige av hjul er intet unntak. Han brenner for å fjerne barrierene som hindrer funksjonshemmede i å oppleve sjøen.

– Det å få komme seg ut, være tett på og oppleve sjøen når været skifter, flo og fjære, solen opp og ned, det er balsam for sjelen. Det betyr mye at jeg kan oppleve alt det, på lik linje med andre, til tross for begrensningene jeg har, sier Greve, som er født med cerebral parese.



LØVEGUTTEN: Ombord på «Løvegutten» er det plass til 10 rullestoler, én tobeint helper og én kaptein på hjul. Katamaranen gjør god fart gjennom Bergens skjærgård. (Foto: Fredrik Naumann/Felix Features)



KAJAKKRAMPE & MILJØKAJAKK: Bergen og Omegn Friluftsråd (BOF) har samarbeidet med Sjøsportsenteret for funksjonshemmede om å bygge en kajakkrampe, og arrangerer padlekurs for funksjonshemmede. BOF har også fast plass for en av Bergens fem, grønne, kommunale «miljøkajakker». Den kan alle låne for å bidra til å plukke søppel i fjæra. (Foto: Fredrik Naumann/Felix Features)



TRYGG PÅ SJØEN: For å nyte sjøen må man ikke bare komme til. Man må føle seg trygg. Med katamaranen «Løvegutten» kan rullestolbrukere trygt fosse gjennom skjærgården. (Foto: Fredrik Naumann/Felix Features)

De siste fire årene har han brukt mye av fritiden sin på å gi andre funksjonshemmede de samme opplevelsene. Sjøsportsenteret arrangerer også padlekurs for mennesker med funksjonsnedsettelse, i samarbeid med Bergen og Hordaland Turlag.

– For mange er det første gang de er på sjøen. Det er sterkt å se den gleden de opplever, sier Greve. Selve sjøsportsenteret har røtter helt tilbake til 1993. Bergen kommune stiller grunnen til rådighet, og holder klubbhuset og den rullestolvennlige bryggen vedlike, mens sjøportsenteret selv skaffer driftsmidler fra medlemskontingent og andre kilder.

– Det største hinderet for funksjonshemmede er at de fleste brygger og strender ikke er tilrettelagt. Men der gjør friluftsrådene en kjempeinnsats over hele Norge, slik at flere kan nyte sjølivet på like vilkår, avslutter Greve.



«For mange er det første gang de er på sjøen. Det er sterkt å se den gleden de opplever.»

BJØRN GREVE



Høyfjellsdo i særklasse

Det stikker seg ut, det nyrenoverte toalettanlegget ved Oscarshaug på Sognefjellet. Innvendig er den HC-tilpasset, utvendig er den toppet med et karakteristisk overbygg.



UNIK «UTEDO»: Rasteplassen ved Oscarshaug er et populært stoppested for turister på Sognefjellsveien. Nå har den slitne doen fått ny drakt, og både toalettanlegg og rasteplass er blitt universelt utformet. (Foto: Fredrik Naumann/Felix Features)

I STEDET FOR å ende som rivningsprosjekt, er det gamle toalettanlegget blitt restaurert fra topp til tå. Og aller øverst har det altså fått en ny og iøynefallende stålhette. Takkonstruksjonen er tegnet av Jensen & Skodvin Arkitektkontor. Den veier 16 tonn og verner bygget mot det harde klimaet på Sognefjellet.

Oscarshaug er et populært stoppested og utsiktspunkt for turister på Sognefjellsveien. Rasteplassen har i mange år vært mye brukt av bobilturister, men etter renoveringen er parkeringsarealet for denne gruppa blitt redusert.

– Vi har fokusert på at dette skal være en rasteplass for alle, understreker Werner Harstad, strekningsansvarlig for Sognefjellet i Nasjonale turistveger.

Et av grepene har vært å anlegge et nytt fortau hvor busser kan legge seg inntil.

Innvendig er HC-toalettet fornyet med standardgodkjent interiør: Automatisk døråpner, lav terskel, lav vask og kraftig signalfarge på døra.

Betongfortauet utenfor har nylig fått et nytt stålbeslag, som etter hvert vil ruste, slik som overbygget, og dermed gi kontrastfarge for svaksynte. Fortauet er senket slik at det skal være i flukt med asfalten på parkeringsplassen.

Tidligere var det et ruglete og ubehagelig belegg av naturheller her, med flere snublekanter.

I nærheten av rasteplassen ligger hovedattraksjonen på Oscarshaug: Varden og utsiktspunktet hvor det er vidstrakt utsikt mot fjellområdet Hurrungane. Langs stien opp til utsiktspunktet er det montert et rekkverk på den ene siden, men stien er ikke universelt utformet.

– Det ville ikke vært mulig å gjøre utsiktspunktet tilgjengelig for alle uten store kostnader og inngrep i naturen. Men utsikten er heldigvis storslagen også fra parkeringsplassen, sier Werner Harstad.



Lavterskeltur på høyfjellet

Du kan rulle, du kan trille og du kan gå. På den universelt utformede turveien på Sognefjellet kan alle komme seg ut i den mektige naturen i Jotunheimen nasjonalpark.

– **FY SØREN, SÅ FIN** turveien er blitt! Tenk at vi ikke har prøvd den før!

Mariann Brattland (41) manøvrerer rutinert rullestolen og smiler bredt til turkamerat Inger Marie Bleka (66), som langer ut med gåstaver ved siden av henne.

De to turglade damene, mor og datter fra Vågå, står ved Sognefjellshytta, på fjellovergangen 1410 meter over havet, midt mellom øst og vest i Norge. Her åpner landskapet seg opp med en storslagen utsikt over isbreer og høye fjelltopper i Jotunheimen. Mot sørvest: Fanaråken og Fanaråkbreen. Mot øst: Smørstabbreen med tinderekka rundt. Selveste Galdhøpiggen ligger ikke langt unna, men er ikke synlig fra dette punktet.

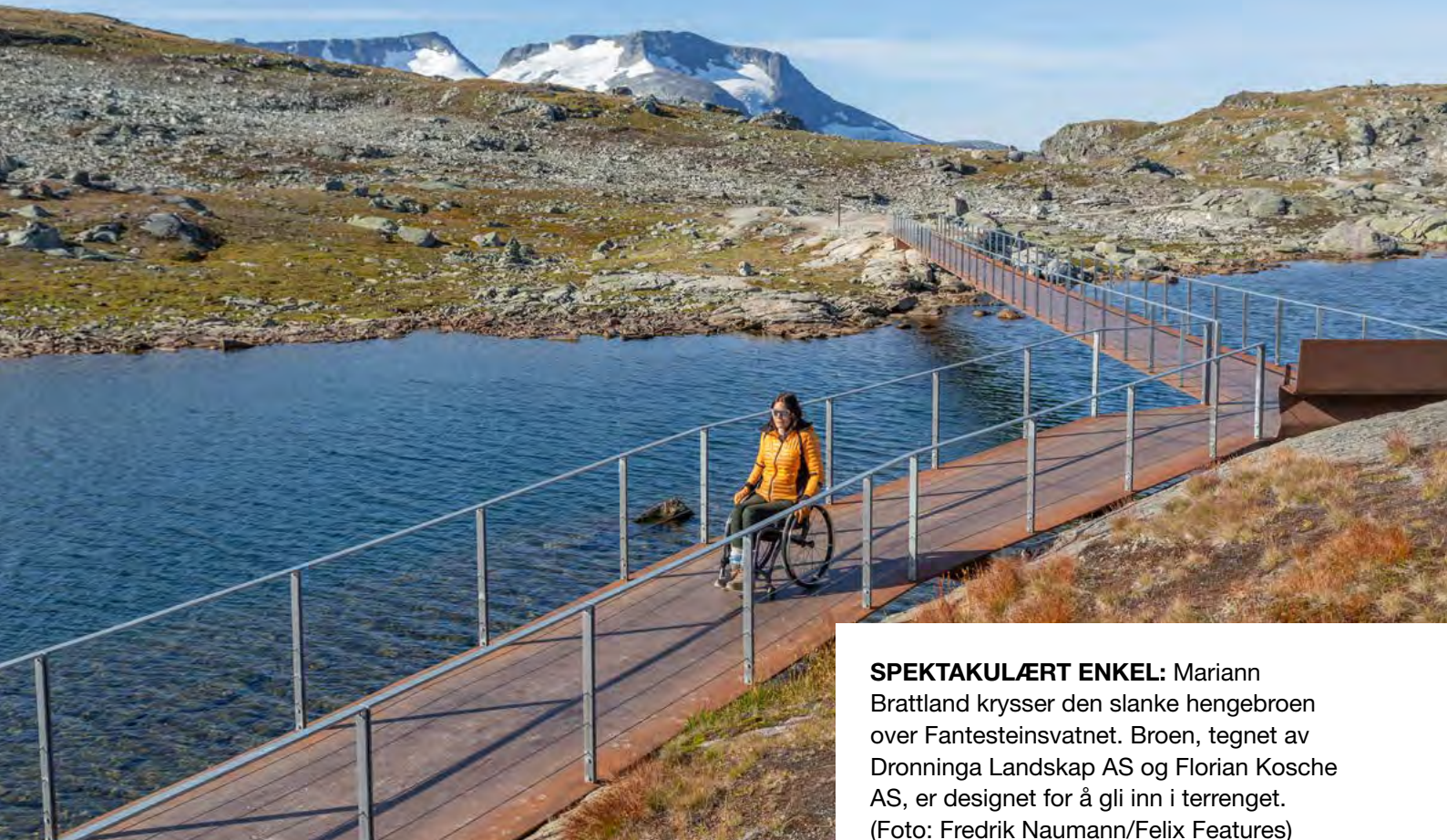
– Galdhøpiggen er ofte vanskelig å få øye på, den gjemmer seg liksom litt bort, sier Mariann Brattland, som er lommekjent i fjellheimen. Både hun og moren har vært mange ganger på Sognefjellet, men ikke etter at den nye turveien sto klar i 2018.

Prosjektet, kalt Innfallsport Jotunheimen Nasjonalpark, er et av pilotprosjektene i regi av Miljødirektoratet og Nasjonalparkstyret, hvor målet er å senke terskelen for å komme seg ut i naturen. Tidligere måtte fotturister begynne turen inn på fjellet med å gå langs bilveien, og for rullestolbrukere var det helt umulig å komme seg ut i terrenget.

I TAKT MED NATUREN

Nå går veien fra Sognefjellshytta, over to broer og langs Fantesteinsvatnet. Veien er 1,1 kilometer lang, universelt utformet og opparbeidet med så lite fall at så mange som mulig kan trille, rulle og gå ruta. Stien er mellom én og to meter bred, anlagt med kortreist grus og lokal stein, og den er tilpasset terrenget for å unngå sår i naturen. Også stålbroene er designet for å gli i ett med landskapet: Den lengste broen, en hengebro, er 47 meter lang, men likevel ultratynn, bare to centimeter tykk.

Den nye turveien kobler seg på eksisterende



SPEKTAKULÆRT ENKEL: Mariann Brattland krysser den slanke hengebroen over Fantesteinsvatnet. Broen, tegnet av Dronninga Landskap AS og Florian Kosche AS, er designet for å gli inn i terrenget. (Foto: Fredrik Naumann/Felix Features)

stier videre innover i fjellheimen, hvor fotturister kan fortsette. De som må holde seg på den universelt utformede veien, kan enten snu og ta samme vei tilbake til Sognefjellshytta, eller fortsette i en runde som avsluttes med et stykke som går ved siden av bilveien, fylkesvei 55.

FIN LØYPE

Mariann Brattland er strålende fornøyd etter sin første tur på stedet.

– Turveien fungerer kjempefint med rullestol, sier hun.

– Stigningen er ikke for bratt, og dekket på stien er lett å trille på.

– *Opplevs turveien kort med sine 1,1 kilometer?*

– Nei!

Hun svarer kontant og utdyper:

– Ruta er lang nok til at jeg er tilfreds. Det

viktigste er at jeg kommer meg bort fra bilveien og ut i terrenget. Veldig ofte opplever jeg at det eneste alternativet for meg, er å trille på nettopp bilvei, og det føles verken trygt eller særlig fint.

Mariann Brattland understreker at også rullestolbrukere og andre med funksjonsnedsettelser er forskjellige.

– Folk har ulike forutsetninger. For mange vil denne turen være mer enn krevende nok, sier hun.

LANG KAMP

Det er ti år siden ulykka da Mariann Brattlands hangglider smalt i bakken under landing i hjembygda Vågå. På få sekunder ble livet til småbarnsmoren snudd opp ned for alltid. Ryggen var brukket. Tre av virvlene fullstendig knust. Hun ble lam fra brystet og ned. På Sunnaas sykehus fikk hun den brutale beskjeden at det ville



UT PÅ TUR, ALDRI SUR: – Det gjør alltid godt å komme seg ut i naturen, både fysisk og mentalt, sier Mariann Brattland. (Foto: Fredrik Naumann/Felix Features)

PAUSE I BAKKEN: Rasteplassen ved startpunktet av turveien er også universelt utformet. Den ene siden av bordet er uten sittebenk, slik at rullestolbrukere som Mariann Brattland kommer helt inntil og under bordet, mens Inger Marie Bleka kan ta plass på benken på den andre siden av bordet. (Foto: Fredrik Naumann/Felix Features)



ta fem år å trene opp igjen kroppen til å mestre den nye hverdagen i rullestol.

– Fem år! Jeg tenkte «nei, nei, nei!». For meg, som er så utålmodig, var det umulig å forestille seg, sier hun.

– *Og hvor lang tid tok opptreningen?*

– Sju år.

Hun visste at hun ville ut igjen i naturen etter ulykka. Men hun ble tvunget til å ta det gradvis. Den første turen trillet hun 100 meter og var fullstendig utslitt etterpå. Den første natta i telt foregikk hjemme i egen hage. Nå legger hun ut på ordentlige teltturer. Hun sykler med håndsykkel. Pigger på ski med skikjelke. Og ikke minst: De siste årene har hun vært tilbake i lufta igjen, høyt til værs. Hangglideren er parkert, men hun har tatt flysertifikat og flyr seilfly. Spesialtilpasset med all styring i håndspaker.

– Jeg elsker å fly, sier hun.

– Men for meg handler det ikke om å jakte på adrenalinkick. Det handler om å utfordre meg selv og kjenne på mestringsfølelsen. Som rullestolbruker opplever jeg at ingen stiller krav til meg – og da får jeg gjøre det selv.

TOPPTUR MOT ALLE ODDS

I vår var hun på toppen av Galdhøpiggen igjen for første gang etter ulykka. Sønnen, som nå er 15 år, utfordret henne:

– Mamma, du som har elsket å dra på topp-turer, gidder du å bli med med hvis vi trekker deg opp?

Hun satt i skikjelken og de tok den «lette» ruta opp, fra Juvasshytta over Piggbeen. Da de nærmet seg toppen, var det slutt på snø og is og hun måtte bæres over den bratte steinura.

– Det var en fantastisk familietur, men veldig tung for de som trakk meg. De har ikke spurt



«Det handler om å utfordre meg selv og kjenne på mestringsfølelsen.»

MARIANN BRATTLAND

MEKTIG LANDSKAP: Den universelt utformede stien slynger seg fra Sognefjells- hytta, over Fantesteinsvatnet og gjennom landskapet, 1410 meter over havet. (Foto: Fredrik Naumann/Felix Features)

meg om vi skal gjøre det igjen, sier hun og ler.

Mariann Brattland er litt ambivalent til å framstå som den sporty rullestolbrukeren som fikser alt og havner på førstesida av lokalavisa, slik hun gjorde etter turen til Galdhøpiggen.

– Jeg er opptatt av at terskelen for natur- opplevelser skal være lav. I dag, med alt som legges ut på sosiale medier, tror jeg mange får et inntrykk av at natur og friluftsliv må være av det ekstreme slaget for å være fint. Det tror jeg tar piffen fra mange, også fra de som går på tø bein.

Rullestolen får god plass inntil og under bor- det på rasteplassen foran Sognefjells- hytta. Hun heller opp kaffe fra termos.

– Jeg har endret meg etter ulykka. Før var jeg en av dem som gjerne ville opp på de høye toppene, nå er jeg blitt flinkere til å finne turer nærmere hjemmet og ha glede av det. Jeg vet at det ikke er en selvfølge å kunne komme seg ut på egen hånd, uten assistanse, slik jeg kan gjøre



her i dag. Og jeg er takknemlig for det. Bare det å kunne sitte her, ute i naturen, og drikke kaffen min, er jo en fantastisk opplevelse.

Hun legger til:

– Jeg kjenner på dørstokkmila, jeg også. Men ut må jeg. Kommer jeg meg ikke ut av huset minst én gang hver dag, blir jeg «innesur».

VIS VEIEN

Diskusjonen pågår om det er riktig å gjøre inngrep i naturen for å tilrettelegge slik at flere skal komme seg ut. Mariann Brattland synes turveien ved Sognefjellshytta er fint løst i så måte.

– Her er det funnet et bra kompromiss. Det er ikke gjort store inngrep som skjemmer naturen, men det er tilrettelagt såpass at jeg kommer meg ut i terrenget og slipper å trille på asfalt. Jeg trenger muligheter jeg også, men jeg skjønner selvfølgelig at jeg aldri vil få en sti opp til Galdhøpiggen.

Hun vil ikke nøle med å anbefale turveien ved Sognefjellshytta til andre. Hun har likevel ett tips til hvordan turmålet kan bli enda bedre tilgjengelig: Tydeligere skilting helt fra parkeringsplassen.

– Det var litt vanskelig å skjønne hvordan jeg skulle ta meg fram fra parkeringsplassen til startpunktet av selve turveien, sier hun og forklarer:

– Jeg er alltid redd for å sette meg fast med rullestolen, særlig hvis det er litt kupert. Derfor er det viktig for meg å vite hvor jeg skal. Så det hadde vært fint med et skilt som viste veien til turveien. Rullestolbrukere og andre med funksjonsnedsettelse trenger mye mer informasjon om et turmål enn funksjonsfriske for å føle seg trygge.

Fra rasteplassen foran Sognefjellshytta er det null problem å finne fram.

– Der er det et tydelig skilt med rullestolsymbol, som gjør at jeg umiddelbart skjønner at denne turveien også er for «slike som meg», sier Mariann Brattland.



RUNDLØYPE: Turstien er 1,1 kilometer lang – nok til å komme seg bort fra veien og ut i vill natur. (Foto: Fredrik Naumann/Felix Features)

Innfallsport til Jotunheimen Nasjonalpark

- På Sognefjellet, 1410 meter over havet.
- Universelt utformet turvei på 1,1 km.
- Trinnfri rute uten bratte stigninger, passer for alle som ruller, triller og går.
- Starter ved Sognefjellshytta, går over og langs Fantesteinsvatnet.
- Rasteplass med benker, bord og informasjon om Jotunheimen nasjonalpark.
- HC-toalett på Sognefjellshytta.
- Ferdigstilt i 2018.
- Byggherre: Nasjonalparkstyret og Statsforvalteren Innlandet.
- Landskapsarkitekt: Dronninga Landskap AS.
- Samarbeidsparter: Sognefjellshytta, Statskog og Nasjonale Turistveger.



KJERNEVERDIER: – Inkludering er en av våre kjerneverdier, sier Helen Adamson i DNT Tilrettelagt.
(Foto: Cecilie Sperre Jørgensen)

Tydelig hyttestatus kan øke bruk

Den Norske Turistforening har mange hytter
– og lite systematisk informasjon om deres
brukervennlighet. Nå utvikler DNT et verktøy for
registrering av hyttenes tilstand.



«Mange tenker fort litt negativt: «Åh, det koster mye, dette er for vanskelig, dette får vi ikke til». Jeg liker bedre å snakke om tilgjengelighet, om prinsippet med likeverdig tilgang og deltakelse.»

HELEN ADAMSON

AT DNT HAR HATT fokus på hyttenes tilgjengelighet er ikke noe nytt, men arbeidet har variert mellom de ulike medlemsforeningene. I 2021 har DNT løftet temaet opp på nasjonalt nivå. Planen er at det skal bli mye enklere for brukerne å finne ut om de kan bruke en hytte eller ei.

– At nybygde hytter blir universelt utformet er en selvfølge, men vi har veldig mange eldre hytter med svært ulik standard. Vi ser at hyttene i liten grad er brukt av folk med funksjonsnedsettelse. Riktignok er det mange hytter som ikke er tilgjengelige, men vi har mange som faktisk er det. Utfordringen er informasjon, både innad og utad. Målet er at våre hytter skal få besøk av flere mennesker med ulike funksjonsnedsettelser, sier Helen Adamson i DNT Tilrettelagt.

MANGLET OVERSIKT

Til nå har oversikt over hyttenes tilstand vært mer eller mindre tilfeldig – både om man leter på nett, eller ringer lokalt og sentralt, men det er altså i ferd med å endre seg. DNT samarbeider med en rekke organisasjoner for å forbedre

dette. Blant samarbeidspartnerne er Norges handikapforbund, Blindeforbundet, Norges Blindeforbunds Ungdom, Unge Funksjonshemmede, Funksjonshemmedes Fellesorganisasjon, Beitostølen Helse- og idrettsenter, Rogaland Fylkeskommune og Geir Arne Hageland i Funkibator. Prosjektet er støttet av midler fra Bufdir og Miljødirektoratet.

DNTs Helen Adamson, som er utdannet ergoterapeut, jobbet tidligere i Sola kommune, og var da med i KS sitt nettverk for universell utforming.

– Jeg tror det har ganske stor betydning for forståelsen av hvor omfattende arbeidet kan være. Jeg vet også at det kan være vanskelig å snakke om universell utforming uten å skremme livet av folk. Mange tenker fort litt negativt: «Åh, det koster mye, dette er for vanskelig, dette får vi ikke til». Jeg liker bedre å snakke om tilgjengelighet, om prinsippet med likeverdig tilgang og deltakelse, det er mer positivt ladet. Universell utforming er gullstandarden, noe fint å sikte mot, men å tro at du må nå den i enhver sammen-

heng, er feil, for det er alltid en del som er tilgjengelig for noen. Derfor må du heller beskrive hvordan det faktisk er, samtidig som det å gjøre ting bedre må være målet hele veien.

REGISTRERE OG INFORMERE

Prosjektet er todelt: Den ene delen består av registrering, den andre av informasjon. De jobber nå med å utvikle registreringsverktøy til de som driver hyttene – lokalforeninger, styrere, vertskap. Målet er et registrerings-skjema som er så selvforklarende og fritt for teknisk språk som mulig. DNT har 57 medlemsforeninger som til sammen har 550 hytter. Noen av foreningene er store, og har flere ansatte, andre er små og drives av frivillige.

– Dette med registrering og kartlegging er vanskelig. Hvis man for eksempel kun måler opp mot teknisk forskrift, får man kanskje mange nei på en rekke spørsmål, men likevel lite informasjon om hvordan det faktisk er. I tillegg kan vi ikke forvente at noen av de som skal registrere har noen som helst bakgrunn innen universell utforming, sier Helen Adamson.

ENKLEST MULIG

Materialet, både veilederen og registrerings-skjemaet, må være veldig enkelt, slik at alle kan skjønne hva de skal beskrive.

– Vi snakker ikke om «snusirkler», vi beskriver heller i klarspråk hva man skal se etter. Det er i hovedsak lagt opp til tekstfelt som skal fylles

ut, for eksempel: Beskriv adkomsten, beskriv parkeringsmulighetene. I tillegg skal det tas bilder. Skjemaet testes på ulike grupper; vertskap, ansatte, alle som kan få ansvar for å fylle det ut. Hvis noe som helst er uklart, og noen har spørsmål om noen av punktene, er det et tegn på at skjemaet ikke er godt nok. Vi investerer tid i år for å gjøre dette riktig, forteller Adamson.

Registreringene og beskrivelsene skal deretter legges i en søkbar base på UT.no. Der kan man krysse av for ulike søkekriterier, mikse og matche det som passer for deg.

– Det finnes for eksempel rullestolbrukere som klarer både terskler og trapp, men er døren for smal, kommer de seg jo uansett ikke inn, påpeker Adamson.

Søkekriterier er for eksempel minimum dørbredde, trinnfri adkomst, toalett i samme bygg.

– Å bruke rullestolsymbol som vi nå gjør i DNT, er lite hensiktsmessig. For hva betyr det i praksis? Merkingen er per i dag dessuten ikke gjort etter standardiserte mål, det har vært opp til hver enkelt driver.

Helen Adamson sier DNT har gått fra å være mest for ekstreme fjellfolk, til å bli et tilbud folk flest, og at det er akkurat det de ønsker.

– Alle skal være med. Inkludering er en av våre kjerneverdier, så det er helt naturlig med økt fokus på - og forståelse for – tilgjengelighet. I 2021 skal DNT registrere minst ti hytter og publisere denne informasjonen på UT.no, deretter fortsetter prosessen i 2022.

Friluftsliv for flere

31 prosent av alle dansker mellom 16 og 64 år som har en funksjonsnedsettelse, er ufrivillige innemennesker.

Et treårig prosjekt har som mål å endre på dette.

Det sitter nærmest i nordmenns DNA: Vi må ut i det fine været! Å være inne når det er sol er strengt tatt ikke lov, og søndagstur er nesten obligatorisk. Alt dette er vel og bra, vi vet at det er helsefrembringende, både fysisk og psykisk å bevege seg i naturen. Og heldige som vi er, i Norge har vi den stort sett rett utenfor døren, uansett om vi bor i sentrum, i drabantby, småby, storby eller langt ute på landet. Det er så innprentet i vår kultur å være ute på tur, aldri sur, at man kan bli overrasket når man har utenlandsbesøk som med oppspærrede øyne iakttar en som om man var en villmann, der man transformeres fra chic lattedrikkende kontorist til en Lars Monsen klar for å overleve alene i naturens elementer – mens man egentlig bare skal en tur rundt Sognsvann i Oslo. Å bruke naturen vet vi å sette pris på. Men den er ikke tilgjengelig for alle. Og det er selvsagt ikke bare i Norge man lengter ut.

TREÅRIG PROSJEKT

Med prosjektet «Natur for alle – tilgjengelighetsmærkning af naturstier» tar Danmark grep. Basert på at 31 prosent av alle dansker mellom 16 og 64 år som har en funksjonsnedsettelse, er ufrivillige innemennesker, har prosjektet blitt satt i gang. Det skal registrere og merke naturstier over hele Danmark, slik at både den ville og

formede naturen blir tilgjengelige for alle, for at ufrivillige innemennesker kan bli frivillige utemennesker.

Målet med det treårige prosjektet er å utvikle måter å merke naturen på slik at den blir tilgjengelig for flere mennesker som har ulike funksjonsnedsettelser, samtidig som det skal være bærekraftig og ivareta naturen. Det er et samarbeid mellom Danske Handicaporganisationer, Friluftsrådet, Sammenslutningen af Unge med Handicap og Videnscenter om handicap, i tillegg er det støttet av Aage V. Jensen Naturfond.

ADGANG TIL NATUREN

Naturen har direktekontakt med helsen vår. Fordi naturen har en restituerende effekt og fordi den gir en naturlig anledning til sosialt samvær. Livskvaliteten blir rett og slett bedre, og derfor er dette prosjektet i Danmark så viktig for alle.

Prosjektet har tre faser. I den første fasen skal det utvikles krav til tilgjengelighetsmerking og mal til en brukerplattform, som skal bestemmes på grunnlag av innspillene fra mennesker med funksjonsnedsettelse, friluftsansjosjoner og grunneiere. Fokuset skal ikke bare være på målgruppen, men også på å sikre at informasjon om tilgjengelighet blir en del av andre oppmerkede stier. Dette arbeidet kombineres med en undersøkelse av de allerede eksisterende



oppmerkinger og erfaringer fra samme type arbeid i andre land.

FLERE FASER

I den andre fasen skal merkeordningen ut og leve i praksis. Da skal det i samarbeid med grunneiere registreres stier på plattformen, slik at en viss mengde registrerte stier blir fordelt over hele landet. I denne fasen skal det også være tilfeldige kontroller av registrerte naturstier, samtidig som det også utvikles en «trust pilot»-funksjon, hvor brukerne kan kommentere og vurdere naturstiene.

I siste fase spiller de frivillige frontløperne en viktig rolle. Gjennom konkrete aktiviteter, anmeldelser og personlige fortellinger og erfaringer, skal de skape mulighet for at flere kommer ut. Det skal bidra til at flere fra målgruppen blir kjent med å bruke naturen aktivt. Frontløperne er også til stede på sosiale medier og skal fungere som «case-personer» i kampanjen som vil opplyse om prosjektet, og rekruttere brukere og partnere i etableringen av merkeordningen.

PÅ VEI UT I NORGE

Helen Adamson i Den Norske Turistforeningen jobber med tilrettelegging av friluftsliv for personer med funksjonsnedsettelse, og forteller at merking av stier er en sentral del av DNTs

arbeid. Sammen med Friluftsrådernes Landsforbund har de utviklet Merkehåndboka, hvor gradering av turer er markert med bruk av farger. Merkehåndboka er en praktisk felthåndbok for alle som jobber med planlegging og tilrettelegging, merking, skilting og kartfesting av turruter.

I siste utgave (fra 2019) introduserte Merkehåndboka et nytt begrep, «godt tilgjengelig», for turer som ikke når opp til Norsk Standard for universell utforming.

Det er selvsagt litt umulig å få naturen til å bli akkurat slik som ønsket, samtidig som den skal oppleves mest mulig urørt og naturlig.

– Men «godt tilgjengelig» er likevel mer tilgjengelig enn «grønne turer», forteller Adamson.

Turstier graderes etter grønn, blå, rød og svart, der grønn er den enkleste. «Godt tilgjengelig» skal være beskrevet slik at brukere selv kan vurdere egne muligheter for å bruke løypa.

For som hun sier:

– Stier kan ikke per definisjon være universelt utformet, så dette er et viktig konsept for å gi flere muligheten til å bruke naturen.

I skrivende stund er Den Norske Turistforeningen i startgropen på et nytt arbeid med kartlegging og publisering av «godt tilgjengelige» turer og i dialog med Friluftsrådernes Landsforbund, for å få enda flere mennesker ut på deres egne premisser.

Kilder:

<https://www.avjf.dk/pressemeddelelser/videnscenter-om-handicap-igangsaetter-nyt-3-aarigt-projekt-om-tilgaengelige-naturstier/>

<https://videnomhandicap.dk/da/nyheder/projektleder-til-natur-for-alle-tre-arig-projektstilling-i-videnscenter-om-handicap/natur-for-alle-tilgaengigheds-maerkning-af-naturstier/>

https://www.merkehandboka.no/wp-content/uploads/2019/03/DNT_Merkehandbok_2019.pdf

(Fri)lufta er fri for alle



Illustrasjon: Bly:as

AV INGILD KVARSTEIN PUNSVIK

I mitt masterprosjekt gjennomførte jeg dybdeintervjuer av personer med funksjonsnedsettelse som aktivt driver med friluftsliv. Tilrettelegging er en viktig faktor for å muliggjør og fremmer deltakelse i friluftsliv for personer med nedsatt funksjonsevne. Dette er et område der det skjer mye positivt, og intervjudeltakerne beskrev en utvikling som helt klart går i riktig retning. Samtidig er det et vesentlig forbedringspotensial, og noen av hovedfunnene fra prosjektet viser til utfordringer knyttet opp mot tilgjengelighet og tilrettelegging.

LYTT TIL ERFARNE FRILUFTSFOLK

Ett av hovedfunnene i prosjektet er manglende medvirkning i utformingen av tilrettelagte fasi-

liteter og områder, og dette er også beskrevet som en vesentlig sosial barriere i internasjonal forskning på temaet. Dessverre er det slik at noen av de fysiske tilretteleggingstiltakene som gjennomføres for å muliggjøre og fremme friluftsliv, i etterkant viser seg å være uhensiktsmessige eller i verste fall ubrukelige. Dette skjer fordi de som skal benytte seg av området ikke blir tilstrekkelig involvert i prosessen. Det kunne i svært mange tilfeller enkelt vært unngått om noen av dem som jobbet med prosjektet faktisk var i målgruppen. Når det gjøres inngrep i naturen for å fremme menneskelig ferdsel slik som stier, leirplasser, toaletter og lignende, er det viktig at disse utformes på en måte som gjør at flest mulig kan ta området i bruk. Universell utforming av steder som allerede er i bruk representerer som regel vesentlig bedre løsninger enn

separate tilrettelagte områder og unødvendig fremtredende særtiltak, som kan skape en opplevelse av sosialt utenforskap og stigmatisering.

GODT BEVARTE HEMMELIGHETER

Det organiserte friluftslivet i Norge er fragmentert, med et stort antall lag og foreninger. Disse er igjen gjerne delt inn etter område, spesialinteresse, aldersgruppe og lignende. Det finnes mange godt tilrettelagte områder og foreninger som gjør en stor innsats for å gjøre lokalene sine tilgjengelig, og går til innkjøp av utstyr slik at de kan tilby sine aktiviteter til personer med funksjonsnedsettelse. Dessverre er det vanskelig å finne informasjon om tilgjengelige områder og mulighetene som finnes, og dette hindrer deltakelse. Det er et helt klart forbedringspotensial med tanke på å få disse godt bevarte hemmelighetene frem i lyset slik at flere kan benytte seg av dem.

«MULIGHETEN TIL Å BLI FORELSKA»

Mulighet til å få gode naturopplevelser under oppveksten fremheves i intervjuene som en vesentlig forutsetning for å fortsette å dyrke friluftslivsinteressen senere i livet. Som en intervjudeltaker så vakkert beskrev det: «Det handler om muligheten til å bli forelska» (i naturen). En rød tråd gjennom intervjuene var at mye kunne fremstå veldig vanskelig fra utsiden og at det kunne se ut som at det var mange barrierer, men om man først var forelska – da lot de fleste problemer seg løse på et vis. Flere intervjudeltakere fortalte om andre med funksjonsnedsettelse de kjente til, som ikke hadde blitt inkludert eller fått mulighet til å delta i friluftaktiviteter som barn. Løsningsorienterte voksne og tilrettelegging på arenaer som skole, barnehage, leirskoler og fritidstilbud kan bidra til å gi gode naturopplevelser tidlig i livet, og det er viktig at barn og unge med funksjonsnedsettelse får oppleve at naturen er for alle.



OM FORFATTEREN:

Ingvild Kvarstein Punsvik har jobbet som tolk for døve og hørselshemmede etter endt bachelor-grad i 2013, og skrev i 2019 en masteroppgave med tittelen «Kaffikopp eller tindetopp – opplevelser og deltakelse i adaptivt friluftsliv, for personer med nedsatt funksjonsevne» ved NTNUs masterprogram «Funksjonshemming og samfunn».

Universell utforming i villmark

Dette er en kommentar. Kommentaren gir uttrykk for skribentens egne analyser og meninger.

AV «FUNKIBATOR» GEIR ARNE HAGELAND

Vi skal inkludere i samfunnet. Målsettingen med universell utforming bør være å gi like muligheter. Men når beveger vi oss ut av vårt menneske-regulerte samfunn til det økologiske mangfoldet? Skal universell utforming kun ta hensyn til mennesket? Kan vi risikere å ødelegge opplevelser med for mye tilpasning? Er en universell utforming et mål eller et verktøy for å skape tilgjengelighet?

La oss begynne med begrepet universell utforming. I seg selv er det en utfordring. Vi ser stadig konfliktområder for å oppnå en ideell tilgjengelighet for hver enkelt gruppe. I seg selv blir en kategorisering vanskelig når vi forholder oss til individer. Universell utforming blir da en serie med kompromisser uansett. Derfor har jeg også mye mer sansen for hvordan jeg oppfatter hierarkiet på engelskspråklige sider, hvor «accessibility» (tilgjengelighet) er målet. Da kan vi se videre på problemstillingen enn rent tekniske løsninger.

UNIVERSELL UTFORMING PÅ EGNE ARENAER

Universell utforming omfatter mye mer enn bygg. IKT får en mer sentral rolle. Naturlig nok, siden vi digitaliseres i høyt tempo. Særlig etter siste pandemi. Og vi trenger å tilpasse disse

menneskeskapte arenaene. For de er skapt for mennesker. Akkurat som våre felles tjenester i samfunnet.

Men hvor langt strekker vårt samfunn seg? Har vi eierskap til naturen?

Norge har godkjent og jobber etter FNs bærekraftsmål. Dette er en arbeidsplan for å bekjempe fattigdom, redusere forskjeller og skape en verden vi kan leve i over lang tid. Vår overlevelsessevne betinger også en balanse med andre livsformer. Da må vi også innlemme de livsformene i vår universelle utforming. Det må være plass til flere enn oss. Skal vi da ha rett til å ta i bruk all natur etter egne premisser? Skal vi forme naturen slik at vi kommer lett fram? Eller skal vi passe på at Rudolf Rein og Mikkel Rev også trives?

UTFORDRINGER

Et annet perspektiv er hvilke utfordringer vi ønsker oss når vi er i naturen. Norge markedsfører seg med uberørt natur. Samtidig spiser vi oss inn på disse områdene for å skape opplevelser for innbyggere og gjester. Det kan selvsagt argumenteres med at vi fortsatt har store uberørte områder, men i forhold behovene til de dyrene (utenom oss) som skal leve der, presser vi hardt på. I europeisk målestokk har vi også en attraksjonsverdi i nettopp å bevare mye i en uberørt form.

Jeg liker selv å bruke fjellet og naturen. Noe av attraksjonen i dette, er å få møte naturen i det naturlige. Muligheten til å kjenne på omgivelser der vi ikke kan kontrollere forholdene. Som en

konsekvens av dette, gir det også en mestringsfølelse å klare seg i disse omgivelsene. Både følelsen av å være kun en del av noe større, og bevaring av det uberørte, er viktige elementer i min forståelse av en naturopplevelse.

Samtidig finner jeg også mange andre verdifulle naturopplevelser uten å måtte utfordre meg og miljøet med å bestige de mest uframkommelige stedene. Det er utrolig mange store opplevelser rett utenfor stuedøra hvis målet er å finne ro. Og her har vi mulighet til å tilrettelegge for mer tilgjengelige opplevelser. Sverige har gjort mye bra med å legge til rette i nasjonalparker. Fulufjäll nasjonalpark hadde delt inn parken i soner. Den nærmeste sonen var tilrettelagt med gangbaner som det var enkelt å trille gjennom. Neste sone hadde fortsatt god sti hvor det var mulig å komme langt også med hjul, selv om terrenget ble mer utfordrende. Til slutt var det villmark. Det ga et tilbud til de aller fleste uten å påvirke naturen i de ytterste områdene.

NATURLIGE HJELPEMIDLER

Å bevege seg i villmarka skal være på naturens premisser. Hvis vi beveger oss bort fra det, vil det ikke være villmark lenger. Derfor må også type hjelpemidler begrenses. Motorisert ferdsl «kultiverer» villmarka til å bli menneskets lekegrind uten å ta hensyn til de faste beboerne. I et langsiktig perspektiv trenger vi at flere enn mennesket trives på jorda. Vi er også sårbare for klimaendringer og da er en balanse i økosystemet viktig. Tanken om universell utforming må da inkludere alle skapninger, ikke bare mennesket. Det kan bety at vi også må inngå kompromiss for at helheten skal fungere. Det handler ikke bare om rettigheter, men også om forpliktelser for at andre også kan ha verdige liv.

Min erfaring er at naturen oppleves best i sin egen naturlige form og ved at vi spiller på lag med naturen i stedet for å bekjempe den. God tur og nyt villmarka!



OM FORFATTEREN:

Geir Arne Hageland (49) definerer seg som Norges mest fleksible mann fordi han kan veksle mellom flere høyder på grunn av at han har amputert begge beina. Han driver til daglig firmaet Funkibator, som ønsker å formidle mestring gjennom opplevelser under visjonen «Våg å leve» – gjennom foredrag, prosjekter og inkluderende aktiviteter.

Geir Arne var med på den første ekspedisjonen «Ingen grenser» med Lars Monsen.

www.funkibator.no

Slik definerer vi universell utforming i Norge



Illustrasjon: Blyas

I Norge baserer vi forståelsen av universell utforming på en amerikansk definisjon og syv prinsipper fra 1997.

Prinsippene ble utviklet av en gruppe arkitekter, produktdesignere, ingeniører og miljødesignere tilknyttet Centre for Universal Design ved North Carolina State University i USA. Arbeidet ble ledet av Ron Mace, som på 1980-tallet formulerte begrepet «universal design».

Den amerikanske arkitekten var selv rullestolbruker. Ideen om universell utforming vokste ut av en frustrasjon over begreper som «barrier free» (uten hindre) og «accessibility» (tilgjengelighet). Han mente de var stigmatiserende, fordi de ble oppfattet som spesielle løsninger for personer med nedsatt funksjonsevne. Løsninger som eksponerte handikap og annerledeshet fremfor å integrere og fremheve de som er felles menneskelig.

Mace ønsket å introdusere et designbegrep og en designstrategi som opphevet skillet mellom «dem» og «oss», som tok høyde for

det menneskelige mangfold og endringer i livstidsperspektiv. Universell utforming skal ifølge Mace gjøre produkter og omgivelser brukervennlige for alle i størst mulig utstrekning, uten behov for tilpasning.

Norske lover og forskrifter definerer konkrete krav til universell utforming i Norge – tuftet på disse prinsippene. Men prinsippene er i seg selv nyttige rettesnorer for alle som jobber med utforming.

Utforming av produkter og omgivelser som kan brukes av alle mennesker, i så stor grad som mulig, uten behov for tilpasning eller spesiell utforming.

Syv prinsipper for universell utforming

1

LIKE MULIGHETER FOR BRUK

Utformingen skal være brukbar og tilgjengelig for personer med ulike ferdigheter.

.....

2

FLEKSIBEL I BRUK

Utformingen skal tjene et vidt spekter av individuelle preferanser og ferdigheter.

.....

3

ENKEL OG INTUITIV I BRUK

Utformingen skal være lett å forstå uten hensyn til brukerens erfaring, kunnskap, språkferdigheter eller konsentrasjonsnivå.

.....

4

FORSTÅELIG INFORMASJON

Utformingen skal kommunisere nødvendig informasjon til brukeren på en effektiv måte, uavhengig av forhold knyttet til omgivelsene eller brukerens sensoriske ferdigheter.

.....

5

TOLERANSE FOR FEIL

Utformingen skal minimalisere farer og skader som kan gi ugunstige konsekvenser, eller minimalisere utilsiktede handlinger.

.....

6

LAV FYSISK ANSTRENGELSE

Utformingen skal kunne brukes effektivt og bekvemt med et minimum av besvær.

.....

7

STØRRELSE OG PLESS FOR TILGANG OG BRUK

Hensiktsmessig størrelse og plass skal muliggjøre tilgang, rekkevidde, betjening og bruk, uavhengig av brukerens kroppsstørrelse, kroppstilling eller mobilitet.

FNS KONVENSJON OM RETTIGHETENE TIL MENNESKER MED NEDSATT FUNKSJONSEVNE

Norges tilnærming til mennesker med funksjonsnedsettelse er rettighetsbasert. Krav til universell utforming er derfor også basert på FNs konvensjon om rettighetene til mennesker med nedsatt funksjonsevne, slik de er definert i artikkel 2:

Med «universell utforming» menes utforming av produkter, omgivelser, programmer og tjenester på en slik måte at de kan brukes av alle mennesker, i så stor utstrekning som mulig, uten behov for tilpassing og en spesiell utforming. «Universell utforming» skal ikke utelukke hjelpemidler for bestemte grupper av mennesker med nedsatt funksjonsevne når det er behov for det.

LIKESTILLINGS- OG DISKRIMINERINGSLOVEN

Krav til universell utforming ligger nedfelt i flere norske lover og forskrifter, som plan- og bygningsloven og teknisk forskrift (Tek 17). Likestillings- og diskrimineringslovens kapittel 3, paragraf 17, definerer universell utforming som:

«Med universell utforming menes utforming eller tilrettelegging av hovedløsningen i de fysiske forholdene, inkludert informasjons- og kommunikasjonsteknologi (IKT), slik at virksomhetens alminnelige funksjoner kan benyttes av flest mulig, uavhengig av funksjonsnedsettelse.»



KS-RESSURSER

Les mer om KS' arbeid med universell utforming på våre hjemmesider: <https://www.ks.no/fagomrader/velferd/universell-utforming/>

Postadresse:
Postboks 1378 Vika, 0114 Oslo

Besøksadresse:
Haakon VII's gt. 9, 0161 Oslo

Telefon: 24 13 26 00
E-post: ks@ks.no

www.ks.no