

Ageing in the Arctic

Aldersvennlige byer på vinterstid



Webinar for gode aldersvennlige uterom på vinterstid

FABRIC+

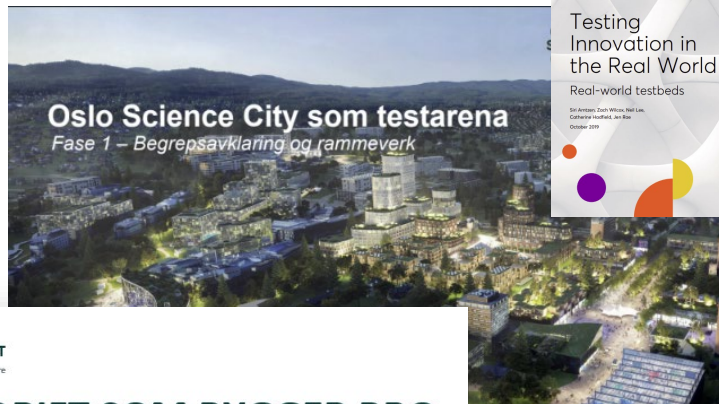
FABRIC+ A*T

Fabric+ er en underavdeling av AT arkitektur (35 ansatte).

Vi jobber med stedsutvikling, medvirkning og bærekraftig utvikling - både sosial, økonomisk og miljømessig.

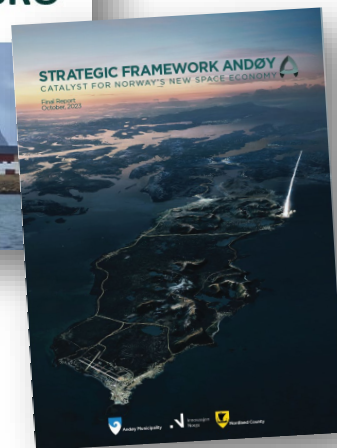
Vi tilbyr tjenester innen

- System- og tjenstedesign
- Analyse og strategi
- Integreert by- og stedsutvikling



TJENESTEKONSEPT
«Ledestjernen» for arbeidet videre

EN BEDRIFT SOM BYGGER BRO
OG SKAPER VERDI FOR
LOKALSAMFUNNET



**Det var en
gang...**



FABRIC+

BODØ JOBB NORD UNIVERSITET FLYTTET FAMILIE

Siri (32) og familien flytter fra London til Bodø: - Vi ønsker å lage oss et godt liv her



Siri Beate Arntzen skal sammen med samboeren Jan Ratnajaran og sønnen Theo bruke tiden fremover til å bli kjent med Boda igjen. Planen er å kjøpe seg bolig i Bodø, men først må familien finne ut hvor i byen de vil bo. Foto: Torill Cecilie Mehus





D O G A
Design
og arkitektur
Norge

 Forskningsrådet

FABRIC+ A*T

 **bodø**
KOMMUNE

 Senteret for et
aldersvennlig
Norge

Ageing in the Arctic - hovedmål

Hvordan oppleves vinteren for godt voksne Bodøværing?

Hvordan påvirker vær og føre muligheten for å være selvstendig og ha høy livskvalitet mens man blir eldre?

Hvor tilgjengelig oppleves byrom og omgivelser av de eldre på vinterstid?

Hva er hovedutfordringene med å utvikle og opprettholde aldersvennlige samfunn hele året?



Metodikk og rammeverk

Den triple diamant

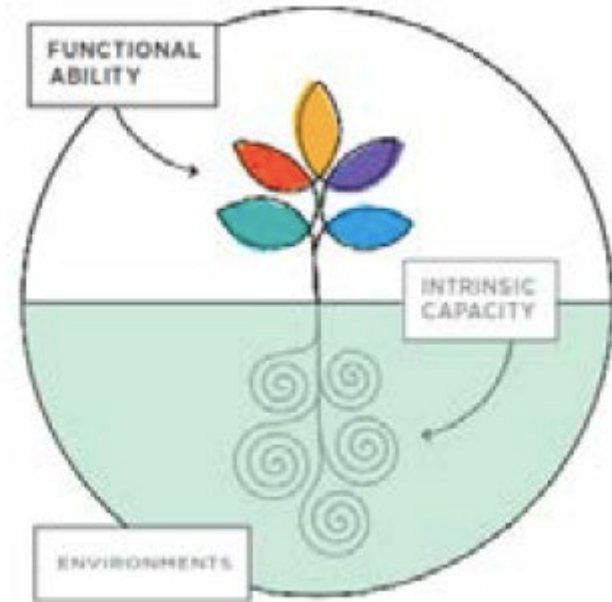


Rammeverk

WHO's Age-friendly cities

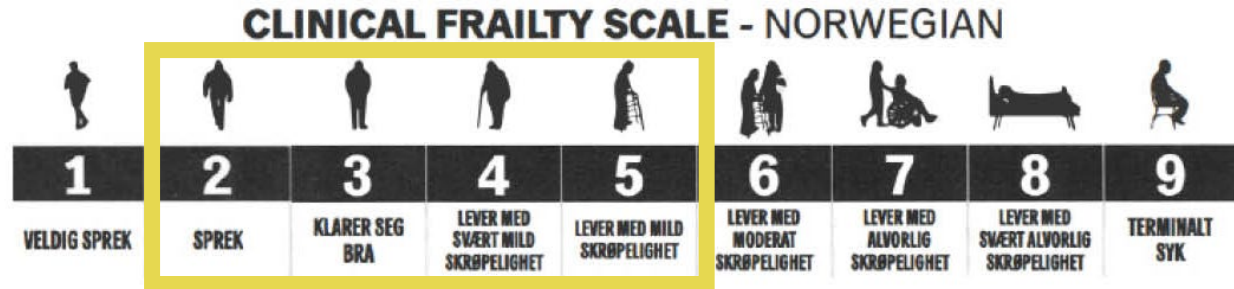


WHO's Healthy Ageing



Frailty (Skrøpelighet)

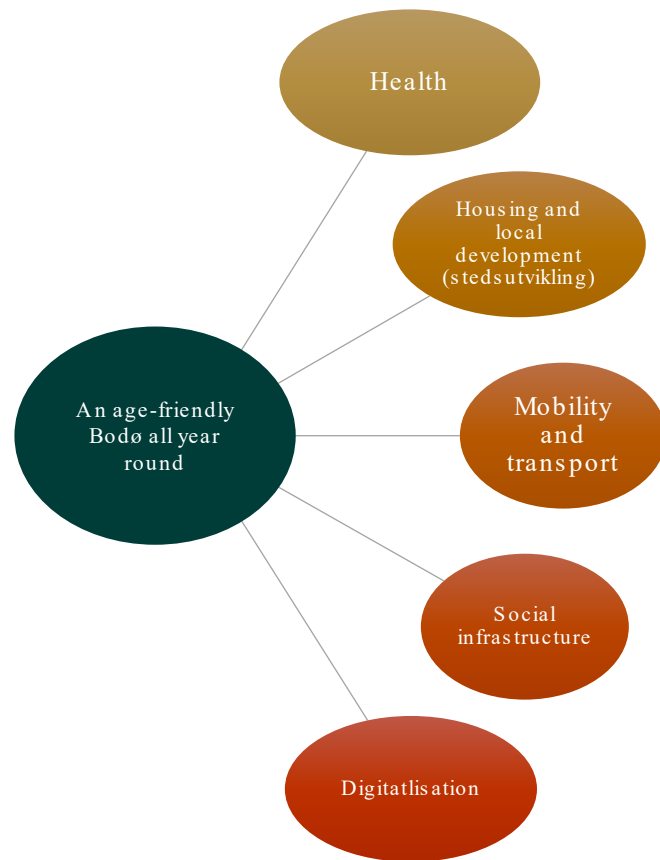
It's not about age – it's about function



Rockwood et al. (2005) "A global clinical measure of fitness and frailty in elderly people" CMAJ

En tverrfaglig
tilnærming,

Aldring er
IKKE bare
helse og
omsorg!





Siri Arntzen-Ratnarajan
Prosjektleder
Fagleder stedsutvikling
Fabric+



Janakan Ratnarajan
Fagleder helse
Skrøplighet, medisk, geriatri
IDHC (Inclusive Design for Health
Care)



Fagleder urban design
Arkitekt og urban designer
AT arkitektur



Kjell-Are Vassmyr
Ass. prosjektleder
Plan, regulering og risiko
AT arkitektur



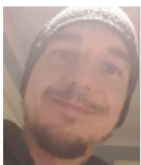
Francis Odeh
Overlege og leder
Samarbeid kommunale
tjenester
Bodø kommune



Ingunn S. D. Lindbach
Prosjektleder fase II
Arkitekt og senior stedsutvikler
Fabric+



Anne Berit Rafoss
Ekstern rådgiver
aldersvennlig by- og
stedsutvikling
Senter for et aldersvennlig
Norge



Marcus Zweiniger
Ekstern rådgiver, universell
utforming
Multiconsult



Design
og arkitektur
Norge



Forskningsrådet



bodø
KOMMUNE



Senteret for et
aldersvennlig
Norge

Vi har samlet innsikt
fra ca. 300 godt
voksne og eldre i
Bodø

Litteraturstudie

Spørreundersøkelse

99 respondenter

'Seniortrakk'/byvandring

7 deltagere

5 byvandringar
sammen med den
organiserte gågruppen
'Spaser og snakk'
(Tusenhjemmet)

2 dialogmøter
og workshops
'Pensjonistene' og
Eldrerådet

8 dybdeintervjuer
med eldre

10 dybdeintervjuer med tjenesteytere og aktivitetsorganisasjoner
(Hjemmetjeneste, Seniorhelse, Tusenhjemets ledelse, Frivillighetsentralen, Senter for et aldersvennlig
Norge, Age-friendly Ireland, Helse- og omsorgsdivisjonen i Bodø kommune, Feelgood Treningscenter)

Byvandring / Seniortrækk



Sentrale innsikter

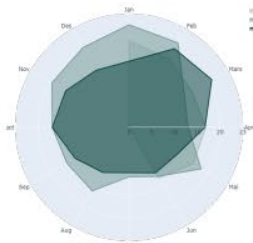


FABRIC+

Bodø i relevante tall

55,000

innbyggere



30,7 m/s var det
kraftigste vindkastet,
den 30.12.2022

-11° / +30°

Temperaturvariasjon de siste 13
måneder

305%

Forventet tilvekst av
personer over 90 år i Bodø kom-
mune innen 2050 (SSB, befolk-
ningsframskrining)

146%

Forventet tilvekst av personer mellom
80-89 år i Bodø kommune innen 2050
(SSB, befolkningsframskrining)

+89%

Forventet økning i brukere som
trenger langtidsopphold på insti-
tusjon
(Sintef Helse)






Innsiktskategorier

- Vinterens påvirkning på godt voksne bodøværinger
- Fall og fallforebygging
- Aldersvennlig vinterby
- Transport og mobilitet
- Tjenester (frivillige / offentlige)



Innsikt #01

**Vær og føre på vinteren i Bodø
påvirker de eldres trygghetsfølelse,
aktivitetsnivå, helse og deres lyst til å
gå ut.**



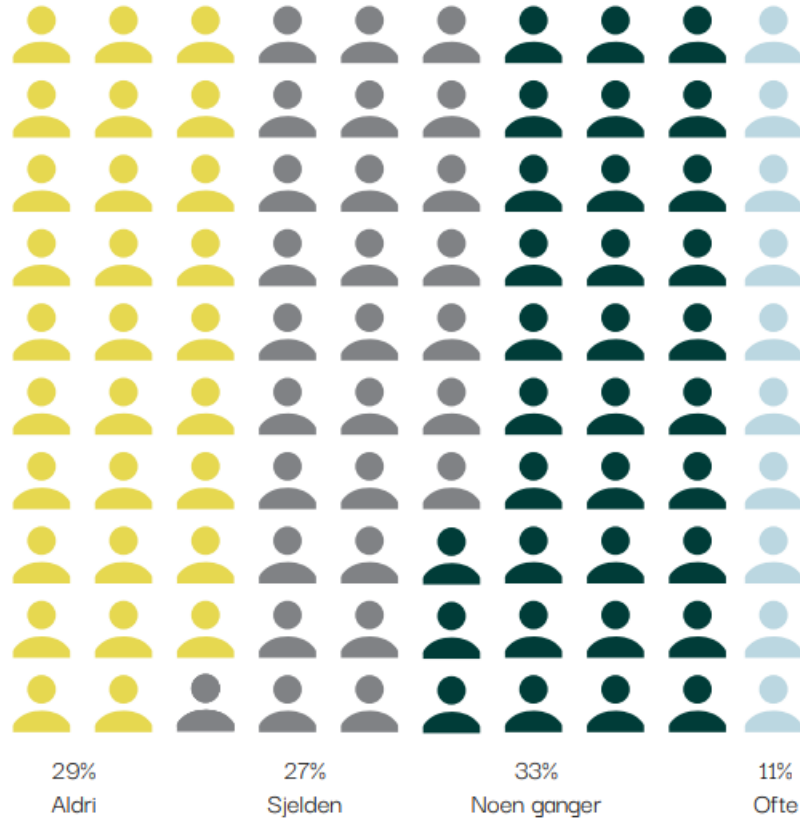
Det er som om det har vært
en **epidemi av demens**
i min bygning i løpet av
vinteren. Jeg har ikke sett
dem mye i vinter, det har
vært så mye dårlig vær

Bebber Helse- og omsorgssentrum

Ofte er det bare oss i
Hjemmetjenesten de ser i
løpet av en hel dag – det er
ingen fellesrom,
ingenting...


Ansatt, Hjemmetjenesten

Hvor ofte har du følt at du har manglet selskap?



Innsikt #02

De som har falt før, har dårligere selvtillit og er mer utrygge i sine nabolag



Etter å ha falt på ferie for et par år siden, er jeg **livredd** for å at det skal skje igjen. Jeg tør nesten ikke gå ut hvis det ser glatt ut om vinteren.

Respondent

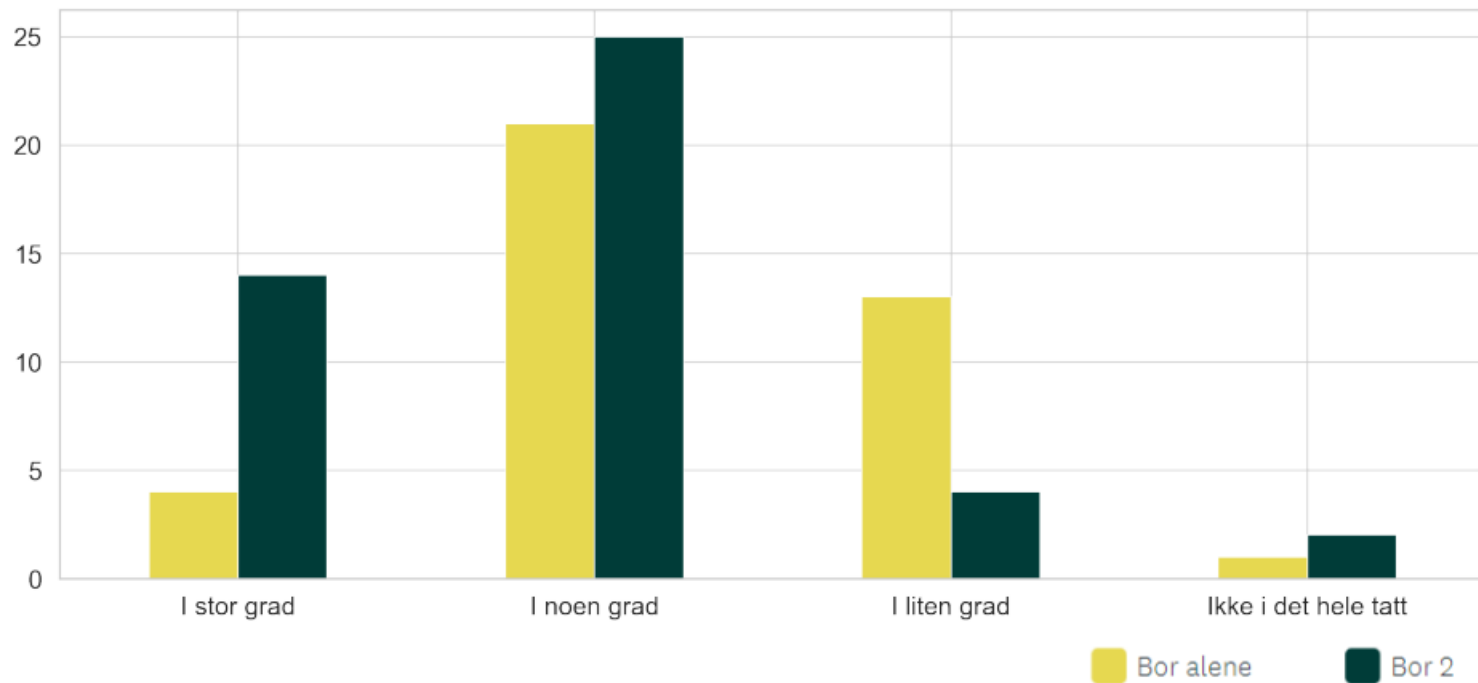
Venninna mi falt to år på rad, og det var **forferdelig** å se hvor pleietrengende hun ble. Det gjorde at jeg forstod hvor farlig det å falle er.

Kvinne, 72 år

Innsikt #3

De som bor alene er oftere utrygge, mer ensomme og mindre aktive enn de som bor i par.

I hvilken grad føler du at nabolaget ditt har god tilgjengelighet – og føles trygt å ferdes i – på vintertid?



Innsikt #04

**Universell utforming kan annulleres
av vær og føre på vinterstid**



Jeg synes brøytinga av hovedveiene er kjempebra. Men for oss fotgjengere er det **håpløst.**

Deltager, Seniortråkk

Med **rullator** er det umulig å ferdes ute hvis ikke fortauene er brøytet.

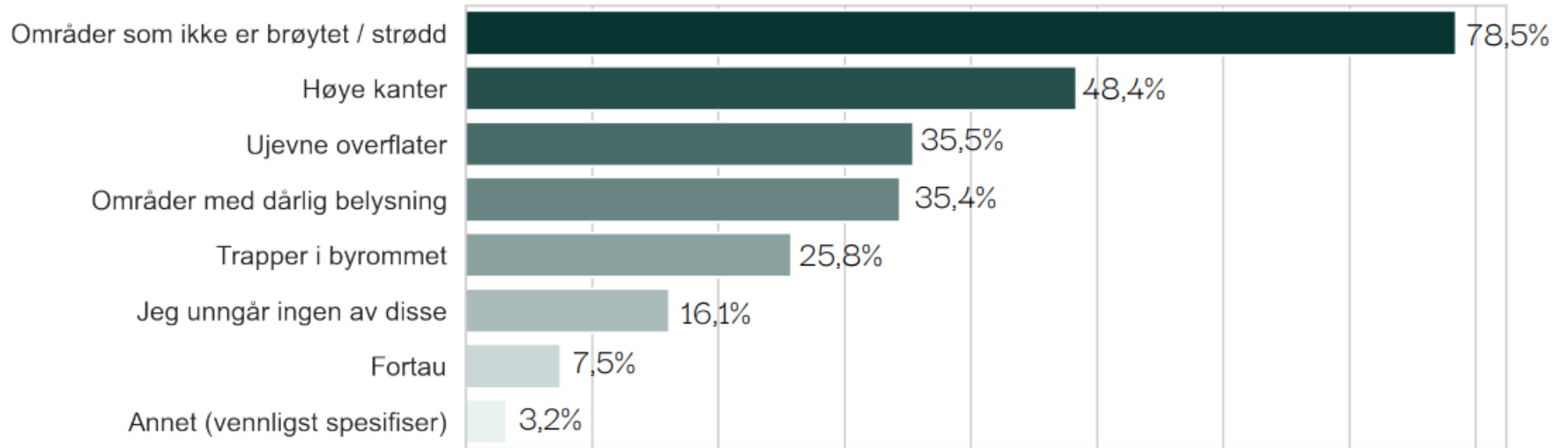
Deltager, Spasér og snakk

De høye **brøytekantene** er det største problemet når jeg er ute og går.

Deltager, Seniortråkk



Er det områder du aktivt unngår når du går ute på vinterstid i Bodø?



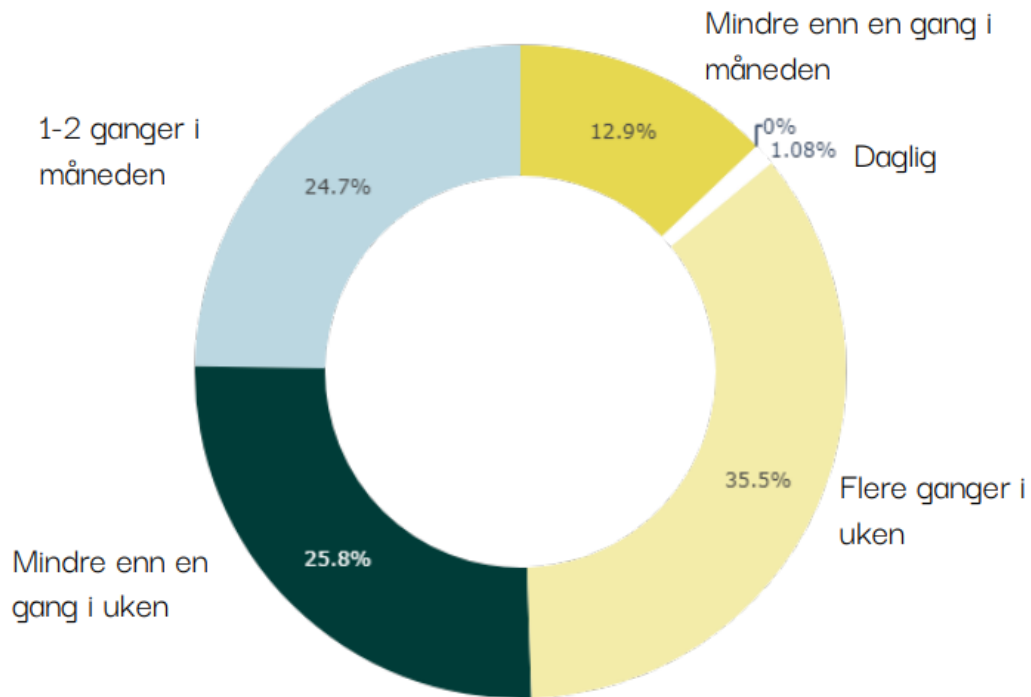
Innsikt #05

**Kjøpesentrene må være en del av
samtaalen!**



FABRIC+

Hvor ofte har du besøkt Bodøs kjøpesentre denne vinteren?





Kona ble rammet av slag, så
begynte jeg å gå på
kjøpesenter. Jeg traff **nye**
mennesker som nå er blant
mine nærmeste venner.

Veien videre



FABRIC+



Fallforebygging i omgivelsene:
Hvordan kan man forebygge fall i omgivelsene?

Universell utforming tilpasset vær og klima:
Hvordan øke tilgjengelighet og trivsel i byrom hele året?

Kjøpesenterutvikling:
Forstå og utvikle kjøpesenter som nyttige og trivelige arenaer for eldre

Bedre koordinering og samarbeid mellom frivillig, privat og offentlig sektor i aldersvennlig byutvikling

Vinterdrift:
Utforske mulighetene for å prioritere annerledes med tanke på brøyting, strøing og oppvarming av fortau.

Alders- og vintervenlig transport og mobilitetsløsninger

Nye og eksisterende tjenester som forebygger og kompenserer for ulemper med vinter og hardt klima

Identifisering av tiltak/ tjenester rettet mot f.eks. de som har falt for, enkemenn, eller aleneboere.

Tiltak for å redusere sosial isolasjon og ensomhet

12 Urban Quality Criteria

Protection

Protection against traffic & accidents — feeling safe

- Protection for pedestrians and cyclists
- Eliminating fear of traffic
- Safe crossings

Protection against crime & violence — feeling secure

- Lively public realm
- Allow for passive surveillance
- Diversity of functions
- 24/7/365
- Well lit / lighting in human scale

Protection against unpleasant sensory experiences

- Wind/draft
- Rain/snow
- Cold/heat
- Pollution
- Dust, noise, glare

Comfort

Opportunities to walk/cycle

- Room for walking
- Interesting facades
- No obstacles
- Good surfaces
- Accessibility for everyone

Opportunities to stop & stay

- Attractive & functional edges
- Defined spots for staying
- Objects to lean against or stand next to
- Facades with good details that invite staying

Opportunities to sit

- Defined zones for sitting
- Pleasant views, people watching
- Good mix of public and café seating
- Resting/waiting opportunities

Opportunities to see

- Reasonable viewing distances
- Unhindered views
- Interesting views
- easy orientation
- Lighting (when dark)

Opportunities to talk & listen

- Low noise levels
- Public seating arrangements conducive to communicating, 'talkscapes'

Opportunities for play & exercise

- Allow for physical activity, exercise, play & street entertainment
- Temporary activities (markets, festivals, exhibitions etc)
- By day and night
- In summer and winter

Enjoyment

Dimensioned at human scale

- Dimensions of buildings & spaces in observance of the important human dimension in relation to senses, movements, size and behaviour

Opportunities to enjoy the positive aspects of climate

- Sun/shade
- Heat/coolness
- Shelter from wind/breeze

Aesthetic qualities + positive sensory experience

- Good design and detailing
- Good materials
- Fine views/vistas
- Rich sensory experiences: trees, plants, water

Videre arbeid

- Sammen med Bodø kommune, DOGA og Senteret skal vi jobbe for å finne løsninger
- Det tverrfaglige teamet vårt vil gjerne jobbe med andre byer, nabolag, regioner og lokalsamfunn for å forstå hvordan man kan utvikle sine steder på en mest mulig aldersvennlig måte
- Kjøpesentre – hvordan bygge videre på deres verdi som sosial arena – og hvordan kan andre byrom lære fra det folk setter pris på med kjøpesentre?
- Hvordan påvirker denne problemstillingen spesifikt de med kognitiv svikt?



Bare aldersvennlig i oppholdsvær og med bare veier



78 prosent av de som ermed i undersøkelsen sier at de unngår områder som ikke er brøytet eller strødd. Slik så det ut i i Professor Schyttes gate en vinterdag i 2021. Foto: Pål Guttormsen

Av Trude Landstad

Publisert: 15.10.23 07:03

Del

Nå har 300 godt voksne og eldre fortalt om hvordan de opplever vinteren i Bodø.

Skremmende tall!

an Debatt

Agnete Tjørandsen
Bodø Høyre

Foto: Tom Melby

Av Agnete Tjørandsen, Bodø Høyre

Publisert: 20.10.23 14:56

Del



Videre arbeid

- Løsninger! Jobbe for å få fram løsningsideer-, deretter prototype, teste, implementere og måle;
- Kjøpesentre – hvordan bygge videre på deres verdi som sosial arena (NMBU)

Interessante problemstillinger:

- Impact of climate on the ageing demographic
- Exploration of different factors contributing to healthy ageing in different contexts?
- Dementia





FABRIC+

Siri Arntzen-Ratnarajan

sa@atarkitektur.no

+47 90428136

Janakan Ratnarajan

j.ratnarajan@gmail.com

+4790428310

Ingunn Lindbach

il@atarkitektur.no

+47 95824482