

BY- OG REGIONFORSKNINGSINSTITUTTET NIBR

Seniortrakk og andre medvirkningsmetoder for aldersvennlige lokalsamfunn

Erfaringer, råd og anbefalinger

Guri Mette Vestby, Reidun Norvoll, Ingar Brattbakk og Hanna Breistrand

OSLO METROPOLITAN UNIVERSITY
STORBYUNIVERSITETET



Guri Mette Vestby
Reidun Norvoll
Ingar Brattbakk
Hanna Breistrand

Seniortråkk og andre medvirkningsmetoder for aldersvennlige lokalsamfunn Erfaringer, r d og anbefalinger

NIBR Rapport 2020:4

Andre lignende publikasjoner:

NIBR/AFI samarbeidsrapport 2017

Lytt til seniorenene! Utprøving av medvirkningsmodell for aldersvennlige lokalsamfunn

Håndbok - Oslo kommune 2016

Alle på banen! Innbyggerinvolvering, tverrfaglig samarbeid og offentlig-privat samspill i områderettet arbeid.

NOVA Rapport nr. 5/20

Mobilitet blant eldre på boligmarkedet – holdninger, drivere og barrierer

Tittel: **Seniortråkk og andre medvirkningsmetoder for aldersvennlige lokalsamfunn.**
Erfaringer, råd og anbefalinger

Forfatter: Guri Mette Vestby (NIBR), Reidun Norvoll, Ingar Brattbakk og Hanna Breistrand (AFI)

NIBR-rapport: 2020:4

ISSN: 1502-9794
ISBN: 978-82-8309-302-5

Prosjektnummer: 201233

Prosjektnavn: Folkeetråkk – medvirkningsprosess områdeutvikling Åssiden

Oppdragsgiver: Helsedirektoratet

Prosjektleder: Guri Mette Vestby

Referat: Medvirkningsopplegg og ulike metoder for å involvere eldre selv i arbeidet med å få et godt kunnskapsgrunnlag for utvikle aldersvennlige lokalsamfunn. Folkehelseperspektiv på stedskvaliteter av fysisk, sosial, kulturell og praktisk art. Råd og anbefalinger til kommuner og bydeler basert på utprøvinger.

Sammendrag: Norsk og engelsk

Dato: Mars 2020

Antall sider: 66

Utgiver: By- og regionforskningsinstituttet NIBR
OsloMet - storbyuniversitetet
Postboks 4 St. Olavs plass
0130 OSLO
Telefon: (+47) 67 23 50 00
E-post: post-nibr@oslomet.no

Vår hjemmeside: <http://www.oslomet.no/nibr>

© NIBR 2020

Forord

Prosjektet er en utprøving av medvirkningsmetoder for seniorer i ulike livssituasjoner med sikte på å lage et verktøy som kommunene selv kan bruke i arbeidet med å lage aldersvennlige lokalsamfunn. Stedskvaliteter og folkehelsekvaliteter ses i sammenheng i dette arbeidet som Helsedirektoratet tok initiativ til og har vært oppdragsgiver for. OsloMet takker for anledningen til å arbeide med denne interessante metodeutprøvingen, som også bidrar til utvidelse av kunnskapen vi har om andre former for innbyggermedvirkning i planlegging og by- og stedsutvikling. Prosjektet er gjennomført i to faser i perioden 2017 - 2019. Den første fasen ble grundig dokumentert i rapporten «Lytt til senioren! Utprøving av medvirkningsmodell for aldersvennlige lokalsamfunn». Der deltok relativt funksjonsfriske seniorer. Den foreliggende rapporten beskriver justerte metodeopplegg basert på erfaringer vi har gjort i den første fasen og gjennom at kommuner/bydeler selv har testet metodene. Dessuten rapporterer vi fra medvirkningsutprøving blant de eldste eldre og eldre med minoritetsbakgrunn. Takk til kommunene Eidskog, Sarpsborg, Bærum, Tysvær og Oslo med bydelene Sagene, Frogner, Ullern og Vestre Aker! I tillegg har NIBR vært med DOGA og Drammen kommune på seniorvandring og intervju samtaler i et prosjekt om områdetansamling på Åssiden. Erfaringene fra dette inngår i våre strategiske metoderåd.

Ved OsloMet har Guri Mette Vestby ved By- og regionforskningsinstituttet NIBR ledet prosjektet og Reidun Norvoll og Ingar Brattbakk ved Arbeidsforskningsinstituttet AFI har vært prosjektmedarbeidere. I fase to av prosjektet har Hanna Breistrand ved AFI også vært involvert med verdifulle bidrag til arbeidet. I Helsedirektoratet har Christina Hildonen vært vår kontaktperson. Vi takker for god dialog underveis i prosjektet og faglig inspirerende drøftinger som vi har satt stor pris på!

Oslo, mars 2020

Berit Nordahl
Forskningsjef

Innhold

| | |
|--|----|
| Forord | 1 |
| Sammendrag | 5 |
| Summary | 7 |
| 1 Utviklingsprosjekt i to faser i ulike byer og tettsteder | 9 |
| 2 Hvorfor er seniormedvirkning verdifullt? | 14 |
| 3 Hvilke stedskvaliteter er viktig? | 17 |
| 3.1 Stedskvaliteter fordelt på tre hovedtemaer | 17 |
| 3.2 Positive og negative opplevelser av stedskvaliteter | 17 |
| 4 Valg av medvirkningsopplegg og -metoder | 19 |
| 4.1 Metodevalg og vurdering av omfang | 19 |
| 4.2 Hvem skal involveres med hvilke metoder? | 20 |
| 4.3 Organisering, tilrettelegging og mobilisering | 21 |
| 5 Hvordan gjennomføre medvirkning? | 23 |
| 5.1 Kombinasjonsmuligheter med ulike verktøy | 23 |
| 5.2 Spørreskjema og intervjusamtaler om de tre hovedtema | 25 |
| 5.2.1 Oppsummert: erfaringer og anbefalinger for spørreskjema og intervjusamtaler | 26 |
| 5.3 Seniortråkk: stedsvandring i nærmiljøet | 28 |
| 5.3.1 Fordeler med stedsvandring med registreringer og samtaler | 28 |
| 5.3.2 Digitale registreringer med app er en effektiv metode | 29 |
| 5.3.3 Oppsummert: erfaringer og anbefalinger om stedsvandring | 30 |
| 5.4 Dialogverksteder | 31 |
| 5.4.1 Formidling pluss ytterligere kunnskapsbygging | 31 |
| 5.4.2 Oppsummert: om erfaringer og anbefalinger om dialogverksted | 31 |
| 6 Kvalitative metoderåd | 32 |
| 6.1 Fordeler med muntlige metoder: samtaler og intervjuing | 32 |
| 6.2 Metodiske råd om semistrukturerte intervjusamtaler | 33 |
| 6.3 Ethiske hensyn og råd | 34 |
| 6.4 Metodiske råd om bearbeiding av materialet | 35 |
| 6.5 Analysere materialet nærmere | 36 |
| 7 Eksempler på stedskvaliteter som fremmer viktige verdier og livskvaliteter | 39 |
| 7.1.1 «Nærhet til alt» gir funksjonell selvstendighet | 39 |
| 7.1.2 Samlokalisering og sambruk gir aldersintegrering | 40 |
| 7.1.3 Grøntområder og turtraséer gir fysisk og psykisk livskvalitet | 41 |
| 8 Etter medvirkningen: hva skjer? | 44 |
| 8.1 Hvordan ta konkrete forslag og tiltak videre? | 44 |
| 8.2 Om eldrerådets rolle i medvirkning | 46 |
| 9 Medvirkningsopplegg for de eldste senioren | 47 |

| | | |
|------|--|----|
| 9.1 | Hvorfor egne forsøk med medvirkning med de eldste | 47 |
| 9.2 | Hvem deltok i utprøvingen av medvirkningsmetoder | 47 |
| 9.3 | Tilrettelegging og gjennomføring..... | 47 |
| 9.4 | Erfaringer fra utprøvingen | 48 |
| 9.5 | Hva er et godt nærmiljø for de eldste eldre?..... | 50 |
| 9.6 | Oppsummert om erfaringer og anbefalinger | 51 |
| 10 | Medvirkningsopplegg for eldre med minoritetsbakgrunn | 53 |
| 10.1 | Hvorfor egne forsøk med medvirkning med eldre med minoritetsbakgrunn | 53 |
| 10.2 | Hvem deltok i utprøvingen av medvirkning | 53 |
| 10.3 | Tilrettelegging og gjennomføring..... | 54 |
| 10.4 | Hva er et godt nærmiljø for eldre med minoritetsbakgrunn i et flerkulturelt storbysamfunn | 55 |
| 10.5 | Oppsummert om erfaringer og anbefalinger | 58 |
| 11 | Politikk for aldersvennlige lokalsamfunn..... | 60 |
| | Litteratur: referanser og anbefalt lesing..... | 63 |
| | VEDLEGG..... | 65 |

Figuroversikt

| | |
|--|----|
| Figur 1.1: Erfaringsbaserte råd og anbefalinger om medvirkningsmetoder: case | 10 |
| Figur 1.2: Medvirkning ut fra ulike perspektiver på by og tettsted | 12 |
| Figur 2.1: Sammenheng mellom stedskvaliteter og folkehelse | 14 |
| Figur 3.1: Tre grupper stedskvaliteter med tre type vurderinger | 18 |
| Figur 5.1: Oversikt over medvirkningsmetoder | 24 |
| Figur 5.2: Spørreskjema med tre hovedtema og tre forhold deltakerne | 25 |
| Figur 6.1: Bearbeiding i kategorier følger det grunnleggende metodeopplegget | 35 |
| Figur 8.1: Eksempel på tema med tilhørende ansvarlige aktører | 45 |

Sammendrag

Guri Mette Vestby, Reidun Norvoll, Ingar Brattbakk og Hanna Breistrand
Seniortråkk og andre medvirkningsmetoder for aldersvennlige lokalsamfunn
NIBR-rapport 2020:4

Dette prosjektet ble initiert av Helsedirektoratet som ønsket å få testet og utviklet metoder for seniormedvirkning for å øke treffsikkerheten med lokal planlegging, tiltak og innsatser med sikte på å få mer aldersvennlige lokalsamfunn. Tanken var å synliggjøre koblingen mellom folkehelse og livskvalitet for ulike grupper av eldre med ulike stedskvaliteter. Vi har derfor fokusert på (i) fysiske omgivelser og uteområder, (ii) sosiale møteplasser og kulturtilbud- og aktiviteter, og (iii) offentlige og private praktiske og helsemessige tjenester og tilbud. For hver tematikk har vi spurt etter tre forhold eller vurderinger: (i) hva er positive kvaliteter som er viktig å ikke ta som en selvfølge og sikre at de ikke forsvinner, bygges ned, tas ut av budsjettet o.l., (ii) hva er negative faktorer eller elementer som bør fjernes eller reduseres, og (iii) hva mangler eller er det behov for eller ønske om? De tre hovedkategoriene av stedskvaliteter betyr mye for eldres fysiske og mentale helse og trivsel, hvordan de håndterer sitt hverdagsliv, hva de fyller dagene med og hvilke sosiale muligheter og miljøer de har tilgang til. Ikke minst virker de inn på i hvilken grad de kan klare seg på egen hånd eller med noe hjelp og støtte. Dette gir en funksjonell uavhengighet som har både en praktisk og en identitetsmessig betydning. Flere funksjonsfriske år for eldre er en sentral målsetting i nasjonal politikk på feltet.

I fase 1 av prosjektet prøvde vi ut medvirkningsmetoder i tre ulike type lokalsamfunn: Sarpsborg i Østfold, Eidskog i Hedmark og Bydel Sagene i Oslo. Gjennom samarbeid med ansatte i helse- og sosialsektoren fikk vi tilgang til eldre som bruker tilbud på seniorsentre og frivilligsentraler. Deltakerne var relativt friske seniorer som bidro med sine stedsbaserte erfaringer, kunnskap og forståelse av situasjonen lokalt for denne aldersgruppen. «Vi og de eldre», sa de og minnet oss på så vel ulikhetene som følger av det store aldersspennet i gruppen eldre og at det ikke er alder i seg selv men funksjonsnivå som har betydning. De fleste av disse seniorenene var funksjonsfriske nok til å delta i medvirkningsmetodene vi prøvde ut: (i) et enkelt spørreskjema med åpne spørsmål om de tre temaene og de tre type vurderingene der de kunne svare med egne ord, enten de skrev selv eller berettet muntlig til oss som da skrev inn for dem, (ii) intervju samtaler i smågrupper, (iii) seniortråkk i form av stedsvandring ute i nærmiljøet med samtaler og/eller registreringer via en enkel app som de kunne laste ned på telefon eller nettbrett, samt (iv) dialogverksteder en liten stund etterpå der vi formidlet funn og registreringer og seniorenene deltok i drøftinger og eventuelt korrigerende og supplerte kunnskapen som var kommet frem, samtidig som forslag til tiltak og handlinger kom på bordet. Erfaringene med tilrettelegging, gjennomføring, bearbeiding og analyse fra dette arbeidet i fase 1 ble nøye beskrevet i rapporten «Lytt til seniorenene! Utprøving av medvirkningsmodell for aldersvennlige lokalsamfunn».

I fase 2 har vi gått videre med utprøvingen av metodene. For det første har vi gjennomført et opplegg med at ansatte i kommuner selv har prøvd medvirkningsmetodene; Tysvær i Hordaland, Bærum i Akershus, og bydelene Sagene, Frogner, Ullern og Vestre Aker i Oslo. Deres erfaringer og synspunkter er integrert i det stoffet som legges frem her. Denne rapporten er ment som inspirasjon og veiledning til kommuner som selv vil involvere de eldre for å lage et mest mulig aldersvennlig lokalsamfunn, enten de bruker en eller flere av de verktøyene som vi beskriver her. Erfaringen med kommunene/bydelenes egne prosesser var så gode at vi er sikre på at dette er noe alle kan gjøre. For det andre har vi testet metodeopplegg og verktøy på to grupper vi ikke hadde fått med i den første runden, nemlig de eldste eldre rundt 90 år og

eldre med minoritetsbakgrunn i flerkulturelle bystrøk. Avslutningsvis i denne rapporten forteller vi konkret og detaljert om metodeopplegg og erfaringer fra utprøving av medvirkning for disse to gruppene.

I denne siste rapporten gir vi også noen grunnleggende metodiske og etiske råd om kvalitative samtaleintervjuer, bearbeiding og sortering av materialet og enkle analytiske grep for å få frem så vel faktiske forhold og konkrete forslag, som kunnskap og forståelse for sammenhenger og livsverdier knyttet konkret til et nærmiljø eller lokalsamfunn. Dette er viktig for kommunens policy for en økende andel hjemmeboende eldre i årene som kommer. Vi gir dessuten noen råd om hvordan man kan ta materialet videre og sørge for at rette aktører, enten de er offentlige eller private, får det kunnskapsmaterialet og de forslagene/behovene som de kan forankre i sin virksomhet, realisere eller gjennomføre. Vi anser eldrerådene i kommunene som sentrale aktører som kan ha en viktig rolle i bruken av medvirkningsmetoder i arbeid med lokalsamfunnsutvikling. Pleie og omsorgstjenester er selvsagt viktig for eldre når de får behov for dette. Men for flere funksjonsfriske år er summen av ulike stedskvaliteter i nærmiljøet av stor betydning.

Summary

Guri Mette Vestby, Reidun Norvoll, Ingar Brattbakk og Hanna Breistrand

'Senior pathways' and other methods of participation for age-friendly communities

NIBR Report 2020:4

This project was initiated by the Norwegian Directorate of Health with a view to developing and testing methods for senior participation in order to increase the accuracy of local planning, measures and initiatives, thereby achieving more senior-friendly local communities. The idea was to explore the link between public health for various groups of seniors and the characteristics of different places. For this reason, we have focused on (i) the physical environment and outdoor areas, (ii) social meeting points and cultural facilities and activities, and (iii) public and private practical and health-related services and facilities. For each of these areas, we have asked questions related to three circumstances or evaluations: (i) what are the positive characteristics that are important not to take for granted and ensure that they do not disappear, are reduced, removed from the budget etc., (ii) what are the negative factors or elements that should be removed or reduced, and (iii) what is lacking or what is needed or wanted? The three main categories of place characteristics are of great significance to the elderly population's physical and mental health and well-being, how they cope with their everyday lives, what they spend their days doing, and what social opportunities and environments they have access to. Not least, they also affect the degree to which they can manage by themselves or with some help and support. This provides functional independence that is significant both in terms of practicality and identity.

In phase 1 of the project, we tried out participation methods in three different types of communities: Sarpsborg in Østfold county, Eidskog in Hedmark county and the Sagene district in Oslo. Through cooperation with employees in the health and social care sector, we came into contact with seniors who use services in senior centres and volunteer centres. The participants were relatively healthy seniors who shared their experiences of places and their knowledge and understanding of the local situation for this age group. 'Us and the elderly', they said, reminding us of the differences resulting from the large age span that comprises the group 'the elderly', and that it is the level of functionality and not age in itself that is significant. Most of these seniors were sufficiently able-bodied to take part in the participation methods we tested, which were: (i) a simple questionnaire survey with open questions about the three topics and three types of evaluation that they could answer in their own words either by writing themselves or telling us the answers to write for them, (ii) interview conversations in small groups, (iii) walks around the neighbourhood with conversations and/or registrations via a simple app that they could download on a mobile phone or tablet, and (iv) dialogue workshops a while later, where we explained findings and registrations and the seniors took part in discussion, correcting and supplementing the knowledge that emerged as necessary, as well as proposing measures and actions. Experience of facilitation, execution, processing and analysis from the work in phase 1 was described in detail in the report 'Lytt til senioren! Utprøving av medvirkningsmodell for aldersvennlige lokalsamfunn' ('Listen to the seniors! Testing of a participation model for senior-friendly communities').

In phase 2, we have further tested the methods. Firstly, we carried out a scheme involving municipal staff who tested the participation methods in Tysvær in Hordaland county, Bærum in Akershus county, and in the Oslo city districts Sagene, Frogner, Ullern and Vestre Aker. Their experiences and opinions are integrated in the material presented here. This report is intended to inspire and guide municipalities that wish to involve the elderly in making the community as senior-friendly as possible, whether they choose to

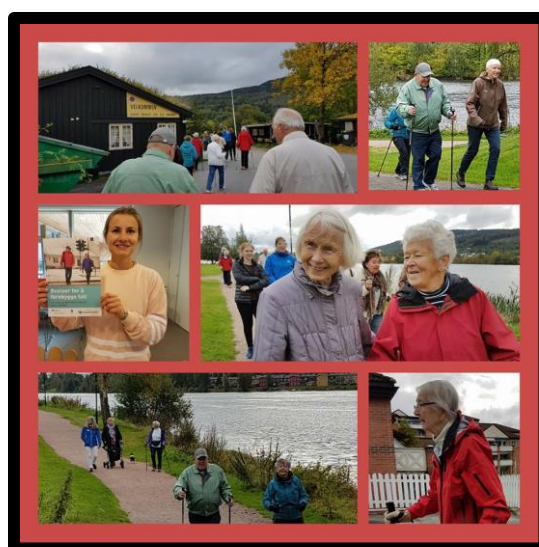
use just one or more of the tools described here. The results of the municipalities/city districts' own processes were so good that we are certain that everyone can do it. Secondly, we tested the methods and tools on two groups that were not included in the first round, which were the oldest seniors aged about 90 and seniors with minority backgrounds in multi-cultural city districts. In this report, we provide a specific and detailed explanation of the methods used and experience gained from testing participation for these two groups.

In this final report, we also provide some pieces of methodological and ethical advice concerning qualitative interviews, processing and sorting of data and simple analytical steps to identify both actual circumstances and specific suggestions, such as knowledge and understanding of contexts and life values linked to a specific neighbourhood or local community, which will be important for municipal policy that addresses the increasing proportion of elderly in the years ahead. We also provide advice about how the material can be taken further and how to ensure that the right people, whether in the public or private sector, receive the knowledge base and proposals/needs that can be incorporated in their organisation, realised or implemented. We consider the local councils for senior citizens to be key bodies in this respect, playing an important role in the use of senior pathway methods and in work on community development. The nursing and care services are of course important when needs occur. However, different place qualities in neighbourhoods and age-friendly communities will provide senior health, well-being and happiness.

1 Utviklingsprosjekt i to faser i ulike byer og tettsteder

Medvirkningsmetodene som presenteres her er prøvd ut gjennom et utviklingsprosjekt i to faser. I fase 1 gjennomførte NIBR og AFI den første utprøving i litt ulike type lokalsamfunn: tettstedet Skjeberg i Sarpsborg kommune i Østfold, bygdesentrumet Skotterud i Eidskog kommune i Hedmark og bydel Sagene i Oslo. Her samarbeidet vi med helse- og sosialetaten, administrative ledere og elderråd i kommunene/bydelen. Arenaer for gjennomføring var seniorsentre og frivilligsentraler. Arbeidet ble grundig dokumentert og metodene analysert i denne rapporten som kan lastes ned¹ eller bestilles i papirutgave (Vestby, Brattbakk og Norvoll 2017).

Denne første rapporten er både *praktisk* rettet ved at planlegging, forberedelser og gjennomføring er konkret og detaljert beskrevet, den er *empirisk* ved at materialet som fremkom fra medvirkningsforsøkene presenteres i bearbeidet form sammen med erfaringene med oppleggene, og den er *teoretisk og analytisk* ved at det vises til teorigrunnlag og relevant forskning, samtidig som vi gjorde en sosiokulturell stedsanalyse av materialet. Dette er en type analyse vi selv har utviklet og laget veileder for (Ruud, Brattbakk, Røe og Vestby 2006). Sosiokulturelle stedsanalyser opererer med tre analytiske kategorier: stedsbruk, stedsbilder og stedsinteresser. De vektlegger hvordan ulike aktører og grupper bruker stedet og hvilke aktiviteter, funksjoner og virksomheter som foregår der (*stedsbruk*), hvilke forestillinger de har om stedet i dag og for framtida og hvilke representasjoner som dominerer (*stedsbilder*), og hvilke ulike interesser som er knyttet til hvordan stedet skal være og utvikle seg, og om disse interessene hos ulike grupper er sammenfallende, sprikende eller motsetningsfylte (*stedsinteresser*).



Illustrasjonsbildet: Fra Åssiden i Drammen

¹ <http://www.hioa.no/Om-OsloMet/Senter-for-velferds-og-arbeidslivsforskning/NIBR/Publikasjoner/Lytt-til-senioren>

Erfaringene fra den første fasen ble tatt med i en fase 2 der vi videreutviklet metodene med enkle spørreskjema med åpne spørsmål, intervjusamtaler, stedsvandringer og dialogverksted. Dessuten tilrettela vi for en testrunde der noen kommuner og bydeler selv skulle gjennomføre medvirkningsprosesser etter vår metodemal. Samtidig skulle de løpende gi sine vurderinger av hva som fungerte bra og hva som fungerte mindre bra. Disse testkommunene/bydelene samlet vi til et arbeidsseminar der vi alle delte og drøftet erfaringer. Samlet har utprøvingene i fase 1 og fase 2 resultert i det vi presenterer i denne rapporten. Det er altså gjennomprøvde og erfaringsbaserte råd og anbefalinger til andre kommuner.

I tillegg har vi (NIBR og AFI) i fase 2 prøvd ut medvirkning med to grupper som vi ikke nådde i den første runden, nemlig (i) de eldste hjemmeboende eldre som trenger bistand for å komme seg til aktiviteter og benytte tilbud og muligheter i nærmiljøet og (ii) eldre med minoritetsbakgrunn, dvs. innvandrere som i liten grad bruker seniorsentre, frivilligsentraler og eldretilbud som domineres av etnisk norske brukere. Spesiell tilrettelegging og hensyn var nødvendig for disse to gruppene og vi forteller om det i egne kapitler til slutt i denne rapporten.

Figur 1.1: Erfaringsbaserte råd og anbefalinger om medvirkningsmetoder: case

| OsloMet: NIBR og AFI testet ut | Kommuner/bydeler testet ut |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Sarpsborg: Skjeberg sentrum • Eidskog: Skotterud bygde sentrum • Oslo: Bydel Sagene • Innvandrere: Bydel Gamle Oslo • Eldste eldre: Østerås i Bærum • Drammen: deltakelse i DOGA sitt Folketråkkprosjekt på Åssiden | <ul style="list-style-type: none"> • Tysvær kommune • Bærum kommune • Bydel Sagene, Oslo • Bydel Frogner, Oslo • Bydel Ullern, Oslo • Bydel Vestre Aker, Oslo |

Hva er seniortråkk?

Seniortråkk som begrep er valgt for å koble medvirkning fra de eldre med andre medvirkningsmetodikker som bruker *tråkk-begrepet*, nemlig Barnetråkk, Ungdomstråkk og Folketråkk. Metodene har flere likhetstrekk, men er også litt forskjellige. Nedenfor gir vi en kort beskrivelse av disse medvirkningsmetodene. Tråkk-metoder er særlig egnet når tema er fysiske omgivelser og uteområder, det bygde eller det naturbaserte lokalsamfunnet.

Seniortråkk og andre medvirkningsmetoder som vi presenterer her legger seg altså inn i medvirkningsfeltet der det i mange år har foregått utprøving av ulike metoder. For alle aldersgrupper dreier det seg om ulike stedskvaliteter og det er særlig *fysiske stedskvaliteter* som ivaretas i tråkk-metodikker. Siden våre metoder rommer langt flere tema og elementer som er bestemmende for hvor aldersvennlig lokalsamfunnet er, kan seniortråkk-begrepet bli oppfattet som litt begrensende. Vår utvikling av metoder for å involvere ulike grupper av eldre innbyggere rommer også andre type stedskvaliteter. Stedskvalitetene vi har gruppert i tre hovedtema er alle viktige i et folkehelseperspektiv, der både fysisk, sosial og mental helse og trivsel berøres: (i) fysiske omgivelser og uteområder, (ii) sosiale møteplasser og kulturaktiviteter- og tilbud, og (iii) praktiske og helsemessige tilbud og tjenester.

En annen ting er det metodiske: tråkk-begrepet gir assosiasjoner til utendørs registreringer og stedsvandringer. Dette er sentralt i våre medvirkningsanbefalinger, men vi inkluderer også erfaringer og råd om andre viktige medvirkningsmetoder. Materialet fra

seniormedvirkningen vil dessuten ikke bare være relevant for bruk i formelle fysiske planprosesser, men likeså mye til lokalsamfunnsutvikling gjennom konkrete tiltak og sikring av positive stedskvaliteter som ulike offentlige og private aktører har ansvar for. Og i kommunenes budsjettprosesser når ulike tiltak og tjenester skal prioriteres!

Barnetråkk var det som først ble introdusert på 1990-tallet og prøvd ut som metoder for å involvere barn selv i kartlegging av uteområder og traséer i deres nærmiljø. Etter hvert ble det laget digitalt verktøy der barn markerer i kart over nærmiljøet sine bevegelser og aktiviteter. Tanken er at kommunene gjennom barnas informasjon kan bli mer treffsikre i sin planlegging og samfunnsutvikling, og dessuten ivareta den demokratiske rettigheten barn har til å bli hørt som berørt gruppe. Nå har Design og arkitektur Norge, DOGA, ansvar for denne medvirkningsmetoden: «*Barnetråkk er et digitalt, kartbasert verktøy og undervisningsopplegg som lar barn fortelle planleggere, kommunen og lokalpolitikere hvordan de bruker stedet der de bor og hva de vil ha annerledes. Ved hjelp av denne metoden får barn en reell mulighet til å delta i samfunnsutviklingen – i direkte dialog med lokale myndigheter*» (doga.no)².

Ungdomstråkk. Barnetråkk-metoden ble i 2016 videreutviklet til gruppen ungdom og unge voksne gjennom forskningsprosjektet Ungdomstråkk ved Arbeidsforskningsinstituttet (AFI/OsloMet). I rapporten «Ung og ute» beskrives unges bruk av parker, plasser og uterom, hvilken betydning slike områder har og hvilke ulike interesser og brukergrupper som kan sikres i framtidig planarbeid³. AFI har utviklet en verktøykasse av medvirkningsmetoder der ungdommen har en sentral rolle som medforskere; de dokumenterer tidligere og nåværende bruk av uterom og utformer fortellinger på egne premisser om oppvekst og om endringer i uterommene. Metodikken videreutvikles nå gjennom flere prosjekter: ett med fokus på å skape gode møtesteder og ungdomshus i norske bydeler og kommuner (Et sted å være ung), ett med metodeutvikling for ungdoms medvirkning i langsiktig planarbeid i samarbeid med Plan- og bygningsetaten i Oslo kommune (UngPLan)⁴ og ett med å styrke barn og unges medvirkning i utviklingen av skoleanlegg og nærområder i samarbeid med Utdanningsetaten i Oslo kommune. En fellesnevner er at ungdom trenes i feltarbeidsmetode og intervjueteknikk for å kartlegge bruk av uteområder i nærmiljøet, være seg blant ungdom, barn, voksne eller eldre.

Folketråkk. Innbyggermedvirkning i planprosesser har fått et løft gjennom arbeidet som Design og arkitektur Norge, DOGA, nylig har gjennomført. De har laget en digital plattform kalt Folketråkk der de presenterer mange ulike medvirkningsmetoder som kan brukes for å involvere grupper av innbyggere i planlegging, inkludert konkrete eksempler fra en rekke steder rundt om i landet. «*Folketråkk er en nasjonal medvirkningsplattform til støtte for kommuner, planleggere og andre aktører i deres arbeid med å involvere innbyggere i samfunnsutviklingen. Plattformen består av metoder og verktøy som sikrer at alle får tilgang og innflytelse i planprosesser*». Medvirkning dreier seg om involvering og muligheter til innflytelse for berørte grupper av innbyggere og er nedfelt som krav til planprosesser i Plan- og bygningsloven. Folketråkk er tilpasset disse kravene og kobler medvirkning med formelle planprosesser⁵.

² <https://doga.no/verktoy/folketrakk/folketrakk-plattformen/metoder/barnetrakk/>

³ (Landsverk Hagen m.fl. 2016).

⁴ https://www.regjeringen.no/contentassets/6a6ae291daa04fe0a3165cd15235dc3c/afi_rapport_ungogute.pdf

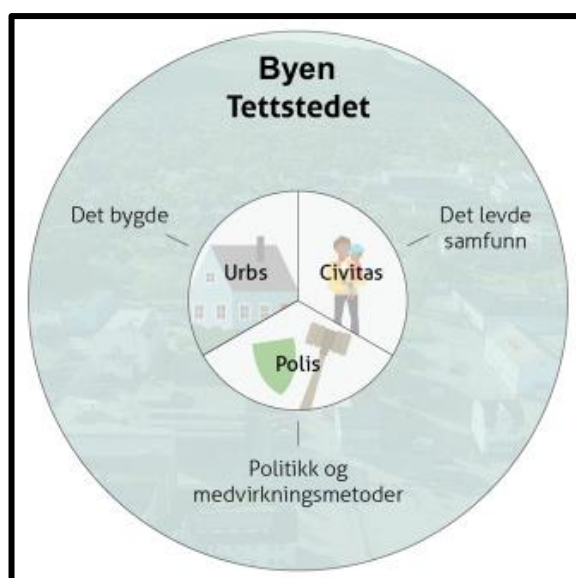
⁴ <http://www.hioa.no/Om-OsloMet/Senter-for-velferds-og-arbeidslivsforskning/AFI/Prosjekter-AFI/Ungdomsmedvirkning-for-Hauketo-Lambertseter-og-Oppsal>

⁵ <https://doga.no/verktoy/folketrakk/>

Ulike ståsteder – ulike perspektiver og begrunnelser

Medvirkningsmetoder for ulike grupper i samfunnet, tråkk-metoder og andre metoder, har mye til felles. Vi har for eksempel erfart at våre medvirkningsopplegg- og verktøy med seniorene like gjerne kan brukes for andre aldersgrupper. Den teoretiske modellen under kan være nyttig for bevissthet rundt måten vi betrakter medvirkning på, uansett hvilke befolkningsgruppe det dreier seg om. Figuren viser til ulike perspektiver på medvirkning, avhengig av ståsted og intensjon med medvirkningen.

Figur 1.2: Medvirkning ut fra ulike perspektiver på by og tettsted



Kilde: Hanssen NIBR-OsloMet 2020/Distriktssenteret 2020

Det bygde samfunnet er først og fremst planleggernes ståsted, de fysiske omgivelsene med bygninger, arkitektur, vegger, gater, plasser og grøntområder. I tillegg infrastrukturen og rene naturområder. I det gamle Hellas kalte man denne dimensjonen av bysamfunnet for *Urbs*. Har man et slikt utgangspunkt, så er begrunnelsen for å involvere befolkningen, eller spesielle grupper av befolkningen, at de sitter på viktig erfaring som kan bidra til å forbedre de fysiske omgivelsene. Hvordan bruker ulike grupper arealene og hvordan oppleves de? Hvordan er de fysiske arealene og omgivelsene viktige for livskvaliteten? Tråkk-metoder og koblinger til fysisk planlegging etter plan- og bygningsloven er særlig relevant her.

Civitas beskriver det levde livet på stedet eller i bysamfunnet. Et godt integrert by- eller lokalsamfunn, hvor folk opplever høy grad av samhørighet, er avhengig av menneskenes bruk av offentlige rom, av virksomheter og funksjoner og følgelig av hvilke aktiviteter og tilbud som finnes på stedet. Fra dette ståstedet, der vi ofte finner samfunnsvitere og humaniora representert, er sentrale spørsmål hva som skal til for å få et levende og mangfoldig by/tettstedsliv. Viktige faktorer vil være sosiale møteplasser, kulturaktiviteter og tilbud, samt service og praktiske tjenester og tilbud fra offentlige og private aktører. Fra dette perspektivet er en sentral begrunnelse for involvering å innhente erfaringer med hvilke kvaliteter bysamfunnet har, og hva som skal til for å styrke det. Men begrunnelsene er også at involveringen i seg selv; det at folk får delta i hvilken retning utviklingen på stedet skal ta, er med å knytte folk til stedet og til hverandre. Ut fra et folkehelseperspektiv legges det også vekt på at innbyggere må myndiggjøres – i det livet de lever og de omgivelsene de lever i (empowerment-tankegangen). Ut fra et slikt syn vil

involvering kunne bidra til å styrke selvaktelsen og påkoblingen til samfunnet, og hindre utenforskap. Dermed blir det viktig å legge til rette for metoder som åpner for dialoger, hvor folk kan sitte sammen og diskutere. Altså er det naturlig å bruke andre medvirkningsmetoder, som samtaler, intervjuer, verksteder eller åpne spørreskjema.

Det siste feltet i den tredelte figuren, *polis*, er her betegnet som *politikk og medvirkningsmetoder*. Det vil si at det er det demokratiske aspektet som er det sentrale. Her er statsvitere og forvaltningsforskere. Hvordan vil medvirkning bidra til mer demokratisk by- og stedsutvikling? Hvilke metoder egner seg for å få med alle stemmer og hvordan har dette betydning for svaret på spørsmålet: hvem er byen/stedet til for? Ut fra lokaldemokratiperspektiver og «retten til byen»-perspektiver i urbanismelitteraturen så får vi et mer demokratisk og rettferdig samfunn når ulike interesser og grupper involveres i utviklingen av lokalsamfunnet. Omvendt vil opplevelsen av ikke å kunne påvirke egne omgivelser kunne føre til avmaktfølelse og mistro til planmyndighetene og de politikerne man har valgt.

2 Hvorfor er seniormedvirkning verdifullt?

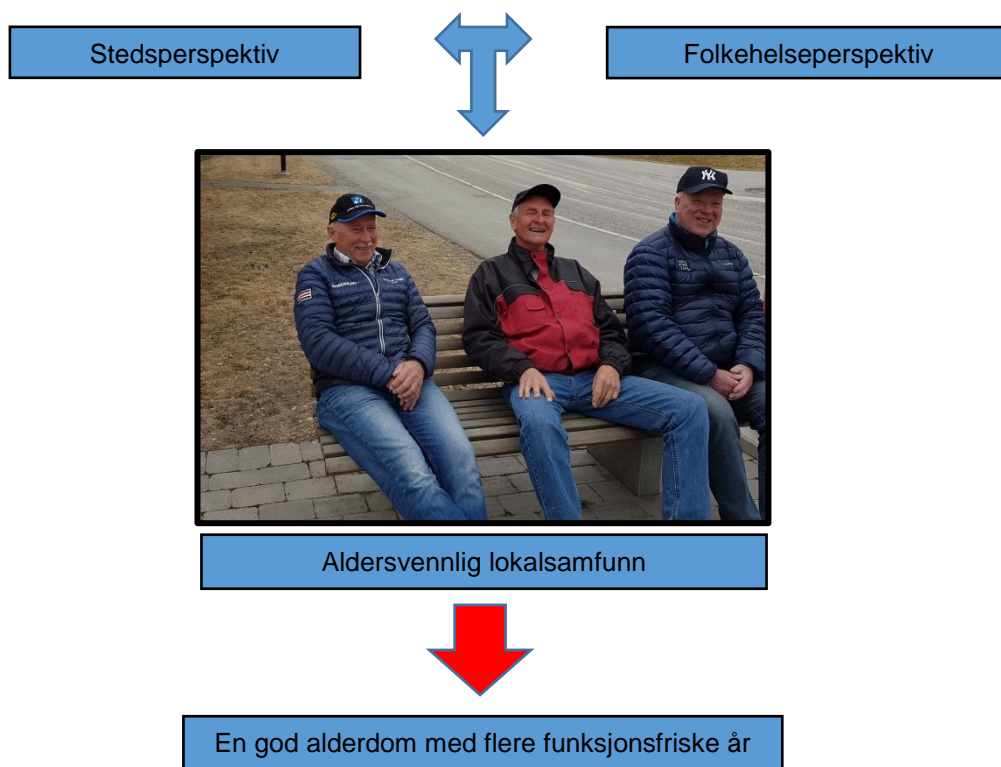
Stedskvaliteter gir livskvaliteter

Norske kommuner står overfor store utfordringer i de kommende årene med å lage en god lokal eldrepolitikk, både for de pleie- og omsorgstrengende på institusjon og for alle de årskullene eldre som det er målsetting om skal bo hjemme lengst mulig og leve gode liv. Denne politikutfordringen dreier seg ikke bare om individuelle tjenester og tiltak. Likeså viktig er det å skape kollektive goder i form av ulike stedskvaliteter som fremmer fysisk og psykisk helse og trivsel og forebygger uhelse. Derfor er koblingen mellom folkehelseperspektiv og stedsperspektiv så sentralt. Stedskvaliteter bidrar til livskvalitet som kan gi flere funksjonsfriske år for hjemmeboende eldre.

Stedsspesifikk kunnskapsbygging om aldersvennlig samfunn

Kunnskap om sammenhengen mellom stedskvaliteter og folkehelse har de siste årene fått mye oppmerksomhet i planlegging, politikutforming og stedsutvikling som rommer tiltak som fremmer innbyggernes fysiske og psykiske helse og deres trivsel og velvære. Det gjelder både for eldrebefolkningen og andre aldersgrupper. Kunnskapsbyggingen har ført til at vi vet mye om helsefremmende stedskvaliteter generelt (se kap.10), men vi trenger å få *lokalkunnskap, konkrete situasjonsbeskrivelser og stedsbaserte forslag til tiltak*. Slik kan kunnskapen føre til handling; at det faktisk gjøres noe konkret på kort og lang sikt. Det vil ligge en forventning om oppfølging når kunnskap er knyttet til konkrete steder og nærmiljøer i kommunen. Mer generell kunnskap om aldersvennlig lokalsamfunn og eldres behov er ikke forpliktende på samme måte. Dette kunnskapsgrunnlaget bør også romme stemmene til senioren selv med deres erfaringer, lokale innsikter, behov og synspunkter. Derfor er medvirkning viktig.

Figur 2.1: Sammenheng mellom stedskvaliteter og folkehelse



Mange tenker kanskje at vi i dag vet veldig mye om hva som er viktig for Eldres fysiske og psykiske helse, for deres trivsel og velvære. Det stemmer. Det mangler ikke på utredninger og faglitteratur om dette. Men poenget er å koble dette til *de konkrete lokalsamfunnene* der eldre bor og lever sine hverdagsliv: Hvilke konkrete muligheter og mangler er det for friluftsliv eller fysisk trim og trening her på Skotterud? Hvilke muligheter og mangler er det for sosiale møteplasser her på Sagene? Hvilke gode helsetjenester finnes i her i Tysvær? Hva mangler? Hvilke strekninger er utrygge å bevege seg på for eldre på grunn av mangel på benker eller dårlig belysning her i sentrum av Skjeberg? Hvor er det trafikkfarlige krysningspunkter på hovedveien? Hva er viktige lokale kulturtilbud å ta vare på her på Ullern? Etc.

Først når man gjør slike koblinger mellom behov og konkrete lokale steder kan det settes i verk tiltak for å bevare kvaliteter, endre negative forhold eller gjøre noe med det som mangler. Ikke minst kan man adressere ansvaret for de konkrete tiltakene til de lokale aktørene som faktisk har ansvar eller kan gjøre noe med det; enten det er ulike offentlige etater, frivillige lag og foreninger, lokale gårdeiere og næringsdrivende, private tjenesteytere eller institusjoner o.a.

Nærmiljøet blir viktigere når man blir eldre

Fysiske, sosiale og kulturelle steds-kvaliteter i nærheten der man bor blir viktigere når man blir pensjonist. Mange tilbringer mer tid i nærmiljøet når man ikke lenger er i jobb. Når man ikke lenger kan kjøre bil betyr den nære aksjonsradiusen mer. Hvilke kvaliteter og muligheter som finnes der har betydning for så vel fysisk som mental helse og trivsel. Selv om eldre mennesker er like forskjellige som de som er i 20-årene eller 40-årene, så er det noen *aldersbestemte faktorer* som gjør dem likere på tvers av personlige eller individuelle forskjeller. Blir man gammel nok vil de fleste oppleve sviktende helse og rørlighet, aksjonsradiusen blir mindre og kretsen av venner og jevnaldrende i familien tappes etter hvert. Behovet for helsehjelp og tjenester deles med andre i tilsvarende situasjon uansett hvem du er når det kommer til bakgrunn, sosioøkonomisk status eller personlighet. Men også likhetstrekk knyttet til stedet eldre bor bidrar til en form for fellesskap og samhörighet rundt fortid, nåtid og fremtid.

Seniorene deler lokale og stedsbaserte

- minner gjennom mange års botid i samme lokalsamfunn
- nåsituasjon med steds-kvaliteter og nærmiljøet som sosial arena
- betingelser og rammer for fremtidig alderdom

Medvirkning er demokrati og medborgerskap

Mange tenker kanskje at mye kunnskap om så vel eldre som lokale forhold finnes blant lokale aktører, enten det er folk som jobber i helse- og omsorgstjenesten, ildsjeler i foreningslivet eller lokale politikere som ha bodd lenge på stedet. Men først når vi spør dem det gjelder og samler deres kunnskap, erfaring og innsikt kan vi være sikre på at stedsspesifikke behov avdekkes og at innsatser blir treffsikre. Dette dreier seg også om medborgerskap og at ulike grupper i befolkningen involveres i by- og stedsutvikling. I mange år har det vært drevet metodeutvikling for medvirkning blant innbyggere eller blant spesielle grupper som barn, ungdom og innvandrere. Dette er koblet til så vel demokratiske rettigheter som demokratisering av planprosesser eller lokalsamfunnsutvikling.

Oppsummert:

Nærmiljøperspektiv. Nærmiljøets betydning øker betraktelig når man blir pensjonist. Pensjonister tilbringer mer tid i nærmiljøet, er ofte hver dag ute på turer, for sosiale treff

eller ærend og tjenester og de blir mer avhengig av hvilke kvaliteter og muligheter som finnes der. Gangavstand til mulighetene blir viktigere. Stedskvaliteter har betydning for folkehelsen for alle aldersgrupper, men blir spesielt viktig for eldre.

Kunnskapen og behovene knyttet til konkrete steder i lokalsamfunnet. Selv om det generelt finnes mye kunnskap om eldre og aldersvennlige lokalsamfunn blir det en type operasjonalisering og forpliktelse når dette knyttes til spesifikke steder. Da vil det automatisk bli et mer handlingsorientert budskap; lokale aktører kan ta ansvar for at konkrete kvaliteter sikres, at negative forhold endres eller at det gjøres noe med mangler og udekkede viktige behov.

Trefferikhet. Den lokale politikktutforming for eldre får et bedre kunnskaps- og beslutningsgrunnlag når den baseres på Eldres egne fortellinger, kartlegginger og registreringer. Eldrepolitikken lokalt kan bli mer trefferik.

Medborgerskap og demokrati. Et aldersvennlig lokalsamfunn er også et lokalsamfunn der Eldres erfaringer, synspunkter og behov blir etterspurt, - og verdsatt! Vi har fått mange tilbakemeldinger fra eldre som har deltatt om at de synes dette er bra og meningsfullt. Seniormedvirkning bidrar til å styrke lokaldemokratiet.

3 Hvilke stedskvaliteter er viktig?

3.1 Stedskvaliteter fordelt på tre hovedtemaer

Motivasjonen for å involvere eldre selv i dette arbeidet er jo at kunnskapsgrunnlaget for aldersvennlige lokalsamfunn skal bli bedre. Vi har valgt tre hovedtema som kan defineres som stedskvaliteter som har betydning for så vel fysisk som psykisk helse og velvære som mestringen ved å kunne klare seg mest mulig selv. Selvstendighet og funksjonell uavhengighet for den enkelte fremhever mange som spesielt viktig for dem.

Medvirkningen bidrar til å fremskaffe kunnskap om seniorennes egne erfaringer og opplevelser, synspunkter og behov knyttet til konkrete lokale forhold for tre hovedtema:

Fysiske omgivelser og uteområder; er slike ting som bygninger, uterom, plasser, torg, veier, gangveier, trappeløp, parker, naturområder, grønne lunger o.l.

Sosiale møteplasser og kulturtilbud/aktiviteter: er slike ting som eldresenter, frivilligsentral, eldredans, sanitetsforening, turlag, trimaktiviteter, kaféer, bibliotek, kirke, kulturaktiviteter- og arrangementer, frivillige lag og foreningsvirksomhet o.l.

Tilbud og tjenester; offentlige og private praktiske ting som lege, tannlege, fysioterapi, verksteder, offentlig og privat service, hjelpemiddelsentral, apotek, butikker, serveringssteder, offentlig informasjon o.l.

De eldre bekrefter at dette er helt sentrale forhold når det gjelder kvaliteter knyttet til nærmiljø og lokalsamfunn. Noe av det aller viktigste er at kunnskapen er *lokal og stedfestet*, det vil si at det er akkurat *det* området, *den* parken, *den* strekningen, *det* kulturtilbudet, *den* sosiale møteplassen, *det* tilbudet det dreier seg om. Konkret spørres det etter både positive og negative sider ved hvert av de tre hovedtema:

3.2 Positive og negative opplevelser av stedskvaliteter

Vi ba de de eldre om å vurdere de tre hovedgruppene av stedskvaliteter (i) fysiske omgivelser og uteområder, (ii) sosiale møteplasser og kulturtilbud/aktiviteter, (iii) tilbud og tjenester ut fra følgende kriterier:

Pluss: Hva er positive kvaliteter som må tas vare på så de ikke forsvinner eller forringes?

Minus: Hva er negative ting som det er viktig å få gjort noe med? Noe som reduserer kvaliteten på deres hverdag?

Mangler: Er det noe som mangler som det er behov for?

Dette gir oss en enkel matrise (se under); et bilde av stedskvaliteter for eldre innbyggere. I formidlinger og drøftinger ble det klart at denne matrisen like gjerne kan anvendes for å kartlegge stedskvaliteter *for andre aldersgrupper eller innbyggergrupper*. Det som vil variere er da hva som inngår i for eksempel kategorien sosiale møteplasser og kulturelle aktiviteter og tilbud. Spør man ungdom vil innholdet preges av den livsfasen de er i. Men noen stedskvaliteter vil være sammenfallende, det vil si at de er viktige for alle, mens andre er spesifikke for enkeltgrupper.

Figur 3.1: Tre grupper stedskvaliteter med tre type vurderinger

| | Pluss/ positive forhold | Minus/ negative forhold | Mangler/ behov |
|---|----------------------------|----------------------------|-------------------|
| Fysiske omgivelser og uteområder | | | |
| Sosiale møteplasser og kulturtilbud/aktiviteter | | | |
| Tilbud og tjenester: praktiske og helsemessige | | | |

Det er kanskje de fysiske, sosiale og kulturelle stedskvalitetene som er viktigst i et folkehelseperspektiv. Men for eldre er praktiske tilbud og tjenester også viktige, enten det er helsetjenester eller andre typer tilbud, service og tjenester. Hovedgrunnen til dette er at dette ikke bare dreier seg om rent praktiske forhold, men om hvordan de klarer seg på egen hånd der de bor, i hvilken grad de kan være selvstendige og mestrer hverdagsgjøremål. Dette henger nært sammen med mestring og verdighet og dermed mental helse.



Stedsvandring langs Akerselva ut fra Seniorsenteret. Sagene bydel i Oslo.

4 Valg av medvirkningsopplegg og -metoder

Dette pilotprosjektet har gitt verdifulle erfaringer om praktisk metodeopplegg og fordeler og ulemper ved å ta i bruk ulike verktøy. Resultatene presenteres her som inspirasjon, råd og veiledning til kommuner som vil involvere seniorene i sitt arbeid med å utforme aldersvennlige lokalsamfunn.

Leserveiledning om innholdet i kapitlene:

- **Forarbeid og planlegging:** å velge omfang og metoder ut fra kapasitet, hva/hvem man vil vite mer om og å organisere og mobilisere til deltakelse.(kap.4)
- **Utforming av opplegg og erfaringer med ulike medvirkningsmetoder:** spørreskjema, intervjusamtaler, stedsvandring og dialogverksted (kap.5)
- **Kvalitative metoderåd** om intervjusamtaler, spørremåter, bearbeiding av materialet, analytiske råd og noen etiske hensyn (kap.6)
- **Eksempler på stedskvaliteter** som fremmer verdier og livskvalitet (kap.7)
- **Strategiske råd om å ta materialet videre** og adressere ansvaret, samt eldrerådenes strategiske rolle i utforming av aldersvennlige lokalsamfunn (kap.8)

Spesielt om utprøving av medvirkning med to nye grupper:

- **De eldste eldre:** medvirkningsopplegg og konkrete råd (kap.9)
- **Eldre med minoritetsbakgrunn:** medvirkningsopplegg og konkrete råd (kap.10)

Avslutning

- **Politikk for aldersvennlig samfunn,** kort om nasjonal policy (kap.11)

4.1 Metodevalg og vurdering av omfang

Når kommuner skal involvere seniorene i medvirkningsprosesser med sikte på å skape aldersvennlige lokalsamfunn så er de første spørsmålene som dukker opp disse:

- Hvor omfattende opplegg skal vi ha?
- Hvilke grupper av eldre skal vi involvere?
- Hvilke metoder er mest hensiktsmessige for oss?

Før de finner svarene er det viktig med et tilleggsspørsmål som avgjør det hele:

- Hvor stor kapasitet har vi til å arbeide med dette?

Hvor stor kapasitet har vi til å arbeide med dette? Kommunens valg knyttet til opplegg og metoder/verktøy vil måtte ta hensyn til hvor stor kapasitet de har:

- Hvor stor kapasitet har vi til å tilrettelegge, gjennomføre, bearbeide og formidle?
- Hva er mest tidkrevende?
- Hvor stort geografisk område vil vi dekke: ett eller flere lokalsamfunn i kommunen?
- Skal vi dekke ett geografisk område og så ta andre (etter tur) siden?
- Skal vi involvere både de funksjonsfriske eller også de eldste med hjelpebehov? Hvilke metoder passer hvilke grupper?

- Skal vi starte med én metode (for eksempel spørreskjema) og så supplere/bygge videre med en annen metode senere (for eksempel stedsvandring?)

Medvirkningsprosesser kommer gjerne i tillegg til annet pågående arbeid og løpende oppgaver. Testkommunene erfarte at det er tidkrevende å gjennomføre dersom man involverer veldig mange eldre, både med datainnsamling/registreringsopplegg og med bearbeiding av materialet de fikk inn. Spesielt krevende ble det der de satset på spørreundersøkelse (spørreskjema) til et stort antall eldre i hele kommunen. «*Om man får flere hundre, hvordan kan man da ta vare på dette på en måte som gir respekt for de som har bidratt?*», spør en av kommunene. Dessuten: med åpne spørsmål, dvs. at deltakerne skriver inn svar med egne ord, får man et svært omfattende kvalitativt materiale. Det er langt fra det samme som å kjøre nettbasert spørreskjemaundersøkelse (for eksempel quest-back) med faste svar for avkrysning der bearbeiding skjer med noen tastetrykk. En løsning vil være å gjennomføre smågruppeintervjuer der en fasilitator noterer ned seniorennes svar i *ett skjema*, da forenkles bearbeidingen betraktelig. En stedsvandring ute i sentrumsområdet av småbyen eller tettstedet et par ganger krever ikke mye, men gir ganske mye nyttig informasjon. Det er *bedre å gjøre litt* enn å utsette det hele til man en gang i fremtiden håper man får kapasitet til å gjennomføre et større opplegg med flere metoder og mange eldre informanter!

Det er viktig å vurdere kapasiteten, og i forlengelsen av det: vurdere avgrensninger og/eller vurdere om medvirkningen skal skje litt over langs slik at man sprer innsatsen. Det går for eksempel an å ta noen geografiske områder, én gruppe eldre eller ett tema ad gangen, for eksempel transport og skyss eller uteområder og turmuligheter i nærmiljøet.

4.2 Hvem skal involveres med hvilke metoder?

Variasjonene ligger for det første i *funksjonsnivå*. De eldste eldre – eller syke/med funksjonsnedsettelse - vil i mange tilfelle ha vanskelig med å foreta stedsvandring ute i lokalsamfunnet, og det er heller ikke så relevant hvis det er områder de i liten grad bruker på egenhånd. Noen av disse eldste har gjerne vanskeligheter med å skrive inn i spørreskjema selv, men kan få hjelp av fasilitator som samtaler/intervjuer med utgangspunkt i tema/spørsmålene og skriver inn for den enkelte eldre eller for en liten gruppe eldre. Variasjonene ligger også i *kombinasjoner*, for eksempel at fasilitator blir med en liten gruppe eldre ut på vandring i nærmiljøet og samtaler/intervjuer om de konkrete stedene man kommer til samtidig med at man registrerer ting på kart eller i digital app. I neste kapittel om de enkelte metodene omtaler vi dette nærmere.

Vi møter ofte oppfatningen at det er nødvendig, eller ønskelig, å involvere «alle eldre» eller så mange som mulig. Dels grunner dette i en forestilling om at det må et stort antall informanter til for at undersøkelsen skal være *representativ*. I kvalitativ metodelitteratur er dette ofte behandlet som en misforståelse. Det man gjerne er ute etter er jakten på «det typiske» for en gruppe og selv om mennesker er forskjellige har mange forskere erfart at når man har gjennomført personlige intervjuer med 20-25 personer så begynner svarene «å gjenta seg», dvs. det kommer da sjelden helt nye type erfaringer, synspunkter, behov eller forslag til tiltak. Men det som da er viktig å tenke på er om det er ønskelig med *flere grupper* som deler bestemte kjennetegn, for eksempel om man ønsker å ha med *stemmene* til:

- Eldre i ulike aldersgrupper, - 25-30 år kan skille de yngste og eldste
- Eldre med ulikt funksjonsnivå, - fra de friske, oppegående til de svakere
- Eldre som bor ulike steder i kommunen, - dvs. fokus på ulike lokalsamfunn
- Mannlige og kvinnelige seniorer
- Etnisk norsk og eldre med minoritetsbakgrunn

Metodevalg avhenger også av problemstilling og hva man ønsker informasjon og kunnskap om i den enkelte kommune, det vil si at hensiktsmessighet og relevans legger føringer på valgene. Seniortråkk med utendørs stedsvandring med registreringer egner seg for eksempel til problemstillinger om fysiske forhold og uteområder.

Er det én ting denne utprøvingen har lært oss så er det at seniorene er en svært heterogen gruppe der alder alene ikke er avgjørende, verken for hvilke medvirkningsmetoder som er egnet eller for hvilke forhold og kvaliteter i lokalsamfunnet som er viktig for den enkelte. "*Alder er én ting, funksjonsnivå noe annet*", som en sa. Fysisk svekkelse gjør behovet for hjelp større og innskrenker så vel aksjonsradiusen som aktivitetsspekteret. Kognitiv svekkelse har ofte lignende konsekvenser, i tillegg til at det da er visse metoder og verktøy som ikke er egnet.

Identiteten er gjerne knyttet vel så mye til funksjonsnivå som alder. «*Vi og de eldre*» er et uttrykk som gjerne går igjen blant de relativt funksjonsfriske: de ser ikke seg selv som eldre, men som godt voksne. Eldre er noen andre, enten de som er mye eldre i alder eller som er svekket fysisk og mentalt. Dette fører for eksempel til at en del ikke benytter seg av seniorsentrenes tilbud fordi de anser seg som utenfor målgruppen; tilbudet er til «de eldre».

På tross av dette: alle testkommunene/bydelene erfarte at deltakerne synes det har vært viktig og meningsfylt å delta i dette opplegget, som en sier det: «*De fleste synes det er flott å være med og takker for dette*». En annen forteller om en dame på 86 år som har vært på alt de har gjennomført og som sa «*Jeg kunne vært på et (annet) arrangement nå, men dette er mye viktigere*».

4.3 Organisering, tilrettelegging og mobilisering

De *metodiske* valgene er nært forbundet med *praktiske* sider ved gjennomføringen. Seniorene kan mobiliseres og nås via ulike arenaer eller kanaler; som seniorsentre, frivilligsentraler, foreninger, åpen invitasjon på biblioteket, i kirken eller kulturhuset, via lokalavisen eller via elderrådet i kommunen. Lokale forutsetninger vil selvsagt variere. Fordelen når kommuner selv gjennomfører medvirkningsopplegg er at de ansatte kan spille på sine eksisterende nettverk i administrasjonen, at de har kontaktpunkter som er viktige for å rekruttere eldre, eller at noen har roller som seniorrådgiver og god kontakt med seniorsentre, institusjoner og relevante lag og foreninger i lokalsamfunnet. De kjenner folk og da er det enklere å etablere samarbeid om medvirkningen. De kjenner også målgruppen og treffstedene som finnes lokalt. Det er også enklere for de lokale fagfolkene å få kontakt med elderrådet og trekke dem med i arbeidet.

Seniorsentre har flere steder hjulpet til med å rekruttering; der er det mange aktivitetsgrupper og lett å få kontakt med potensielle deltakere. Ett sted informerte de om opplegget rett i etterkant av et foredrag; for på foredragene om kultur og samfunnsspørsmål kommer det mange, også de som ellers ikke, eller i liten grad, bruker seniorsentrene. Mange har pekt på nettopp dette: «*De fleste som bruker sentrene er over 80 år*», sies det i flere av kommunene, og de sier de yngste seniorene ikke identifiserer seg med slike møtesteder og ikke er interessert i dem som brukere. Da er det lurt å bruke frivillige lag og foreninger, kulturinstitusjoner som bibliotek, kirker og menigheter, eller rett og slett oppsøke treffsteder på kaféer og kjøpesentre. Eller som en sier: «*Vi treffer de yngre seniorene som besteforeldre på ulike barneaktiviteter*». Et annet sted fulgte de hverdagsmestringsteamet og gikk hjem til eldre som deltok der, etter først å ha spurt om de fikk komme. Et tredje sted besøkte de et bokollektiv for eldre der de kunne gjennomføre samtaler. I en bygdekommune var det naturlig å bruke lag og foreninger som pensjonistforeningen, en turgruppe for menn i et av idrettslagene og lokallaget av

LHL som har 400 medlemmer. Denne kommunen brukte dessuten den årlige senioruka til å kjøre seniorverksted der foreløpige resultater ble presentert og diskutert.

Generelt var testkommunene enige om at det er en fordel å bruke *arenaer som er kjente* for de eldre, da føler de seg mer komfortable og tørr å ytre seg mer enn de for eksempel vil gjøre på åpne folkemøter o.l. Dessuten hadde flere av dem gode erfaringer med oppsøkende og utegående metoder for å nå eldre der de vanligvis oppholder seg.

Informasjon i forkant er like viktig og en kritisk faktor, her som i medvirkning for andre grupper innbyggere. Noen helt klare erfaringer er knyttet til dette:

- Starte planlegging og informasjon i god tid på forhånd! Dersom man skal bruke seniorsentre så har disse ofte lagt opp program for mange uker fremover. Men det kan selvsagt være mulig å få innpass utenom faste og vekslende programposter
- Skriftlig informasjon på plansjer/informasjonsark med invitasjon til deltakelse i medvirkning kan henges opp forskjellige steder eller distribueres i papir/digitalt via etablerte kanaler i kommunen, lokale medier, informasjonsblad eller foreningslivet
- Gjentatte muntlige invitasjoner sier flere er bra for rekruttering. Man bør også sørge for at noen personer med gode nettverk og posisjoner fremsnakker medvirkningen
- Mobilisering avhenger av konkret og motiverende informasjon: hva dreier dette seg om, hvorfor er det viktig og hva skal det brukes til? Se et eksempel på informasjonsskriv vi laget til medvirkningen på Østerås i Bærum i vedlegg bakerst

Når kommuner selv gjennomfører seniormedvirkning er det ifølge testkommunene lettere å «ta det tilbake», dvs. de kan nyttiggjøre seg den nye kunnskapen videre inn i det kommunale systemet og ta ansvar for oppfølging. «*Det er viktig at de som har ansvaret for å gjøre noe er dem som spør og får innspillene*», ble det sagt. De fortalte også om at deltakerne da følte at de ble tatt på alvor og det «*å kunne rapportere til ordføreren*», som det ble sagt som en spøk, hadde en alvorlig undertone som skapte engasjement og forventninger. Kommuneansatte som deltar i medvirkningen kan dessuten lettere korrigere og gi relevant informasjon om hva som foregår i kommunen, hvor spesielle saker står, faktaopplysninger som har betydning etc. Dermed kan de også drive forventningsavklaring og korrigere for misforståelser eller feiloppfatninger.

5 Hvordan gjennomføre medvirkning?

Metodene og verktøyene for medvirkning er allmenne, dvs. at de like gjerne kan benyttes for andre aldersgrupper eller innbyggere generelt. Det er svarene og selve innholdet materialet gir som vil variere og som her rommer aldersbestemte situasjonsbeskrivelser og behov for seniorer i et lokalsamfunn.

5.1 Kombinasjonsmuligheter med ulike verktøy

Ulike metoder gir ulike uttryksmuligheter

Det er mange måter å bruke seniorene som en ressurs i lokalsamfunnsutvikling, - mange måter å sørge for at deres ulike stemmer kommer frem og lyttes til. Det er forskjell på eldre når det gjelder hvilke uttryksmåter de foretrekker, selvsagt etter alder og funksjonsnivå, men også etter mer individuelle preferanser. Noen vil kanskje synes det er fint å kunne sitte hjemme i ro og mak og tenke gjennom hva de skal skrive inn som svar i et spørreskjema, mens andre helst vil besvare det «der og da» og med mulighet for å spørre dersom de lurer på noe. Noen synes det er fint å få anledning til å skrive ned med egne ord sine erfaringer og synspunkter, andre vil helst fortelle om dette muntlig, mens noen vil sette pris på en kombinasjon av det skriftlige og det muntlige. Noen foretrekker individuelle 1:1-samtaler, mens andre liker godt intervjusamtaler i smågrupper. Stedsvandring ute i nærmiljøet synes noen er veldig fint, mens andre kvier seg litt, kanskje fordi de er dårlig til bens eller lett blir svimle. Bruk av digital app til å registrere ting mens man går rundt utendørs appellerer til enkelte, mens andre helst bare vil fortelle mens man går, eventuelt merke av viktige steder og forhold på et papirkart.

Vi har prøvd ut alle disse metodene og uttryksmåtene. Det er mange *kombinasjonsmuligheter rundt de tre kjernemetodene* spørreskjema, intervjusamtaler og stedsvandring. Kommunen kan velge hvordan de konkret vil tilpasse metodene til hvilke type deltakere de skal involvere (som de yngste friskere eller de eldste) og til hvilken kapasitet de har til å gjennomføre medvirkningen og bearbeide materialet. I dette kapitlet beskriver vi kjernemetodene (se oversikt neste side).

Uansett hvilke metodeverktøy vi brukte tok vi utgangspunkt i de tre temaene (i) fysiske omgivelser og uteområder, (ii) sosiale møteplasser og kulturtilbud/aktiviteter og (iii) tilbud og tjenester og vurdering av tre forhold: positivt, negativt og mangler som spørreskjemaet var bygd opp rundt.

Seniortråkk i form av stedsvandring dreide seg naturlig nok noe mer om fysiske omgivelser og uteområder, selv om det også her var en god del om sosiale møteplasser. *I praksis glir en del tema ofte over i hverandre*; for eksempel det fysiske uteområder som turområder i nærmiljøet også kan være sosiale møteplasser; steder der man går tur sammen eller møter på kjente. Det samme gjelder torgplasser og uterom; de er også sosiale treffsteder og tilbyr en sosial atmosfære rett og slett fordi det er en del folk der. Eller edt foregår kulturarrangementer der. På den annen side vil deltakelse i sosiale og kulturelle tilbud som for eksempel bibliotek, arrangementer eller seniorsenter for en del eldre være avhengig av fysisk tilgjengelighet og transportmuligheter. For bruk av offentlige og private servicetilbud gjelder tilsvarende fysiske forhold. Det samme kan sies om så konkrete fysiske ting som benker og rekkverk. Selv om man skulle velge å gi ett av de tre hovedtema spesiell oppmerksomhet, for eksempel fysiske omgivelser og uteområder, så bør man altså sørge for *samtidig* og ha med visse aspekter av de to andre temaene.

Figur 5.1: Oversikt over medvirkningsmetoder

| Medvirkningsmetoder |
|--|
| Spørreskjema |
| Deltakerne fyller selv ut/skriver med egne ord <ul style="list-style-type: none">➤ der og da på samlingen, kan samtidig få veiledning➤ hjemme, skjemaet sendes ut/deles ut |
| Intervjuer/samtaler |
| Fasilitator bruker spørreskjema som intervjuguide og skriver inn svarene <ul style="list-style-type: none">➤ Individuelle intervjusamtaler➤ Smågruppesamtaler |
| Stedsvandringer |
| Registreringer med digital app: kartfesting, foto, korte tekster Registreringer på tradisjonelt vis med kart, evt. foto, notater <ul style="list-style-type: none">➤ fasilitator går sammen med seniorer➤ seniorer går alene, gjerne i liten gruppe/samtaler |
| Dialogverksted og ettermøte |
| Presentasjoner av foreløpige funn til deltakerne Drøftinger og samtaler for å bekrefte, korrigere eller supplere materialet, samt drøfte forslag til tiltak og behov som flere synes er viktige å formidle videre <ul style="list-style-type: none">➤ i smågrupper➤ i plenum Ettermøte med ansatte på seniorsenteret eller kommunen, eller medlemmer av eldrerådet o.a. (rett i etterkant med de som har vært tilstede på dialogverkstedet) |

5.2 Spørreskjema og intervjusamtaler om de tre hovedtema

Det enkle spørreskjemaet har fungert godt og er nå noe revidert etter første utprøving i fase 1. Dette er basisen for den kunnskap og informasjon som medvirkningen gir.

Figur 5.2: Spørreskjema med tre hovedtema og tre forhold deltakerne

-
1. **Fysiske omgivelser og uteområder** (Bygninger, uterom, torg, plasser, veger, gangveger, naturområder, grønne lunger etc.)
 - a. Hva er positive kvaliteter som må tas vare på så de ikke forsvinner eller forringes?
 - b. Hva er negative ting som det er viktig å få gjort noe med? Noe som reduserer kvaliteten på Eldres hverdag?
 - c. Hva er mangler som det er behov for?

 2. **Sosiale møteplasser og kulturtilbud/aktiviteter** (innendørs som Eldresenter, frivilligsentraler, Eldredans, sanitetsforening, turlaget, trimmen, kaféer, bibliotek, kirke, kulturaktiviteter- og arrangementer o.l.)
 - a. Hva er positive kvaliteter som må tas vare på så de ikke forsvinner eller forringes?
 - b. Hva er negative ting som det er viktig å få gjort noe med? Noe som reduserer kvaliteten på Eldres hverdag?
 - c. Hva er mangler som det er behov for?

 3. **Tilbud og tjenester** (lege, tannlege, fysioterapi, verksteder, offentlig og privat service, hjelpemiddelsentral, apotek, butikker, offentlig informasjon o.l.)
 - a. Hva er positive kvaliteter som må tas vare på så de ikke forsvinner eller forringes?
 - b. Hva er negative ting som det er viktig å få gjort noe med? Noe som reduserer kvaliteten på Eldres hverdag?
 - c. Hva er mangler som det er behov for?

Tilslutt et åpent spørsmål: Er det andre ting du vil si din mening om som du synes er viktig for at Eldre skal trives og ha en god hverdag her i dette lokalmiljøet?

.....

Testkommunene var særlig positive til at spørreskjemaet kan brukes på litt forskjellige måter. Men man får inn noenlunde samme type materiale, enten deltakerne selv skriver inn sine svar eller fasilitator bruker spørreskjemaet som en intervjuguide og skriver inn svarene som de Eldre muntlig kommer med. Dette siste kan være både som 1:1 samtaler eller som små gruppesamtaler. I begge tilfelle er det lagt opp til såkalte *åpne spørsmål*, dvs. at det ikke er faste svaralternativer som skal velges/krysses av for. De Eldre svarer med sine egne ord og formuleringer. Dette er en klar fordel både fordi det gir bedre muligheter for å uttrykke spesifikt hva man mener og fordi man da får inn ting man ikke hadde tenkt ut på forhånd, materialet blir «tykkere» og sitater kan fortelle mer. Likeså viktig: man kan gi konkrete stedsangivelser.

Individuelle besvarelser med veiledningsmulighet. Flere av testkommunene hadde i likhet med oss gode erfaringer med at seniorene selv fylte ut spørreskjema under et arrangement der man først kan gjennomgå skjemaet/opplegget og motivere deltakerne, og at de så fyller ut mens ansvarlig fasilitator(er) er til stede og kan veilede dem og svare på spørsmål underveis. Det trykker situasjonen ved at det er mulig å få veiledning og det er dessuten motiverende når flere som er på stedet (på seniorsenteret eller i foreningen) gjør det samme.



Intervjusamtaler med utgangspunkt i spørreskjemaet. Flere steder ble skjemaet brukt som en intervjuguide eller utgangspunkt for samtaler med seniorene, som oftest i smågrupper fra 3 -6 personer. Slike smågruppesamtaler som en form for fokusgruppeintervju har den fordelen at man får samlet dataene fra flere personer i ett skjema, noe som letter bearbeidingen (mer om bearbeiding i kap. 6.4 og 6.5). Det forekom også individuelle opplegg, dvs. 1:1-samtaler. I begge tilfelle er det intervjueren som fyller ut skjemaet. Dette fungerte bra i både testkommuner og da vi selv prøvde det ut i den første fasen. Denne formen for intervjusamtaler er ett av flere verktøy som gir deltakerne mulighet for en muntlig uttrykksmåte. Noen enkle og grunnleggende råd om hvordan stille spørsmål og utdypingsspørsmål i slike

Spørreskjema besvares. Østerås i Bærum intervjusamtaler skriver vi om i kap 6.2

Individuelle besvarelser på egenhånd (hjemmefra). Dette ble prøvd ut av noen testkommuner. Erfaringene varierte. Ett sted ble spørreskjema levert ut/sendt ut uten muntlig oppfølging. Dette gav liten respons. Samme erfaring hadde man med å legge igjen skjemaet på ulike arenaer. De som først samtalte litt rundt opplegget og så fikk med skjemaet hjem var mer tilbøyelig til å besvare det. Å sende ut spørreskjema via lag og foreninger fungerte veldig bra i én av kommunene. Samtidig rapporterte én at utsending på mail fungerte bra mhp. respons og utfylling, men dette gjaldt bare en håndfull eldre. Om det vil gjelde i sin alminnelighet er altså vanskelig å si. Skal man lykkes med dette ser det ut til å være lurt å bruke etablerte foreninger som kanal og helst gi motiverende muntlig informasjon i forkant.

5.2.1 Oppsummert: erfaringer og anbefalinger for spørreskjema og intervjusamtaler

Erfaringer med praktisk metodeopplegg

Informanter som inviteres via frivilligsentraler, seniorsentre eller foreninger representerer i særlig grad funksjonsfriske og aktive eldre fordi det er de som er brukere/besøkende der. Disse kan langt på veg selv besvare spørreskjema eller deltar med letthet i muntlige intervjusamtaler. Men vi har også erfaringer med seniorsentre der de eldste og de med spesielle helseutfordringer deltok i samtaler basert på de samme tema som i spørreskjema, der vi måtte gjøre visse tilpasninger og der det var vi som noterte ned svarene (se kap. 9). For øvrig er det en del seniorer som ikke går på seniorsenteret fordi de mener dette er for «de eldre». De yngste eldre kan da treffes på andre steder som for eksempel frivilligsentral, bibliotek, eldretrim o.a.

Samlet er vår erfaring at det er viktig med motiverende og informativ innledning, pluss vår aktive tilstedeværelse under utfyllingen av skjemaet. Mulighet for råd og veiledning gir bedre besvarelser.

Spørreskjema fungerte fordi det kan brukes på forskjellige måter.

Skriftlige besvarelser gikk greit og vi fikk mye materiale, men detaljer og utfyllende fortellinger kom gjennom muntlige innspill og ytringer og i samtaler rundt utfylling i smågrupper blant de som ikke ville eller ønsket å skrive ned svarene selv. Å skrive passer ikke like godt for alle. Vi tror derfor at en metode med større vekt på det muntlige kan være det beste. Det er derfor en klar fordel at man *kombinerer* besvarelsene med muntlige fortellinger. Dette kan ivaretas gjennom samtaler i smågrupper og plenum på dialogverkstedet en stund etterpå (se under) der foreløpige funn og resultater legges frem og diskuteres, kommenteres og suppleres. Dessuten: en del foretrekker å uttrykke seg muntlig heller enn å skrive, og det er gode erfaringer med at spørreskjemaet brukes som en intervjuguide og fasilitator skriver inn svarene for deltakerne, slik som beskrevet ovenfor. Dette gjelder definitivt de eldste eldre og eldre med minoritetsbakgrunn.

Stedskvalitetene dekkes. Den viktigste erfaringen er at disse tre tematiske forholdene er noe av det mest sentrale for eldre når det gjelder aldersvennlige lokalsamfunn! Tilbakemeldingene fra deltakerne sier at dette er svært relevant og nettopp derfor meningsfylt å delta på. I den muntlige introduksjonen før de besvarer spørsmålene (eventuelt skriftlig dersom dette sendes ut/deles ut for at de skal besvare det hjemme) så bør de, der det er naturlig, oppfordres til å *begrunne hvorfor* noe er bra eller dårlig, dvs. forklare nærmere. På denne måten blir informasjonen «tykkere» og argumentasjonen for at noe skal bevares, eller endres, blir klarere. Enkelte av testkommunene mente det kanskje kunne være en idé å ta ett av hovedtemaene om gangen så man kan gå i dybden. Samtidig ser de at dette vil kreve mer tidsressurser. Erfaringen var også den at «*Med dette skjemaet fikk vi mye informasjon på relativt kort tid, og: det er bra å se det i sammenheng*».

Tre hovedtema. De tre temaene glir som nevnt litt over i hverandre, som at fysiske steder også fungerte som sosiale møteplasser. Men dette medførte imidlertid små problemer. Som vist i spørreskjemaet (se foran) er det under de tre temaene angitt stikkord som eksempler på hva vi er ute etter mer konkret. Både vi og testkommunene har prøvd ut å angi *konkrete lokale eksempler* under hvert av temaene (i) fysiske omgivelser og uteområder, (ii) sosiale møteplasser og kulturtilbud/aktiviteter og (iii) tilbud og tjenester. En felles erfaring er at dette kan være bra fordi det hjelper deltakerne i gang ved at det gir assosiasjoner og de husker lettere steder og forhold som er relevante. På den annen side fortalte noen at deltakerne kunne henge seg opp i eksemplene som nevnes og at det ikke åpnet for å inkludere andre steder. Man kan være nøye med å presisere i introduksjonen at dette bare er *eksempler*, og hvis det er muntlige samtaler kan intervjueren *spørre* om andre steder.

Tre vurderinger: «pluss, minus og mangler». Når det gjelder de tre vurderingene «pluss, minus og mangler» har vi fått bekreftet hvor viktig det er også å inkludere positive forhold og kvaliteter og ikke bare spørre om hva som bør endres eller hva de synes mangler. I mange medvirkningsopplegg er det generelt en tendens til å legge hovedvekt på hva som savnes, forslag til nye tiltak eller hva som er negativt og bør endres. Det er en klar erfaring at det er svært viktig at også positive kvaliteter («pluss») registreres fordi disse lett kan tas som en selvfølge helt til de trues eller forsvinner. Først når de er truet blir man oppmerksom på dem, og da kan det være for sent. Kvalitetene kan forsvinne eller forringes ved nedskjæringer i budsjetter til offentlige tiltak, det kan være i form av redusert støtte til frivillige lag og foreninger, nedbygging og endring av fysiske omgivelser,

planer som gjør at private tjenesteleverandører flytter eller legger ned virksomheten o.a. Dessuten erfarte noen at oppmerksomhet om også positive stedskvaliteter bidro til at man unngikk for mye «sutring og klaging», deltakerne ble mer bevisste på hva som var bra og så verdien av å få formidlet dette fordi det var særlig viktig å ta vare på.

Ellers kan man gjerne slå sammen det som er negativt og det som mangler fordi dette ofte blandes sammen og fordi det gjør bearbeidingen etterpå mer overkommelig. Dessuten er dette samlet noe som bør være gjenstand for *endring* ved at noen ansvarlige foretar seg noe, enten det er offentlige eller private aktører.

5.3 Seniortråkk: stedsvandring i nærmiljøet

5.3.1 Fordeler med stedsvandring med registreringer og samtaler

Erfaringene med ulike former for stedsvandring ute i nærmiljøene er gode, av flere grunner. For det første fordi dette er en metode som kan kombineres med at man samtidig foretar registreringer av kvaliteter, mangler eller negative ting som bør endres. Dette kan seniorer gjøre alene eller i en liten gruppe og det kan være med eller uten deltakelse av en forsker/fasilitator i kommunen. Registreringer er gjort både digitalt ved hjelp av en app som er lastet ned (mer om dette under) og med avmerkinger på papirkart, enten det gjøres av seniorer selv eller den som følger. I tillegg er det skriftlige notater om de stedene som registreres. Disse blir gjerne litt kortere i formen enn det som fremkommer på spørreskjemaene, men på den annen side så er erfaringen at de blir mer konkrete med helt nøyaktige kartfestinger. Bilder fra konkrete steder og forhold blir en nyttig og verdifull del av materialet. Stedsvandring utendørs har noen klare *metodiske fordeler*:

- Det er lettere for deltakerne å huske og vise konkrete steder og forhold
- Det blir mer naturlige samtaler mens man går, særlig om man ikke kjenner hverandre fra før. Hvis det er sammen med en fasilitator/noen fra kommunen så «brytes isen»
- Om stedsvandring gjøres først så blir det enklere etterpå å samles om utfylling av spørreskjema eller om intervjusamtaler, både fordi man har vært på konkrete steder og fordi alle er blitt litt «varme i trøya».

Testkommunene- og bydelene har hatt ulike former for stedsvandring, særlig var dette en god metode for de litt yngre eldre som lett kunne gå utendørs og som derfor også gikk mye turer i nærmiljøet i det daglige. Både uteområder i *bomiljøer* og i *sentrumsområder* ble dekket, samt det vi kan kalle *nærfriluftsområder*. Fra spørreundersøkelsene er det klart dokumentert hvor viktige slike områder er! Det er fysiske stedskvaliteter som bidrar til helsemessige gevinster og trivsel, der det å bevege seg utendørs i frisk luft og få brukt kroppen ofte kombineres med det sosiale, enten de går tur sammen eller treffer på andre folk.

Stedsvandring er selvsagt i særlig grad egnet til å registrere fysiske omgivelser og uteområder. Samtidig blir det ofte snakk om hva som finnes eller savnes/er blitt borte av tjenester og tilbud. Eller hva som fungerer som sosiale møteplasser for hvem, utendørs så vel som innendørs i lokaliteter man går forbi.



Gågruppe på Åssiden i Drammen. DOGA sitt Folketråkk-prosjekt sammen med Drammen kommune og NIBR.

I alle testkommunene har de ansvarlige/fasilitator gått ute sammen med seniorer. Mange rapporterer om stort utbytte og at det kom mange innspill. Det å gå ute rundt omkring i området gir noen klare fordeler sammenlignet med det å sitte innendørs å kartfeste + skrive om det samme. Når man er der ute kommer de eldre på flere ting som bør formidles, både positive og negative forhold kan forklares bedre og det er særlig bra da at fasilitator og informanter kan samtale rundt det man ser og sanser. For sansningene blir først aktive utendørs: lyder og lukter, sol og skyggeopplevelser, trekkfulle steder og lune steder, støy og stillhet, ro og kaos, vakre omgivelser og stygge eller lite trivelige. Viktige stedsopplevelser som trygghet og utrygghet synliggjøres bedre når man går ute i områdene og kan fortelle om (kanskje brå) overganger mellom disse følelsesmessige opplevelsene knyttet til sted. Det kan romme flere dimensjoner, fra farlige/trygge trafikksituasjoner til mørke/opplyste gangveger eller sosialt trygge steder versus der man føler seg ukomfortabel eller i verste fall litt truet. Også andre forhold er lettere å fange inn gjennom stedsvandring, som at noen steder er lette å bevege seg på og noen er besværlige: det blir tydelig for alle hva dette dreier seg om.

Uansett hvilke verktøy som brukes sammen med stedsvandring, om det er digital app, papirkart, foto, egenrapporteringer eller notater; erfaringen er at det muntlige er vesentlig for å fange inn slike nyanser ved stedene som er beskrevet ovenfor. Samtalen og dialogen som verktøy er det som bidrar til tykke beskrivelser som kan føre til at offentlige og private beslutningstakere og planleggere får en grundigere forståelse for viktige steds kvaliteter for de aldersgruppene vi her snakker om.

5.3.2 Digitale registreringer med app er en effektiv metode

Vi har prøvet ut en app som lastes ned på smarttelefon eller nettbrett der man får eksakt stedfesting/ lokalisering ved at appen automatisk markerer med en rød nål hvor man befinner seg, så markerer man om noe er positivt eller negativt ved hjelp av tegn og ved å skrive det inn med ord/stikkord, og man kan ta foto eller video⁶. Fordelen er at dette, når det lagres, går direkte inn til de som gjennomfører medvirkningen og at

⁶ Vi har brukt appen «Experience fellow», selv om den ikke er spesielt utviklet for stedsmedvirkning. OsloMet jobber nå med å utvikle en ny app som er bedre tilpasset dette formålet

sammenstillingen av alle registreringene gjøres digitalt og svært enkelt så man uten mye bearbeiding får en oversikt over det hele. Dette er selvsagt tidsbesparende. For de eldre som gjennomførte dette, særlig de som gjorde det på egenhånd i dagene etterpå, var det særlig motiverende å vite at det var et «mottaksapparat»; at innspillene deres hadde en mottaker som bearbeidet materialet. Dessuten var tilbakemeldingen at kartappen var veldig intuitiv og grei å bruke. Det var for øvrig viktig for de eldre som gjorde dette på egenhånd at de visste de kunne kontakte noen som eventuelt kunne gi dem oppfølging underveis, men det var tydeligvis ikke noe særlig behov for dette i praksis.

Denne metoden er utførlig beskrevet i den første rapporten, «Lytt til senioren!»⁷.

5.3.3 Oppsummert: erfaringer og anbefalinger om stedsvandring

Stedsvandring ute i nærmiljøet anbefales! Kunnskapen blir «tykkere» fordi man i større grad får fanget inn stedsopplevelser, stedsminner og sanseintrykk. Stedsvandring er særlig godt egnet for å vise fram fysiske steder, både kvaliteter og trekk ved det fysiske miljøet som trenger utbedringer. Sosiale møtesteder og tilgjengelighet til tilbud/tjenester registreres også og dette gir et bilde av de gode stedene som seniorenne verdsetter eller som er viktige for hverdagsfunksjonaliteten. Å vite at ansvarlige myndigheter tar imot innspillene og «tar dem videre» slik at noe kan skje, det er motiverende for deltakerne. Stedsvandring er generelt ikke særlig egnet for de aller eldste eller de med dårlig fysisk helse.

Digitale registreringer har noen fordeler. Registreringer med digital app har den styrken at tekst, bilder og video kobles sammen og stedfestes til kart og at dette skjer automatisk. Det effektiviserer databearbeiding, analyse og presentasjon av resultater. Dessuten blir det visuelt lett forståelig og bidrar til tydeliggjøring og slående eksempler. Digital informasjon med kartfesting er planleggings- «språk», noe som gjør at materialet lett kan tas i bruk av planleggere og andre som kan nyttiggjøre seg av kunnskapen. Seniorenne som brukte appen syntes den var veldig intuitiv og grei å bruke. Behovet for bistand var først og fremst knyttet til nedlasting av appen og en kort innføring i funksjonaliteten. Men denne digitale metoden passer ikke for alle. Metoden bør for øvrig suppleres med samtaler og muntlige bidrag for å styrke detaljerings- og presisjonsnivået på opplevelsen av stedene og gjøre informasjonen «tykkere».

Tradisjonelle befaringer og registreringer gir også god informasjon. De generelle fordelene med å gå ute i nærmiljøet i stedet for å sitte inne og fortelle/skrive om forholdene gjelder selvsagt for alle stedsvandring. Selv en minimumvariant som at man bruker en formiddag til befaringer sammen med eldre gir verdifull, konkret og stedfestet informasjon. Hvis man ikke bruker digital app for registreringene kan man foreta tradisjonell kartfesting på papirkart og ta bilder og notater. Men dette krever naturlig nok mer tid til bearbeiding enn hva digitale registreringer gjør. Eldre som ikke bruker smarttelefon/nettbrett kan gjennomføre stedsvandring sammen med fasilitator eller for eksempel med ungdommer. Andre prosjekter har vist at når unge og eldre gjør seniortrakk sammen, gir dette nye muligheter for læring og håndtering av teknologi.

⁷ Se kap. 3.4 i linken: [file:///C:/Users/Guri%20Mette/Downloads/Samarbeidsrapport%20NIBR-AFI%202017%20\(6\).pdf](file:///C:/Users/Guri%20Mette/Downloads/Samarbeidsrapport%20NIBR-AFI%202017%20(6).pdf)

5.4 Dialogverksteder

5.4.1 Formidling pluss ytterligere kunnskapsbygging

Vi har hatt gode erfaringer med å arrangere dialogverksteder. Dette er en metode som er spesielt godt egnet til å få bekreftet, supplert og korrigert materialet og til å få frem og drøfte forslag til tiltak og løsninger.

Kort tid etter at medvirkningsoppleggene er gjennomført har vi gjort en første bearbeiding av materialet og kommet tilbake for å presentere dette for senioren, gjerne både de som bidro og andre som er tilstede. Det viste seg å være verdifullt av flere årsaker. For det første ser de relativt raskt at det de bidro med er tatt videre og fremstår som et resultat. For det andre er dette en anledning for ytterligere kunnskapsinnhenting fordi vi har samtaler/dialoger og spør dem:

- Stemmer dette? Kjenner dere dere igjen? Er dere enige?
- Er det noe som bør korrigeres?
- Er det noe annet dere vil tilføye som ikke er kommet fram?
- Hva er bra/positivt som det er viktig å ta vare på eller styrke?
- Hva er negativt/mangelfullt som det er viktig å gjøre noe med?
- Har dere forslag til tiltak eller løsninger?

Dialogverkstedet kan gjennomføres som en kombinasjon av presentasjon av resultater i plenum, så drøfting i smågrupper og til slutt oppsummering i plenum. Vi har gode erfaringer med å ha korte gruppesamtaler om ett og ett tema (de tre) etterfulgt av en kort plenumssamtale. Det blir ryddigere enn om man tar alt på en gang, også fordi samtalene da konsentreres om ett hovedtema og blir mindre springende. Dessuten gir vekslingen med kortere seanser mer dynamikk og «puls» til samtalene.

Vi vil understreke betydningen av at representanter for eldrerådet og kommunens administrasjon er tilstede for å lytte og ikke minst: svare på spørsmål og avklare ting som kommer opp. Det at representanter fra «de ansvarlige» deltar gjør dialogverkstedet mer aktuelt og interessant for senioren. Det signaliserer at kommunen/bydelen tar seniormedvirkning på alvor og vil lytte til eldres situasjonsbeskrivelser, behov og forslag. Vi har dessuten gode erfaringer med å arrangere et **ettermøte** med disse personene som har vært tilstede. Det er også verdifullt om leder/ansatte ved den institusjonen der dette finner sted er med i et slikt ettermøte. Dette har foregått rett i etterkant av dialogverkstedet. Her har vi fått utdypet tema og forhold som er kommet opp og fått disse aktørenes tanker og refleksjoner knyttet til det de eldre har bidratt med.

5.4.2 Oppsummert: om erfaringer og anbefalinger om dialogverksted

Program for gjennomføring. Det er en fordel å dele opp verkstedet i tre tidsbolker for hvert av de tre temaene; (i) fysiske omgivelser og uteområder, (ii) sosiale møteplasser og kulturtilbud/aktiviteter og (iii) tjenester/tilbud. Hver tidsbolk kan da bestå av først en innledning med presentasjon av funn på dette tema, deretter korte gruppesekvenser der man diskuterer bekreftelser, korrigeringer, suppleringer og tiltak. Spørsmålene (se over) kan gjerne skrives ned og ligge på bordene som en påminnelse underveis. Deretter kan man ta en plenumsrunde på hvert tema. Det passer med en varighet på totalt 2 til 2 ½ time og det er fint å servere kaffe med tilbehør underveis for å gi hvilepauser og bidra til en god stemning.

Å få med alle i samtalene. Dialogverkstedet er en anledning for muntlige uttrykksmåter i form av samtaler, drøftinger og lufting av forslag. Slik sett passer det for alle, også de som ikke så lett skriver eller er med på stedsvandring. Men det er alltid en fare for at

enkelt personer dominerer både i taletid og med sine synspunkter. Erfaringen er at med en ekstern fasilitator blir de mer stillferdige stemmene inkludert og oppfordret til å bidra.

Å ta notater for å ivareta resultater. Dialogverkstedet er som sagt ikke bare presentasjon av funn, det er en anledning til å få frem ytterligere kunnskap i form av mer informasjon og flere synspunkter, samt rette opp mulige skjevheter i materialet. Ikke minst er det viktig å få deltakernes egne tanker om tiltak for å bevare kvaliteter eller endre på negative ting og mangler. Men dette må samles inn. Hvis det er smågrupper er det fint om det kan være en moderator i hver gruppe som bistår drøftingene og noterer ned det som kommer frem. Uansett er erfaringen at det er best at det er eldre selv som diskuterer og kommer med muntlige bidrag mens noen medhjelpere tar seg av skriftlige notater.



Dialogverksted på Frivilligsentralen på Skotterud, Eidskog kommune.

6 Kvalitative metoderåd

Våre medvirkningsopplegg er typisk kvalitative metoder, det vil si at man samler informasjon gjennom personlige intervjuer, smågruppesamtaler, befaringer med uformelle samtaler og bruker spørreskjema der informantene svarer på åpne spørsmål med sine egne ord. Metodene krever visse hensyn. Fra vår anvendte samfunnsforskning henter vi noen helt grunnleggende og enkle råd som vil være relevante når kommuner selv skal gjennomføre dette.

6.1 Fordeler med muntlige metoder: samtaler og intervjuing

Ovenfor har vi omtalt hvordan muntlige bidrag i form av samtaler og intervjuer kan være en naturlig del av ulike medvirkningsopplegg:

- Samtaler med utgangspunkt i at intervjuer fyller ut spørreskjema
- Samtaler under stedsvandring ute i nærmiljøet
- Samtaler på dialogverkstedet: som kommentarer, korrigeringer og suppleringer til presentasjon av foreløpige resultater

Etter mange utprøvinger er det grunn til å løfte frem hvor viktig det er med samtaler, åpne intervjuer og ulike former for muntlige dialoger med de eldre. De aller fleste deltakere i medvirkningsopplegg vil fungere som informanter når de tilbys muntlige metoder der de kan snakke i stedet for å skrive. Det er naturlige uttryksmåter, det stiller informantene friere, de kommer med mer informasjon, erfaringer og synspunkter og datamaterialet blir derfor tykkere og mer innholdsrikt.

Utfordringen blir selvsagt å bearbeide materialet på en måte som for det første ikke er for tidskrevende og for det andre kan systematiseres rimelig greit slik at resultatet er egnet til å tas videre til tiltak, planforankring eller annen ivaretagelse. Selv om det kan være interessant med en naturlig fortelling fra hverdagsliv i et lokalsamfunn så vil det være nyttig å ha noen *kategorier eller knagger*: noen tema eller perspektiver. Det kan være alt fra fysiske turområder eller transportforhold til hva som skaper trygghet/utrygghet til sosiale møteplasser eller ensomhet blant eldre kan være slike tematiske knagger. Dette er grunnen til at spørreskjemaet fungerer bra som en intervjuguide eller et utgangspunkt for samtaler; det har disse kategoriene.

Faglig sett dreier dette seg om å utforme *semistrukturerte samtaler/intervjuer*, det er åpne spørsmål der de kan svare med egne ord, i motsetning til strukturerte opplegg som avkrysning i et skjema med forhåndsdefinerte svar. Men det er faste/konkrete spørsmål med tydelige tema og forhold som skal vurderes. Fordelen med mer *åpne spørsmål* er at deltakerne kan fortelle om ting vi ikke har tenkt på å inkludere/spørre om på forhånd. Det skjedde for eksempel i vår første fase da seniorenne på eget initiativ tok opp ulike negative sider ved digitalisering, som at noen eldre vil gå glipp av informasjon om tilbud og tjenester av sosial og kulturell karakter i lokalsamfunnet og dermed kanskje bli mer sosialt isolerte enn nødvendig. Eller at utbredt bruk av velferdsteknologi i hjemmetjenester kan ha en tilsvarende utilsiktet negativ bieffekt.

I den motsatte enden finner vi de såkalt ustrukturerte oppleggene; der informantene på helt fritt grunnlag forteller om sin opplevelse av et sted. I våre metodeopplegg er det elementer av dette i samtaler som foregår samtidig med stedsvandring ute i nærmiljøet. Rådet må være å ha et seminstrukturert opplegg for samtaler/intervjuer, men sørge for en viss fleksibilitet og åpenhet for å fange inn informasjon om andre tema og perspektiver enn de man på forhånd hadde lagt opp til.

6.2 Metodiske råd om semistrukturerte intervjusamtaler

Når slike samtaler eller intervjuer foregår så har de jo en åpen form, også der man tar utgangspunkt i konkrete spørsmål slik man gjør om man bruker spørreskjema som en intervjuguide. For å skape en naturlig situasjon bør det få karakter av en samtale. Det er lett da å gå i noen fagmetodiske feller og det er noen allmenne faglige råd som gjelder også her:

Å stille spørsmål i en samtale

- Still så enkle spørsmål som mulig
- Still ett spørsmål ad gangen. Ikke to spørsmål i samme setning
- Pass på at spørsmålene eller formuleringen ikke er ledende mot gitte svar
- Vær også bevisst på farene for at du kommuniserer dine egne verdier eller preferanser gjennom måten du spør på
- Prøv å unngå ja/nei-spørsmål. Spør heller for eksempel «er det noe spesielt positivt ved de fysiske omgivelsene her som du synes er viktig å ta vare på»? Eller: «hva synes du er viktige sosiale møteplasser her?»

Å respondere på svarene i en samtale

- Still gjerne positive utdypingsspørsmål: forklar mer, fortell meg, utdyp!
- Be gjerne om forklaringer eller begrunnelser: «hvorfor mener du xxx?»
- Eventuelt gjenta svaret til informanten og spør om du har forstått det rett

- Det er informanten som skal snakke mest i denne type samtale. Vær derfor litt tilbakeholden med kommentarer til svarene, både med omfang og egne meninger
- Husk at du skal intervjuer, ikke diskutere
- Ikke rett på svarene (selv om du mener noe er feil)

6.3 Etiske hensyn og råd

Etiske refleksjoner og vurderinger hører også til kvalitative metoderåd. Det er særlig tre råd som er viktig her. I tillegg bør man ha vurdert om det er grunn til å innhente godkjenninger dersom noen seniorer kan identifiseres på tross av generell anonymitet.

Frivillighet. Det ene er at deltakelse skal være, og oppleves som, *frivillig*. Selv om man jo bør oppfordre til deltakelse og understreke hvorfor det er verdifullt, så er prinsippet om frivillighet helt grunnleggende. Dette bør understrekes eksplisitt og informeres om ved oppstart. For eksempel kan noen føle et visst press dersom deltakelse er knyttet til en annen aktivitet de er med på i en forening eller et seniorsenter der dette foregår. Da kan det kjennes litt sært å si nei. Dette etiske prinsippet innebærer også at deltakere kan trekke seg underveis dersom de ikke har lyst til å delta videre.

Anonymitet. Det andre rådet er at besvarelser håndteres og bearbeides anonymt, også i de tilfeller der det tilsynelatende ikke er spesielle grunner til anonymitet. Dette dreier seg om stedskvaliteter og hvilken betydning det har for eldre som bor og bruker et nærmiljø eller et sentrumsområde, og *ikke* om rent personlige behov for hjelp og støtte (selv om det selvsagt vil farge noen sine besvarelser eller utsagn). Anonymisering er et viktig prinsipp som forhindrer at man trår feil. Men det kan selvsagt gjøres unntak; som når eldre innbyggere i et konkret område ønsker å stå frem med behov eller forslag til tiltak.

Formidle tilbake til informantene. Det ligger dessuten en etisk dimensjon i det at vi tilbakefører resultater til de som bidratt; som når vi arrangerer dialogverksteder og formidler foreløpige resultater og drøfter med deltakerne hva som bør tas videre som forslag. Et neste skritt, når bearbeiding og analysering av materialet er gjennomført og kanskje fremkommer i en rapport, i en handlingsplan eller i et saksdokument, så er det viktig at de personer/miljøer som har bidratt får tilgang på dette.

Godkjenninger? Selv om materialet ikke handler om personlige/private forhold og sitater og besvarelser er anonymisert, kan det komme frem personopplysninger selv om man ikke har spurt om det. Intervjusamtaler har en inviterende form på den måten at vi som spør og «regisserer» samtalen er positivt interesserte i hva akkurat den eller de personene har å fortelle. Vi «borer» i svarene for å få tykkere informasjon. Det hender da at dette får informantene til å fortelle om private forhold. Det hender også vi opplever en situasjon der det er viktige private ting som ligger dem på hjertet og når det så kommer en lyttende intervjuer «benyttes anledningen» til å fortelle om dette. Da er det viktig ikke å registrere denne type informasjon. Når det lages spørreskjema bør man passe på å ikke be om slik informasjon. Dette gjelder for så vidt i alle innbyggermedvirkning. I våre medvirkningsprosesser fikk de lokale medarrangørene og de eldre selv skriftlig og muntlig informasjon før deltakelsen. Det ble understreket at dette dreier seg om å belyse forhold i lokalsamfunnet og at det var viktig å få frem eldres kunnskaper, erfaringer og synspunkter om dette, samt at materialet fra spørreundersøkelsen og intervjusamtaler ville bli anonymisert. Det er altså ikke benyttet personlige data i prosjektet. Er man i tvil kan man kontakte NSD: Norsk senter for forskningsdata (tidligere Norsk Samfunnsvitenskapelig datatjeneste) og følge deres retningslinjer.

6.4 Metodiske råd om bearbeiding av materialet

Valg av metoder for medvirkning gir som tidligere nevnt ulike krav til bearbeiding. Sitter man med en stor mengde spørreskjema som senioren selv har fylt ut er dette krevende å bearbeide, både faglig og tidsmessig. Men den grunnleggende strukturen som anbefales med tre tema og tre forhold, som både spørreskjema og samtaler kan basere seg på, vil i seg selv lette bearbeidingen. En første bearbeiding dreier seg om å *sortere materialet* i relevante kategorier. Det er da en klar fordel at *hovedkategoriene* styrer informasjonsinnhenting. Hadde man gått helt åpent ut og spurt om aldersvennlig lokalsamfunn ville bearbeidingen sannsynligvis blitt mye vanskeligere. Selv om man i en viss grad styrer informasjonen når man spør etter bestemte ting, så er erfaringen at de valgte kategoriene her er såpass vide at de egner seg for å fange inn et stort spekter av undertema.

Figur 6.1: Bearbeiding i kategorier følger det grunnleggende metodeopplegget

| | Pluss/ positive forhold | Minus/ negative forhold | Mangler/ behov |
|---|-------------------------|-------------------------|----------------|
| Fysiske omgivelser og uteområder | 1 | 2 | 3 |
| Sosiale møteplasser og kulturtilbud/aktiviteter | 4 | 5 | 6 |
| Tilbud og tjenester: praktiske og helsemessige | 7 | 8 | 9 |

Her ser vi 9 ulike kategorier. Er det handlingsplaner for aldersvennlig lokalsamfunn som er hensikten, vil alle 9 kategoriene være viktige; da får man et helhetlig bilde av det vi betegner som stedskvaliteter i et folkehelseperspektiv. Men man kan også velge ut ett tema som man er spesielt opptatt av, for eksempel om det er fysiske uteområder og omgivelser. Det kan for eksempel være at de lokale planmyndighetene er særlig opptatt av areal- og transportplanlegging eller sentrumsområdets fysiske og visuelle karakter fordi det skal opprustes med innsatser både fra offentlige og private aktører som gård- eller grunneiere.

En annen form for sortering kan være å kategorisere stedskvalitetene etter hva som er viktig, verdifullt eller negativt for *alle innbyggere* og hva som spesielt gjelder for *senioren*, eventuelt de hjemmeboende som har særskilte behov.

Bearbeiding som sortering kan altså foregå på ulike måter. Geografisk inndeling kan også være relevant sortering: hva som gjelder i det og det nærmiljøet for innbyggere som bor eller bruker det. Er det et geografisk avgrenset sentrumsområde vil det ha relevans for alle. Ved en geografisk sortering av materialet bør en ha aksjonsradius og tilgjengelighet i tankene. Et grøntområde eller friluftsområde kan være mer og mindre tilgjengelig avhengig av trafikkbelastning, trygge tilførselsårer og kollektivtransport.

En helt annen type bearbeiding kan være at man sorterer materialet og forslagene ut fra hvem som er rette vedkommende eller rette instans til å ivareta dette og som bør ha ansvar for at kunnskapen forvaltes og at konkrete forslag og behov følges opp.

Samlet kan man altså bearbeide materialet ved å sortere det i ulike kategorier:

- **Tematisk:** (i) fysiske uteområder og omgivelser, (ii) sosiale møteplasser og kulturtilbud- og aktiviteter, (iii) tilbud og tjenester

- **Allmenne og aldersspesifikke:** stedskvaliteter for (i) alle innbyggere, (ii) eldre (iii) de eldste eldre
- **Geografisk:** ulike nærmiljøer i kommunen eller sentrumsområde, avhengig av aksjonsradius og tilgjengelighet
- **Kjønn:** om det er spesielle ting kvinner og menn verdsetter eller etterlyser
- **Ansvarlige aktører:** hvem bør ivareta kunnskapen og følge opp de enkelte sakene

6.5 Analysere materialet nærmere

Bearbeidingen beskrevet ovenfor med å sortere materialet i spesifikke kategorier kan ses som et første trinn i en analyse av materialet. Men det kan være mye verdifull informasjon og kunnskap som kan fremkomme om man går litt mer i dybden eller klarer å se litt bakenfor de konkrete behovene og forslagene.

Å se etter det uventede så vel som det forventede

Et viktig råd er å ha en bevissthet på hvilke forventninger man har om svar knyttet til spesifikke tema; både å være åpen for det det *uventede*, det man kanskje ikke på forhånd ville tenkt kom frem, og det *ventede*, det man regner med informantene vil svare. Når de *ikke* svarer som forventet oppstår den interessante kategorien «fravær av», det vil si at man må tenke annerledes om et tema eller et forhold. I metodeboken «Historien om et kvalitativt forskningsprosjekt» tas det til orde for det å få øye på «tausheten»: «Det materialet *ikke* forteller, det er nemlig like viktig – ofte viktigere – å analysere enn det som blir sagt» (Widerberg 2001:127).

Å velge få tema og bringe inn nyanserte spørsmål

Det er ulike type «sorteringsmodeller» forskere anvender i kvalitative studier, ofte styrt av hvilke tema som er sentrale og hvilke mønstre som fremkommer om man sammenligner ulike grupper, for eksempel etter kjønn, alder eller bosted. Et godt råd er å ikke ha for mange temaer, men heller utdype noen hovedtema.

I vårt metodeopplegg med åpne spørsmål rundt tre hovedtema vil analyse av svarene dels avhenge av hva kommunen ønsker å få nærmere svar på, det vil si at man da kan analysere svarene ut fra visse under-spørsmål. For eksempel: Hva sier eller skriver seniorenne om *sosiale møteplasser og kulturtilbud/aktiviteter*? Hvilke tilbud, aktiviteter og møteplasser er det de omtaler? Hvem drives disse av? Hvor er de lokalisert, i hvilke offentlige og hvilke i private lokaler? Hvilke er gratis å komme til eller delta på og hva koster penger? Hvilke utendørs plasser, parker eller turområder fungerer også som sosiale møteplasser? Er slike fysiske steder også arena for kulturarrangementer som mange eldre deltar på? Er det noen klare mønstre i bruken ut fra kjønn, alder, etnisitet eller interesse? Tyder svarene på at det er noen tydelige barrierer for å bruke visse plasser?

Å identifisere avhengigheter og sammenhenger

Neste trinn kan være å identifisere noen vesentlige sammenhenger eller om noe er avhengig av noe annet. For å holde oss til den tematiske kategorien sosiale møteplasser og kulturtilbud/aktiviteter: Hvor lett tilgjengelige er de enkelte møteplassene, enten det gjelder universell utforming eller kollektivtransport? Er man avhengig av å kjøre for å komme dit? Hvilke møteplasser er åpne for alle innbyggere, og hvilke er man avhengig

av å være medlem for å kunne delta på? Både formelt eller uformelt medlemskap i en gruppe kan avgjøre om man har tilgang til en møteplass: etablerte sosiale fellesskap er bra for de som tilhører kretsen, men kan virke utestengende for andre. Da er man avhengig av å kjenne noen der for gradvis å få innpass.

Mange stedskvaliteter er sammensatte og noen ganger vil det nettopp være flere forhold eller elementer i samspill som bestemmer hvorvidt et sted oppleves som kvalitativt bra, eller det motsatte: dårlig. For eksempel kan en bibliotekfilial oppleves som et klart gode av seniorene både fordi det er et sted som (i) rommer litteratur, tidsskrifter og aviser; (ii) fordi det foregår kulturelle arrangementer der som er lærerike og trivelige å delta på; (iii) fordi arrangementene eller aviskroken samtidig fungerer som en sosial møteplass for kjente så vel som for folk som er fremmede for hverandre; (iv) fordi bibliotekfilialen er sentralt lokalisert nær der mange seniorer bor og ved kollektivtransport; (v) fordi den er åpen for alle innbyggere uavhengig av bakgrunn; og (vi) fordi dette er et sted som fungerer aldersintegrerende. Her ser vi både det *sammensatte* og *sammenhenger* mellom de ulike sidene ved et slikt tilbud.

Å være åpen for hva som ligger bakenfor det konkrete og faktiske

Om man prøver å se bakenfor konkrete forslag og ønsker, enten det gjelder trafikkforbedringer, benker ved turstier, tilgang på helsetjenester, elektrobutikker eller organiserte trimmuligheter: hva forteller dette om det å være eldre på dette stedet? Eller hva slags allmenn kunnskap og forståelse om det å være eldre gir det oss?

Vi har erfart at medvirkningen både viser sammenhenger mellom stedskvaliteter og folkehelse og gir en grunnforståelse om visse verdier og livskvaliteter som kan knyttes til stedet. Dette er kunnskap og forståelse som bør anvendes i planlegging og utforming av konkrete nærmiljøer, tiltak og tjenester som skal bidra til å skape mer aldersvennlige lokalsamfunn i kommunen.

Grunnleggende verdier og livskvaliteter knyttet til sted

- Å kunne bo i eget hjem
- Å få handlet mat på en god måte
- Å bo sentralt og ha «alt i nærheten»
- Å ha tilgang til grøntområder i nærmiljøet
- Å kunne gå turer og være i fysisk aktivitet
- Å få være sosial og treffe folk
- Å ha råd til å delta på sosiale møteplasser og kulturaktiviteter
- Å kunne bevege seg rundt og komme til tilbud, aktiviteter og praktiske gjøremål
- Å opprettholde selvstendighet og uavhengighet så lenge som mulig, dvs. slippe å be om hjelp = funksjonell uavhengighet
- Å føle trygghet når man er blitt mer avhengig av andre
- Å føle tilhørighet til et sted og til mennesker på stedet

Å vurdere de lokale betingelsene for slike livskvaliteter

Det er tydelig at dette er livskvaliteter som mange tenker på. At det er «nærhet til alt» betyr for eksempel *selvstendighet* og *funksjonell uavhengighet* for den enkelte. Det er grunnleggende viktig å kunne klare seg selv så lenge som mulig, både fordi det gjør noe med selvforståelse og identitet og fordi det sikrer at de opplever en frihet, at de kan gjøre det de vil, benytte muligheter og tilbud, og få ordnet praktiske ting.

To andre forhold fremsto som særdeles viktige i alle typer lokalsamfunn, enten stedet er en bydel i Oslo, en småby eller et bygdesentrum: at det er bynære/sentrumsnære grønne turmuligheter og at det er sosiale møteplasser og sosiale aktiviteter som er åpne for alle.

Alle steder er de opptatt av at det er mye sosial ensomhet blant eldre og at dette bør gjøres noe med. Det virker som om de holder seg med et forebyggingsperspektiv; dersom de lever lenge vil de selv kunne komme i en situasjon der de mister familie, venner og kjente og da øker behovet for sosiale møteplasser der de bor.

Eldres helse og trivsel handler også om *tilhørighet*. Gjennom dette prosjektet ble det tydelig hvordan de føler tilhørighet til både natur og landskap og til byrom og utemiljøer der de bor fordi de aller fleste kjenner godt de fysiske omgivelsene og føler seg hjemme der. Tilhørighet består også av *samhørighet* med familie, venner, kjente og bekjente på stedet. Fra annen forskning om stedstilhørighet vet vi at dette ofte også rommer en opplevelse av å føle seg hjemme i det vi kan kalle lokalkultur som lynne, mentalitet og sosialitet, det vil si at måten folk snakker sammen på, omgås og samhandler på skaper en tilhørighet. Lokal humor har samme funksjon og gjør at noen føler seg hjemme i den mens andre, for eksempel tilflyttere, kan føle seg utenfor. For noen vil stedstilhørighet også romme lokalkultur i form av materiell og immateriell kulturarv- og særpreg, som for eksempel musikk, litteratur og bygningskultur (Vestby 2015).

7 Eksempler på stedskvaliteter som fremmer viktige verdier og livskvaliteter

7.1.1 «Nærhet til alt» gir funksjonell selvstendighet

Nærmiljøets betydning øker betraktelig når man blir pensjonist; en tilbringer mer tid i nærmiljøet, er ofte hver dag ute på turer, for sosiale treff eller for å ordne ærend og tjenester. En blir mer avhengig av hvilke kvaliteter og muligheter som finnes innenfor en aksjonsradius de selv fungerer godt innenfor.

I våre medvirkningsforsøk har vi ofte hørt at «nærhet til alt» er viktig; de funksjonsfriske seniorene tenker både på nåsituasjonen og på hvordan det blir når de blir eldre, kanskje dårligere til bens, ikke lenger kjører bil og ikke så lett tar seg rundt. I Eidskog i Hedmark fortalte de at mange flyttet inn til bygdesentrumet Skotterud når de begynte «å dra på åra». I tillegg til det private boligmarkedet har kommunen i mange år bygd opp et område med mange ulike type eldreboliger, lokalisert rundt helsetunet/sykehjemmet med åpen kafé, legesenteret og aktivitetssenter for flere grupper (psykisk helse, utviklingshemmede og demente). På Helsetunet finnes også tildelingskontor for helsetjenester, Frisklivssentral, hjemmesykepleien og psykisk helsetjeneste, samt kommunens helseadministrasjon. Kommunen har i mange år arbeidet strategisk med boliger og tjenestetilbud til eldre.

Området har flere boligtyper for både eie og leie, etablert av flere forskjellige byggherrer. Det er LHL (innskudd+leie), Eidskog Boligstiftelse (leie), Norske kvinners Sanitetsforening (leie), DES-klubben (kjøp+felleskostnader) og Eidskog kommune (leie). En privat utbygger har også bygget tilrettelagte leiligheter som er lagt ut for salg. Samlet har dette bidratt til at boligmassen er såpass stor som den er i bygdesentrum. Nå er et nytt område (bak Skotterudtunet /Koppangtunet) regulert og tilrettelagt til boligformål. Kommunen ser også her at det er interesse fra eldre som ønsker å bo sentrumsnært på Skotterud.



Bygdesentrum Skotterud. Mange seniorer bor her med «nærhet til alt».

Det er «nærhet til alt» med svært kort gåavstand til selve sentrum til butikker, tjenester, organisasjonstilbud, rådhus, bibliotek, frivilligsentral, utendørs torvplass mm. Dessuten er det sentrumsnære turveger og friluftsområder som mange bruker daglig. Minst like viktig som det praktiske er trivselsaspektet: ved å bo her treffer de ofte kjentfolk og kan være på sosiale møteplasser mye lettere enn da de bodde i spredtbygde områder i bygdekommunen, der det kanskje var langt til nærmeste nabo og dårlig med offentlige kommunikasjoner. «Nærhet til alt» forebygger ensomhet i alderdommen. «Nærhet til alt» fremheves av de eldre som så verdifullt også fordi de da kan klare seg uten hjelp og

bistand fra andre lenger ut i alderdommen. Det er tydelig at et selvbylde som funksjonelt uavhengige og selvstendig individ bidrar til å holde en mentalt «frisk og rask».

7.1.2 Samlokalisering og sambruk gir aldersintegrering

Når seniorerne forteller om steder og aktiviteter i nærmiljøet legger de ofte vekt på at dette også må inkludere det som er bra for alle aldersgrupper eller for voksne generelt. Rene eldretilbud kan være vel og bra, men mange bruker like mye de mulighetene som ikke er spesielt myntet mot seniorerne. Dette bidrar også til å motvirke følelsen av alderssegregering som noen ikke liker fordi det får dem til å føle seg eldre enn de er. Dette bør både planleggere og fagfolk i kultursektor og helse- og sosialsektor ha i bakhodet: kan lokalisering eller sambruk bidra positivt til å motvirke alderssegregering?

Bydel Ullern i Oslo var en av kommunene som testet ut medvirkningsopplegget vårt. På Lilleaker ligger den gamle stasjonsbygningen som nå huser «Stoppestedet kulturhus». Det sentralt beliggende bygget er fredet utvendig og har fått et moderne tilbygg på baksiden. Dette er en møteplass og et aktivitetssted for en rekke innbyggere, barn og ungdom, lokale foreninger og seniorerne i bydelen. «Ullern kultursenter 60 +» er navnet på seniorvirksomheten som rommer om lag 40 ulike kurs og aktivitetstilbud i uka, som for eksempel foredrag, trim, yoga, linedans, språkkurs, litteraturkurs, frisør og fotpleie. Kafé i huset er åpen for alle brukere og besøkende. Seniorerne selv er aktivt medvirkende til utforming av tilbudene, og mange bidrar som frivillige. Det er blitt et populært møtested for seniorerne på alle hverdager mellom kl. 9 og 15. I februar måned 2019 var det 1300 besøkende seniorer der. På ettermiddagene er det noen dager juniorklubb for 5.-7-klasse eller ungdomsaktiviteter for de mellom 13 og 20 år, der de blant annet kan bruke lyd/musikkstudio, gå på teaterkurs eller være med på filmkveld. Kulturskolen har undervisning og ungdom med utviklingshemming har en egen klubb en dag i uka. Helsesøster driver jentegruppe og skoler og AKS bruker av og til bygget til aktiviteter eller arrangementer. Idrettslag, janitsjar og storband bruker lokalene til øving. I tillegg til mange andre sporadiske arrangementer. Det er ansatt en leder for hele huset som samordner og tilrettelegger.



Kulturhuset «Stoppestedet» sentralt på Lilleaker. Kafé, sal, møterom, klubbrom, øvingsrom, frisør m.v.

Poenget er at de eldre har sitt seniorsenter integrert i et «urbant grendehus». Slik har det ikke alltid vært. For noen år siden holdt Ullern seniorsenter til på sykehjemmet, men da dette skulle rives og nytt bygges måtte de finne et annet midlertidig lokale. Valget falt på stasjonsbygningen «Stoppestedet», som da var et ungdomshus og kulturskolested. De unge følte seg nok litt invadert i begynnelsen, både ved at de mistet litt plass og at de syntes det var mange gamle der på det som blant annet hadde vært deres drop-innrom etter skoletid. Men Mustad som eiendomsbesitter var velvillig imøtekommende, også da det etter hvert ble planer om et tilbygg så det ble langt flere rom. Både ungdomsrådet og eldrerådet i bydelen var involvert, det samme var brukerrådet ved seniorsenteret. Nå har både seniorerne og ungdommen sine rom og møteplasser, noen brukes av begge grupper, som kaféen, møterom og salen. I mellomtiden var det nye sykehjemmet ferdig,

men seniorenne ville ikke tilbake dit; til det rene «eldrestedet». Der hadde de vært i et lokale ved siden av seremonirommet som brukes til bisettelser, noe som gav mange den lite hyggelige «neste-stopp»-følelsen. Nå er de på det kulturelle «Stoppstedet» på linje med andre innbyggere og i lokaler som ikke bærer preg av å være et sted bare for eldre. Det er like mye et kultursenter som et seniorsenter, sies det. Og beliggenheten er svært sentral og del av Lilleaker «sentrum» og med busstopp og trikkestopp rett utenfor. Det er viktig å understreke betydningen av at slike lokale kulturhus som fungerer som en type grendehus for mange ulike grupper er universelt utformet.



Et urbant grendehus og kulturhus som rommer både seniorsenter og ungdomsklubb.

7.1.3 Grøntområder og turtraséer gir fysisk og psykisk livskvalitet

Å kunne gå rett ut av døra til turstier, grønne lunger og friluftsområder er verdifullt for alle aldersgrupper; for trilletter og spaserstokkturer, for joggeturer og vennerusling. Det betyr økt livskvalitet så vel fysisk som psykisk. Det betyr styrket folkehelse. Og selvsagt: det høyner attraktiviteten ved et boligområde eller sentrumsområde. Når eldre blir spurt om stedskvaliteter er dette noe av det som kommer høyest opp på lista: gode turområder må bevares og ikke bygges ned eller reduseres, tilgjengeligheten mellom der du bor og turområdet må være overkommelig og tilgjengeligheten i selve turområdet eller på turstien som sådan må være god. Det siste betyr at det må være mulig å gå der selv om du er litt fysisk redusert. Hvilebenker er bra for bena eller svimmelheten. Hvilebenker kan grupperes slik at de blir en sosial møteplass der det er lett å komme i snakk. De sier dessuten at det er viktig med tilgang til toaletter når det er turstier som ligger i byområder eller bebygde nærmiljøer.

Nedenfor viser vi tre eksempler på turtraséer i nærmiljøer. Dette er også eksempler på at turgåing skjer både sporadisk uten organisering, som selvorganisering og som organisert aktivitet i et seniorsenter.

Akerselva Miljøpark i Oslo er en sammenhengende elvepark med turstier med kulturhistoriske steder og industrikulturminner, tilrettelagte traséer og verneverdige bygninger, og med en levende laksestamme i en rensed elv. Mange pensjonister på Sagene er flittige brukere av turstiene langs elvebredden, enten de beveger seg til fots, på sykkel eller med rullator oppover mot Nydalen eller nedover mot Grünerløkka. De rapporterer om turveiene elvelangs som en særdeles viktig trivselsfaktor som er lett tilgjengelig for mange som bor i området. Men de ønsker seg flere benker og rekkverk, toaletter og god belysning. Og de påpeker viktige barrierer som reduserer fremkommelighet for en del eldre, som høye fortauskantene, trapper, huller i asfalt eller humper i veien.



Langsmed Akerselva på Sagene.

Men disse stedskvalitetene trues med jevne mellomrom av utbyggingsplaner på attraktive og sentrale tomter. Noen av initiativene rommer høye bygninger som er i strid med bystyrets vedtatte høyhustrategi eller nye bygg plassert inne i det byggefrie beltet som ifølge kommuneplanens retningslinjer skal være 20 meter til Akerselva. Seniorene føler nærmiljøkvalitetene sine truet. Interesseorganisasjoner som Miljøforeningen Akerselvas Venner og Oslo Elveforum protesterer.

Ut på tur fra frivilligsentralen/biblioteket. Midt i bygdesentrum Skotterud i Eidskog ligger frivilligsentralen som en åpen café i forlengelsen av biblioteket med eget Hans Børli-rom, bygdas kjente dikter som ble behørig feiret rundt om i landet i anledning 100-årsdagen i 2018. Pensjonistene som så å si daglig møtes på frivilligsentralen er langt yngre, men like ihuga eidskoginger. Noen av dem har «Gubbetreff»: oppmøtet på frivilligsentralen er opptakten til tur rundt i nærområdet, gjennom bebyggelsen, ut i skogsområdet og forbi badeplassen ved Hesbølsjøen og tilbake til sentrum. «Rosa sløyfe» er navnet på denne turtraséen, der det eneste som er gjort er å henge opp rosa bånd på stolper og trær. Når de er ferdige med runden så går de innom paviljongen der de skriver navn og dato i notisboka, noe som utløser noen kroner til Rosa-sløyfeaksjonen til Kreftforeningen. Denne lille detaljen er en liten ekstra motivasjon for å gå runden. En annen motivasjon er det sosiale trivselsaspektet. «Ut på tur aldri sur» får en ny betydning. Mange steder er det turgrupper eller gågrupper for seniorer, mer og mindre organisert; men ved å starte på frivilligsentralen, seniorsenteret eller i regi av turlaget (DNT) så blir dette mer tilgjengelig og inkluderende mulighet som åpner for alle som har lyst til å være med.



Sprike seniorer som ofte går «Rosa sløyfe»-turen ut i naturen og nærmiljøet.

Gågruppe arrangert fra seniorsenter. Åssiden er en bydel i Drammen som ligger oppover langs Drammenselva fra sentrum. Her organiseres gåturer i nærmiljøet for eldre med utgangspunkt i «Saniteten bo- og servicesenter» (Omsorgstjenester Åssiden/Solbergelva). Hver torsdag møter seniorer som bor i nabolaget opp til det som kalles «Aktivitetstoget» for fysisk aktivitet kombinert med uformelt sosialt fellesskap som er åpent for alle som ønsker det. I gågruppen er det en blanding av ansatte, frivillige pensjonister og eldre i nærmiljøet. Området rundt servicesenteret består av svært blandet bebyggelse, fra kontor- og produksjonsarbeidsplasser, bilforretninger og storhandel til villaer, blokkbebyggelse og elvepromenade. De eldre foretrekker særlig turer der det er hyggelig boligområder og ikke minst elvelangs. Elveparken verdsettes av alle aldersgrupper og utgjør en særlig stedskvalitet i dette området. Noen av de spreke seniorene forteller at de av og til går på turvegene herfra og helt ned til Drammen sentrum, en strekning på 4,8 kilometer, og så tar de bussen hjem. Drammen kommune sin satsing på turveger langs elvebreddene, også i sentrum av byen, er med på å høyne så vel stedsattraktiviteten som folkehelsen; mange i byen tar rundturer opp og ned langs begge elvebredder der de kan krysse elva på forskjellige steder og få ulike lengder på turene.

Denne gågruppa på Åssiden har deltatt i utprøving av medvirkningsopplegg i pilotprosjektet Folkeetråkk som DOGA har gjennomført sammen med Drammen kommune og med bistand fra NIBR. Dette inngår i kommunens tilrettelegging for medvirkning i forbindelse med en områdeplan som rommer store transformasjonsprosesser. Også ungdom har vært med på denne medvirkningen.

8 Etter medvirkningen: hva skjer?

Når medvirkningen er gjennomført og man har bearbeidet materialet gjennom å sortere informasjonen i utvalgte kategorier, sitter man med et stoff som er en kombinasjon av *konkrete fakta, behov og ønsker* knyttet til spesifikke nærmiljøer og steder og *en mer allmenn kunnskap og forståelse* av Eldres situasjon og hvilke vesentlige verdier som er koblet til dette. Hva skjer videre? Hvem gjør hva? Hvordan sørge for at så vel kunnskap om situasjonen og behovene som forslag og tiltak ikke blir «liggende i en skuff»? At det tas videre av de aktørene som har ansvar for det det gjelder eller som er i posisjon til «å ta det videre»?

8.1 Hvordan ta konkrete forslag og tiltak videre?

Når medvirkningsprosesser iverksettes resulterer dette ofte i mer og mindre bevisste *forventninger* blant deltakerne om at «noe skjer»; at det de har foreslått skal bli realisert eller at kunnskapen skal føre til at stedskvaliteter ivaretas og eventuelt videreutvikles, at negative forhold rettes opp eller fjernes eller at mangler og behov imøtekommes med tiltak og innsatser. Dette gjelder også i medvirkning med andre aldersgrupper eller innbyggergrupper. Denne erkjennelsen må føre til to ting. Det første er å *informere* om at denne formen for deltakerdemokrati ikke nødvendigvis fører til gjennomslag; det viktige er at seniorer kommer til orde i stedsutvikling generelt eller i forbindelse med at det arbeides med å skape mer aldersvennlige lokalsamfunn. Forskning på innbyggermedvirkning viser at innbyggere ofte opplever at innspillene deres havner i et sort hull; og at det å spore opp «hvor saken befinner seg» og så sørge for at deltakere får informasjon om dette, *det* er viktig for opplevelsen av å bli hørt, ikke nødvendigvis å få gjennomslag for alt (Klausen m.fl. 2013). Også i vårt prosjekt er det kommet frem en del historier om saker som på en eller annen måte har vært oppe og spilt inn tidligere, men at informasjon om hvor saken står eller hva som har skjedd/ikke skjedd ikke er nådd frem til de intervjuede. Slikt skaper frustrasjon og reduserer motivasjon til delta i nye prosesser.

Likeså viktig er det at *innflytelseskanaler* tas i bruk og at *bidragene sluses videre*. Her er vi ved det andre poenget; nemlig at man (noen) må sørge for at den stedsbaserte kunnskapen og forslagene om tiltak *adresseres* til rette vedkommende aktør, enten dette er en enkeltperson, kommunen, en organisasjon, en institusjon eller en bedrift. Som i annen by- og stedsutvikling vil ansvaret for enkeltsaker- og områder ligge hos både offentlige og private aktører. Ikke sjelden vil resultat avhenge av godt samarbeid mellom (i) offentlig og privat sektor, mellom (ii) ulike offentlige etater eller forvaltningsnivåer, eller mellom (iii) ulike private aktører, enten de kommer fra sivilsamfunnet eller næringslivet (Vestby m.fl. 2019).

Å adressere materialet og ansvaret videre til både offentlige og private aktører:

- Kommunen, fylkeskommunen, staten: ulike fagsektorer, virksomheter og etater
- Borettslag og velforeninger, grendelag og andre stedsbaserte foreninger
- Næringsliv, handel, service, servering, tjenester
- Foreningsliv, f.eks. idrettslag, sanitetsforeninger, pensjonistforeninger, kulturorganisasjoner o.l.
- Kirker og trossamfunn frivilligsentraler, seniorsentre, innbyggertorg o.l.
- Gård- og grunneiere, både private og offentlige

Erfaringen fra medvirkningsforsøket om stedskvaliteter er at prosessen resulterer i en brokete samling av smått og stort av konkrete forslag og mer allmenne kunnskapsbrokker, en blanding av ting som lett kan realiseres eller gjennomføres og ting

som fordrer langsiktig planlegging eller utredning av sammensatte løsninger. Når adressatene som kan eller bør ta ansvar for «smått og stort» er så mange og forskjellige, fordrer dette at noen tar en *koordineringsrolle* for å formidle materialet, koble aktuelle aktører, samordne og koordinere innsatser og etterprøve hva som skjer/ikke skjer. Hvem det er naturlig å tillegge en slik oppgave vil naturlig nok avhenge av så vel kommunens størrelse og følgelig kapasitet som hva slags stillinger som finnes og om det er etablert en praksis med tverretattlig og tverrsektorielt samarbeid. Det kan for eksempel være en folkehelsekoordinator, planlegger, en samfunnsutvikler eller et helse/sosialfaglig team. Uansett hvem som velges så er det grunn til å poengtere at det gjøres ting i mange sektorer som har betydning for eldres nærmiljø og folkehelse.

I første fase av prosjektet, rapportert i «Lytt til seniorene!» (NIBR/AFI rapport 2017) lagde vi et eksempel på mulige forankringer i planer og budsjetter hos ulike aktører for å sørge for at materialet blir tatt videre. Her er en revidert versjon med noen utvalgte eksempler på tema:

Figur 8.1: Eksempel på tema med tilhørende ansvarlige aktører

| Fysiske omgivelser og uteområder | Sikre, forankre og realisere |
|---|---|
| Turområder, grønne lunger og parker <ul style="list-style-type: none"> - Planforankring - Istandsetting, vedlikehold, renovering, innretninger, toaletter | Plan- og byggesaksetaten: <ul style="list-style-type: none"> - Kommuneplanens arealdel - Områdeplan/sentrumsplan - Grønn plan og friluftsplass - Folkehelseplan (i samarbeid med flere etater) Park- og friluftsetaten: budsjett, investering og drift Teknisk etat: budsjett, investering, drift, vedlikehold Turlag o.a. frivillige organisasjoner: <ul style="list-style-type: none"> - Budsjett, organisering og dugnad Eldrerådet: høringsinstans og pådriver |
| Transport: veier, over/underganger, lyskryss, nye gang/sykkelveger, fremkommelighet, kollektivtrafikk, taxi- og skyssordninger | Statens vegvesen Fylkeskommunen <ul style="list-style-type: none"> - Veier og kollektivtransport, trafiksikkerhetsplan Plan- og byggesaksavdeling <ul style="list-style-type: none"> - Kommuneplanens arealdel - Areal- og transportplan / reguleringsplaner Kommune teknisk: drift og vedlikehold Private kollektivselskap og taxiselskap Eldrerådet: høringsinstans og pådriver |
| Sosiale møteplasser og kulturtilbud/aktiviteter | Sikre, forankre, realisere |
| Seniorsenter, eldresenter, grendehus, frivilligsentral o.l. | Ideelle organisasjoner Frivillige lag og foreninger Kommunens helse- og sosialetat: plan og budsjett Eldrerådet: høringsinstans og pådriver |
| Aktiviteter og tilbud som fungerer som sosiale møteplasser: f.eks: bibliotek, kulturhus, turgrupper | Frivillige lag og foreninger Kommunens kulturretat: kulturplan og budsjett |
| Kaféer | Private eiere og driftere Gårdeiere |
| Tilbud og tjenester: praktiske og helsemessige | Sikre, forankre, realisere |
| Helsetilbud: Leger, tannleger, fysioterapeuter, trim- og treningstilbud <ul style="list-style-type: none"> - utvalg og lokalisering | Kommunens helse- og sosialetat Private og offentlige helsepersonell/aktører Private treningssentre Frivillige lag og foreninger med trimtilbud Eldrerådet: høringsinstans og pådriver |
| Butikker, post i butikk, bank <ul style="list-style-type: none"> - utvalg og lokalisering | Kommunens næringsetat Privat handels- og næringsaktører/forening Eldrerådet: høringsinstans og pådriver |

Norske arkitekters landsforbund sin nye «Håndbok i aldersvennlig stedsutvikling» viser mulighetene ulike kommunale virksomhetsområder og aktører har til å bidra til (mer helhetlige) aldersvennlige løsninger. <https://www.arkitektur.no/handbok-i-aldersvennlig-stedsutvikling> De kommer med konkrete tips til ordfører og rådmann, plan- og byggesaksavdelingen, eiendomsavdelingen, drift og vedlikehold, kultur, idrett og friluftsliv, oppvekst og utdanning, helse og omsorg. Håndboka har NAL laget i samarbeid med SINTEF og på oppdrag fra Helsedirektoratet, - samme oppdragsgiver som vårt prosjekt har (NAL 2019). Vi har for øvrig bidratt til håndboka med erfaringer og råd om seniormedvirkning fra vårt prosjekt.

8.2 Om eldrerådets rolle i medvirkning

Kommunens eldreråd bør ha en sentral rolle i arbeidet med å fremme medvirkning og følge opp arbeidet når materialet er samlet inn. Alle kommuner har eldreråd, alternativt råd for eldre og funksjonshemmede, som er oppnevnt av bystyret/kommunestyret. Deres mandat er knyttet til så vel det å være høringsinstans og uttale seg om saker som gjelder levekår for eldre og å være pensjonisters talerør og rådgivningsinstans overfor kommunens administrative og politiske ledelse. Fra en landsomfattende kartlegging av disse rådene (Winswold m.fl. 2014) vet vi at svært mange av de som sitter i eldreråd er ressurspersoner med lang fartstid i politiske organer og/eller i sivilsamfunnet. Selv om eldrerådene har en formell posisjon og rolle når det gjelder å være eldres stemme i ulike saker så er erfaringen at de også er opptatt av denne type medvirkning fra seniorenene i kommunen fordi flere og ulike stemmer, situasjonsbeskrivelser og behov da kommer frem og stedskvaliteter i konkrete nærmiljøer kan lyssettes. Etter kontakt med flere eldreråd i kommuner og bydeler fremkommer det at det er ønskelig at rådene «ikke bare befatter seg med pleie og omsorg», som en sier det, men bidrar til den allmenne folkehelsen blant eldre i ulike aldersgrupper gjennom at lokalsamfunnene blir aldersvennlige.

I dette utprøvningsprosjektet er det gjort vesentlige erfaringer med hva slags rolle eldreråd mer konkret kan spille:

Samarbeidspartner i tilrettelegging og organisering av medvirkning

- Være drøftingspartner i vurderinger av opplegg/design
- Bistå i å mobilisere eldre til deltakelse

Pådriver overfor kommunen mhp. å bruke ressurser på medvirkning

- Fremme sak/støtte initiativ som legitimerer tidsbruk eller skaffer tidsressurser

Deltaker og lytteposisjon på dialogverksteder

- Gi symbolsk støtte til medvirkningsprosjektet /vise interesse
- Avklare spørsmål om konkrete saker som kommer opp
- Redegjøre for faktiske forhold som belyser tema som drøftes

Informanter gjennom selv å delta i spørreskjema utfylling, samtaler og vandringer

- Delta i medvirkningsopplegg som gjennomføres blant seniorenene
- Eldrerådet som gruppe kan intervjues og være informanter

Brobygger og budbringer for det innsamlede materialet så det blir ivaretatt videre

- Ta en aktiv rolle sammen med den arrangementsansvarlige og sørge for at de offentlige etater og instanser som har ansvar for spesifikke saker i materialet får det og følger opp
- Bistå de ansvarlige i å adressere spesifikke saker som private aktører har ansvar for (gårdeierse, eiendomsbesittere, handels- og næringsdrivende, frivillige lag og foreninger, borettslag etc.)

9 Medvirkningsopplegg for de eldste seniorenne

9.1 Hvorfor egne forsøk med medvirkning med de eldste

En medvirkende årsak til at vi ville prøve ut medvirkningsmetoder for de eldste eldre som er hjemmeboende, er at flere yngre seniorer i den første fasen av prosjektet uttrykte bekymring for denne gruppen, blant annet fordi flere var mer sosialt isolerte hjemme. Erfaringer tilsa dessuten at det kan være vanskelig å få tilgang til denne gruppen eldre og samle dem dersom de ikke deltar i de ordinære seniortilbudene. Vi ønsket derfor å utforske om det er behov for en spesiell metodisk tilrettelegging for å sikre at stemmene til denne gruppen eldre blir inkludert, og i så fall hvordan man kan tilrettelegge medvirkningsprosesser på en god måte. Helsedirektoratet som oppdragsgiver ønsket også dette.

9.2 Hvem deltok i utprøvingen av medvirkningsmetoder

De eldre som deltok i denne utprøvingen ble rekruttert fra et dagtilbud på Østerås; et av de større seniorsentrene i Bærum. Dagtilbudet er for eldre over 80 år med særskilte behov som er litt for dårlige til å kunne komme seg til senteret på egen hånd, og som dermed trenger mer tilrettelegging. De er samtidig ikke så dårlige at det fattes vedtak om plass ved dagsenter på bo- og behandlingssentre. Mellom en og tre ganger i uken blir de hentet og kjørt hjem igjen av seniorsenterets egen buss. De fleste er i slutten 80-åra og begynnelsen av 90-åra. Mange har dårlig syn og hørsel, og flere benytter seg av rullator, trygghetsalarm eller andre hjelpemidler. Enkelte har svekket hukommelse. Dagtilbudet er fra ca. kl. 9- 14.30. Her får de servert frokost og middag, og er med på ulike aktiviteter som gym/trim, foredrag og bingo, eller de benytter fotpleie og frisør. Ikke minst er det sosiale svært viktig for dem. Dersom de ikke får et slikt tilbud vil de ellers sitte mye alene. Enkelte har deltatt i andre aktiviteter på seniorsenteret da de var yngre og sprekere.

9.3 Tilrettelegging og gjennomføring

Denne gruppen kunne ikke delta på stedsvandring ute i nærmiljøet på vinteren. For flere av dem ville dette også vært vanskelig om sommeren. Vi gjennomførte derfor et medvirkningsopplegg inne på seniorsenteret med *smågruppeintervjuer* basert på spørreskjemaet med tre temaer. Etter 14 dager kom vi tilbake og arrangerte *dialogverksted* der vi formidlet resultater og drøftet det med de eldre.

Informasjon på forhånd. For å informere og motivere til deltakelse ble de eldre forespurt og informert muntlig av senterets ansatte, samtidig som vi laget et enkelt informasjonsskriv (se vedlegg). Vi oppfordret deltakerne til å gi informasjonsskrivet til pårørende som orientering dersom de ønsket dette.

Smågruppeintervjuer. Det var totalt 16 deltakere til stede, i hovedsak kvinner i alderen fra 72- 94 år, de fleste rundt 90 år. Kun 1 mann deltok. Først ga vi en kort introduksjon om prosjektet og opplegget. Deretter ble deltakerne inndelt i tre grupper på 5- 6 deltakere fra samme bo-område. Vi valgte å organisere gruppene ut fra bosted i kommunen for å konsentrere diskusjonen rundt nærmiljøet og gjøre det enklere å huske detaljer. En

forsker på hvert småbord hadde ansvar for å lede intervjusamtalen. Vi hadde med kart over nærmiljøet som vi la på bordene for de som ønsket å se på disse. I gruppene ble det intervjusamtaler om de tre hovedtemaene (i) fysiske omgivelser og uteområder, (ii) sosiale møteplasser og kulturtilbud- og aktiviteter, og (iii) tilbud og tjenester. Alt foregikk muntlig; ingen av de eldre fylte spørreskjema selv, men forsker noterte svarene samlet på ett skjema. Gruppesamtalene varte i halvannen time, avbrutt av en liten pause med kaffe.

Til slutt spurte vi deltakerne i plenum om hvordan det hadde vært å delta i denne medvirkningen. Samtidig minnet vi dem på det påfølgende dialogverksted, som skulle være 14 dager senere. Tilbakemeldingene var i hovedsak at det hadde vært interessant eller «helt greit å være med» på gruppesamtalene. De fleste opplevde temaene som relevante og ikke for vanskelige å besvare. Små grupper og aktiv oppfølging i intervjusamtalene er nødvendig for å skape engasjement fordi det varierer ganske mye med individuelle kapabiliteter og i hvilken grad de ulike stedskvalitetene vi spør om er relevante for deltakerne. En del muligheter og tilbud/tjenester i lokalmiljøet er ikke lenger like aktuelle for alle å benytte. Aksjonsradiusen og aktivitetsspekteret er blitt redusert med årene.

Dialogverksted. Gjennomføring av dialogverkstedet hadde i hovedsak samme struktur i opplegget som for de friskere eldre. På dialogverkstedet deltok 14 eldre, de fleste hadde vært med på smågruppeintervjuene fjorten dager tidligere, men noen få var nye. I tillegg deltok lederen for eldrerådet i kommunen og ansvarlig i kommunen for seniorsentre.

Deltakerne ble denne gang inndelt i tre heterogene smågrupper der vi ikke tok hensyn til bosted siden de skulle diskutere generelle funn. Det ble benyttet prosjektor med Power Point- presentasjoner av funn, og med bildeillustrasjoner. Noen opptrykte eksemplarer av presentasjonen og et ark med diskusjonsspørsmålene i stor skrift ble lagt på bordet som støtte til diskusjonen. En forsker var fasilitator på hvert bord. Dialogverkstedet varte halvannen time med innlagt kaffepause. Vi vekslet mellom korte presentasjoner av *funn på hvert tema* med etterfølgende smågruppesamtale. Avslutningsvis ba vi om utdypende kommentarer i plenum til funn og opplegg. Eldrerådets leder var tilstede og lyttet til resultatene og diskusjonen og fortalte også noe om deres rolle i medvirkningsarbeid.

Deltakerne ga uttrykk for at funnene var gjenkjennbare. Det var noe ulik tilbakemelding på dialogverkstedet i plenumsamtalen. Enkelte ga uttrykk for at det hadde vært interessant å delta, mens andre var stille. En deltaker lurte på hensikten av å «terpe på selvfølgeligheter» i forhold til nærmiljø og synspunkter på ulike tilbud. En måte å forstå dette på er jo at det «treffer virkeligheten»: at vi har beskrevet stedet, nærmiljøet og situasjonen for de eldste eldre slik det oppleves av mange.

I etterkant av verkstedet gjennomførte vi et møte for å oppsummere erfaringer og drøfte medvirkningsopplegget. Her deltok ansatte ved seniorsenteret, ansvarlig i kommunen for seniorsentre, leder i brukerrådet og leder i kommunens eldreråd.

9.4 Erfaringer fra utprøvingen

Forarbeid. I forarbeidet bistod ansatte fra kommunen og sosialrådgiver ved seniorsenteret med informasjon og råd til gjennomføring, samt praktisk hjelp. Dette var til god hjelp.

Gruppesamtaler. Erfaringene fra utprøvingen viser at tema for gruppesamtalene fungerte greit og praten gikk jevnt ved hvert bord. «*Hun spør og vi svarer så godt vi kan*», som en deltaker uttrykte det. Enkel fleksibel intervjuguide (spørreskjemaet) gjorde det lett å tilpasse samtalen til den enkelte eldre. Vi erfarte samtidig at deltakerne fungerte noe ulikt, fra de som var aktive og med på diskusjonen til de mer passive og tause.

Svekket hørsel vanskeliggjorde også flyten i gruppesamtalene. Det er usikkert hva tausheten betydde. På ettermøtet diskuterte vi derfor spørsmålet om man bør skille de eldste i gruppene etter funksjonsnivå. De ansatte mente imidlertid at det er bedre å benytte sammensatte grupper fordi aktive eldre bidrar til å holde samtalen i gang.

Behov for å være «tettere på» i samtalene. En annen erfaring er at de eldste eldre må følges tettere opp i gruppesamtalene med utfyllende spørsmål og forklaringer enn yngre seniorer da de sjeldnere kommer med utdypende begrunnelser og klare meningsytringer på egen hånd. Flere svarte for eksempel kun «vet ikke». En deltaker fortalte også at det kan være vanskelig å begrunne synspunkter på grunn av hukommelsesproblemer. Disse forholdene bidro til å gi «tynnere fortellinger» sammenlignet med erfaringer med yngre og mer funksjonsfriske seniorer. Da er det viktig å prøve å unngå ja/nei-spørsmål, men spørre åpent om hvordan noe er eller oppleves. De eldre skilte heller ikke alltid mellom før og nå i beskrivelser av bruk av nærmiljøet. Dette vanskeliggjorde vurderingen av dagens bruk av nærmiljøet, og gjorde at vi valgte å fokusere mer på konkrete spørsmål om deres hverdagssituasjon under dialogverkstedet. For å få tykkere beskrivelser, viste det seg viktig å stille enkle konkrete spørsmål med utgangspunkt i deres daglige liv, og ha en fleksibel struktur på gruppediskusjonen. Det er også spørsmål om andre konkretiserende metoder som hverdags- scenarioer og film /bilder mv. kunne være mer egnet til å få frem de eldres vurderinger.⁸

Dialogverksted. På dialogverkstedet kom det frem noen flere nyanser og vurderinger på hvert tema. Det var få korrigeringer av presentasjonene, og deltakerne var stort sett enige i det bildet som ble presentert. Dialogverkstedet bidro imidlertid til noe mer nyanseringer for eksempel av deres sosiale liv og kontakter, og tilførte nye momenter som bruk av privat vaskehjelp og boligstandard samt ytterligere behov for informasjon om tilbud i kommunen, herunder mattilbud med særskilte dietter. Dette understreker at behovet for personlig rettet hjelp og tilbud øker med alderen og det kom oftere opp tema om hjelp i hjemmet enn det gjorde blant de yngre.

På dialogverkstedet fungerte bruk av prosjektor godt. De eldste eldre benyttet imidlertid i mindre grad det skriftlige materialet. De muntlige samtalene var dermed viktigst. Varighet på halvannen time var tilstrekkelig for å komme gjennom tema på en god måte begge ganger. Alle var tilstede hele tiden. Det er samtidig usikkert hvor slitsomt opplegget var for deltakerne, og det synes som man må være spesielt oppmerksom på de med dårlig hørsel og hukommelsesproblemer. Man bør også vurdere om det er hensiktsmessig med kortere seanser, eller å spre tema over flere ganger avhengig av gruppens kapasitet og ønsker. For å øke utvalget av eldre kan man gjennomføre medvirkning på ulike ukedager.

Praktisk om lokalet. Begge seansene foregikk i et stort rom. Denne løsningen bidro imidlertid dels til å vanskeliggjøre samtalene da flere eldre var tunghørte og høye stemmer /støy i lokalet forsterket problemet med å høre. At det var runde, litt store bord gjorde det dessuten litt vanskelig å ha en samtale gående, vi måtte ofte først spørre på den en siden av bordet og så på den andre. Det ble gjentakelser og passive tidsluker for de som da ikke deltok. Bruk av flere rom og mindre grupper/mindre bord, eller to fasilitatorer ved hvert bord kan da være bra.

Ettermøte med vurderinger. De ansatte og representanter for elderråd og brukerråd uttrykte på ettermøtet at de opplevde informasjonen som kom frem gjennom gruppesamtalene som nyttig i planlegging og vurdering av tilbud. De mente også at våre beskrivelser av de eldste sine perspektiver og bruk av nærmiljø samsvarte med egne erfaringer. Det ble for øvrig fremholdt at det kan se ut som det er behov for grundigere informasjon om konkrete tilbud til eldre fra kommunen slik at de eldre er oppdaterte på

⁸ Se bl.a. <https://blogg.hioa.no/assistedliving/om-the-assisted-living-project/>

hva som gjelder. Ellers fortalte de ansatte også at noen eldre fortsatt lurte på hensikten med studien og hva innspillene deres skulle brukes til etter første samling. Dette viser behovet for å kommunisere hensikten med medvirkningen enda tydeligere for denne gruppen og at informasjon med fordel kan gjentas.

9.5 Hva er et godt nærmiljø for de eldste eldre?

Selv om fokuset i denne rapporten er på metodeutprøving, vil vi her beskrive noen sentrale synspunkter til de eldste eldre som er av interesse i et steds- og folkehelseperspektiv. Beskrivelsene kan også tjene til å synliggjøre hvilken type informasjon om denne gruppen som metodene bidrar til å få frem. I den forrige rapporten («Lytt til senioren!») beskrev vi hva medvirkningen med de relativt funksjonsfriske senioren frembragte av innhold.

Hovedinntrykket fra intervjusamtalene og dialogverkstedet var at det var høy trivselsfaktor blant deltakerne og at de generelt opplevde at de levde i et godt lokalsamfunn. Mange uttrykte at de hadde fordel av å bo i området: «*Vi er heldige som bor i Bærum*», sa flere. Disse eldre sogner dessuten til et av de store seniorsentrene som har et veldig godt tilbud til de eldste, det gjelder ikke alle steder i kommunen. Seniorsenteret er helt klart en vesentlig årsak til trivsel og velvære! Dette tilbudet to-tre ganger i uken er kritisk viktig når man er kommet i en alder og livssituasjon der helsa er redusert og aksjonsradiusen og aktivitetsspekteret er blitt mye mindre enn tidligere.

Gruppediskusjonene viser at de eldste eldre - tross variasjoner - i mindre grad benytter seg av kommunens uteområder, storbyens tilbud eller reiser i inn – og utland, enn de yngre senioren. Det viktigste i deres hverdagsliv synes å være boligen og det helt nære nabolaget, kjøpesenteret og seniorsenteret med alle tilbud. Uteområdet i nabolaget blir viktigere for de eldste; at det er greit å bevege seg utendørs med rullator, at det er godt lys og strødd vinterstid og at det er benker forskjellige steder. Noen sier det ikke er så mange ute på dagtid og at de er redde for å falle alene. Når man er gammel og fysisk litt svekket så er kjøpesenter et sted der det er trygt å bevege seg rundt med rullator, det er alltid folk som kan hjelp om noe skjer og det er benker og sitteplasser.

Et annet tema som har stor betydning for mange av disse eldste er hvilke muligheter og kvaliteter som finnes for ulike transportformer. At de blir hentet og bragt av egen buss til dagtilbudet på seniorsenteret er selvsagt svært viktig. Det samme er drosjetilbud (TT-kort). Å ta ordinære busser er tungvint for noen, avhengig av avstand og fremkommelighet til stoppested. I tillegg nevnes at det er tungvint med rullator på disse bussene. Følgen er at flere bruker mye taxi, «*det blir dyrt å ta så mye drosje og det er mye styr*». Noen av de eldste synes det er for få turer med TT-tjenesten.

Samtalene synliggjorde videre at for denne gruppen eldre er kommunens mat-tilbud, hjemmesykepleie, trygghetstiltak, gjerne i samarbeid med hjelp fra familien, vesentlig for trygghet og trivsel.

Tross variasjoner, opplevde også mange deltakere ensomhet og mer avhengighet av hjelp som en stor utfordring. Disse utfordringene øker rundt nitti-årsalderen fordi det sosiale nettverket skrumper inn, samtidig som det kan være ekstra vanskelig og utrygt å bevege seg rundt på egenhånd. Lett tilgjengelige sosiale møteplasser som fellesaktiviteter i bo-kollektiv og på seniorsenter blir da avgjørende for sosial tilhørighet og livskvalitet.

Hva er bra med seniorsenteret for de eldste eldre?

Samtalene bidro til å synliggjøre de eldste seniorenas sårbarhet for omfang og kvalitet på (offentlige) tilbud i kommunen og hvor viktig tilbudet ved seniorsenteret er for dem. Denne kunnskapen er nyttig når man skal vurdere og planlegge særskilte tilretteleggingsbehov for de eldste hjemmeboende i et aldersvennlig samfunn.

De eldste seniorenas fortellinger bekreftet for eksempel at dagsenter- tilbudet er avgjørende for at de kunne delta i det sosiale livet utenfor hjemmet, og at det er en kilde til å danne nye vennskap i en alder der øvrig familie og tidligere venner faller bort. For de som har flyttet til området for å være nærmere barna sine, er seniorsenteret også et sted for å knytte nye sosiale kontakter og unngå ensomhet.

Andre positive sider ved seniorsenteret som ble trukket frem er en god betjening, god mat, frukt, vann og gymnastikk. Senteret er også behjelpelig med transport til og fra hjemmet og tekniske hjelpemidler. Noen savnet imidlertid senere middag slik at de får bedre tid til å nyte måltidet og nedkorte lange ensomme kvelder. I tillegg mente enkelte at de ville benyttet seniorsenteret mer i helgene dersom det var tilbud om transport fra senteret.

9.6 Oppsummert om erfaringer og anbefalinger

Metodeutprøvingen med denne gruppen eldre bekrefter forskning som understreker viktigheten av et *fleksibelt og enkelt design* som kan tilpasses de enkelte som deltar, og da spesielt de med kognitive vansker (Kennedy & ter Meulen, 2017). Gruppen består både av eldre med ulikt fysisk funksjonsnivå, fra de friske til de med ulike grader av fysisk og kognitiv svekkelse og demens.

Praktisk tilrettelegging

- Planlegg sammen med de som kjenner brukergruppen og deres funksjonsnivå
- Sørg for gode og komfortable lokaler som er rolige uten for mye støy, med mulighet for små grupper som kan sitte litt adskilte
- Tilrettelegg med tanke på syns- og hørselsproblemer og andre funksjonshemminger
- Tilgang til hjelpemidler som prosjektor og mikrofon kan være en fordel
- Ha små grupper (3-4 deltakere) og gjerne to fasilitatorer på hver gruppe for å følge opp tett (spesielt hvis gruppene er litt større, for eksempel 6-8 personer)
- Ha gjerne sammensatte grupper av aktive og passive for å sikre at det blir en god gruppesamtale. Planlegg dette sammen med de som kjenner deltakerne
- Vurder bruk av individuelle intervjuer for deler av studien
- Fasilitatorer bør ta ansvar for å skrive ned det deltakerne sier
- Vurder bruk av gode visuelle hjelpemidler som store enkle bilder
- Fortellinger i form av enkle scenarier kan få tankene på gli («Tenk deg at xxxx. Hva da?»)
- Litt servering bidrar til en hyggelig og avslappet atmosfære
- Ha hyppige pauser. Hver økt bør ikke være mer enn 20-30 minutter
- Pass på at de ikke blir for slitne. Fordel eventuelt opplegget over flere ganger dersom 1 ½ time er for langt.
- Vurder bruk av pårørende (det kan være en fordel, men de kan også ta for mye over i samtalen).

Gruppesamtalen og dialogverkstedet

- Tydeliggjør hensikten med medvirkingen og si det gjerne flere ganger slik at deltakerne forstår hva opplegget handler om og hva det skal brukes til
- Legg til rette for tett oppfølging i samtalen og bruk enkle spørsmål
- Ta utgangspunkt i konkrete situasjoner, deltakernes hverdag og bosted for å få samtalen igang

Etiske hensyn

- Ivareta frivillighet og konfidensialitet. Si klart fra at det er lov å trekke seg underveis
- Gi både skriftlig og muntlig informasjon og informer gjerne pårørende også
- La deltakerne sitte igjen med en god følelse av å ha bidratt, og pass på at det ikke blir for vanskelig eller for strevsomt

10 Medvirkningsopplegg for eldre med minoritetsbakgrunn

10.1 Hvorfor egne forsøk med medvirkning med eldre med minoritetsbakgrunn

Eldre innvandrere er på ingen måte noen ensartet gruppe, men rommer alle som har en annen landbakgrunn enn Norge, det vil si at det er en sammensatt gruppe med bakgrunn fra alle deler av verden og fra kulturer og land som er mer eller mindre ulike den norske kulturen og konteksten som de blir gamle i. Dette innebærer også at deres referanseramme og erfaringer er svært forskjellige og spenner over et så bredt spekter at det er relativt vanskelig, nesten umulig, å si noe generelt om denne gruppen av eldre. Derfor redegjør vi nedenfor mer detaljert om hvilken gruppe av eldre med minoritetsbakgrunn vi har testet ut medvirkningsmetodene med.

Tross at en økende andel av minoritetsbefolkningen i Norge er på vei inn i alderdommen er forskningen på denne gruppen beskjeden i omfang. En litteraturgjennomgang utført av Oslo Kommunes program Oslo+ viser at det finnes lite forskning på eldre innvandrere og mye tyder på at det er behov for mer kunnskap hos det offentlige om aldring blant personer med innvandrerbakgrunn (Oslo Kommune 2017). I årene som kommer vil det i økende grad være en flerkulturell eldrebefolkning, og det er viktig at eldre innvandrere, på lik linje med alle andre eldre, inkluderes i medvirkning for aldersvennlige lokalsamfunn (Vestby m.fl. 2017).

En årsak til at vi viet særskilt oppmerksomhet til eldre med minoritetsbakgrunn er dessuten at vi vet relativt lite om deres situasjon og i hvilken grad de er godt integrert i sitt lokalmiljø. I hvilken grad lever de aktive liv i sine nærmiljø, benytter sosiale arenaer og nyttiggjør seg offentlige og private tjenestetilbud? Hvilke behov har de når det gjelder tilrettelegging og utforming av aldersvennlige lokalsamfunn? Et inntrykk som trer fram gjennom arbeidet med prosjektet «Lytt til senioren» og fra samtaler med personer som kjenner til denne gruppen, er at de deltar i liten grad på sosiale arenaer som er rettet mot seniorer generelt og er mindre fysisk aktive enn den øvrige gruppen av eldre. Men stemmer dette inntrykket? Og benytter de andre etablerte sosiale arenaer enn eldre med majoritetsbakgrunn? Har familien en viktigere rolle for eldre med minoritetsbakgrunn? Spørsmålene er mange!

10.2 Hvem deltok i utprøvingen av medvirkning

Det vil bli flere eldre med minoritetsbakgrunn i kommuner i hele landet. Men få steder har den relativt lange flerkulturelle historien som Grønland i Oslo. At dette lokalsamfunnet fremstår som hovedstadens, og landets, flerkulturelle sentrum har sin bakgrunn i et omfattende og synlig «etnisk vare- og tjenestetilbud» i kombinasjon med at området har et bredt utvalg av moskeer og mange andre religiøse forsamlinger og etnisk baserte foreninger (Brattbakk m fl 2017).

Vi arrangerte «flerkulturelt seniortrakk» på Grønland flerkulturelle seniorsenter høsten 2018. Det var et opplegg med intervjusamtaler etterfulgt av stedsvandring. En måneds tid senere møttes vi igjen til dialogverksted for å presentere resultater, drøfte og supplere/korrigere dem.

Rekrutteringen til det flerkulturelle seniortrakk ble hovedsakelig gjort i samarbeid med en kvinnelig ansatt ved Grønland flerkulturelle seniorsenter som også leder en

kvinnegruppe der. Kvinnegruppa har rundt tretti faste medlemmer som den kvinnelige ansatte har stor tillit hos, og mange som deltok på seniortråkk var fra denne gruppa. Andre deltakere ble rekruttert gjennom Norsk Pakistansk Eldreforening for menn som møtes fire dager i uka på senteret, samt at en gruppe ble rekruttert gjennom Frisklivssentralen. Vi forsøkte i tillegg å rekruttere via moskeene, uten tilsynelatende hell, men noen av de eldre var også tilknyttet moskeer på Grønland. Vi ga ut noen løpesedler på norsk, engelsk og urdu, uten at det genererte flere deltakere. Det er tydelig at det er *via nettverk* rekrutteringen fungerer best, når seniorene blir rekruttert via noen de stoler på, som kan fortelle dem at dette er noe som det er viktig å delta på.

Deltakerne som var med på første del av opplegget besto av atten kvinner med opprinnelse i Pakistan, Sri Lanka, Marokko, Somalia, Tyrkia og Iran i alderen 55-74 år, og fire menn med opprinnelse i Pakistan, Syria, Palestina, Somalia og Norge, i alderen 55-75 år. Rundt en tredjedel ble med på stedsvandring i nærmiljøet fordelt på to grupper.

På dialogverkstedet en måneds tid etterpå deltok en del av de som hadde vært med på den første samlingen. I tillegg kom det flere mannlige deltakere enn sist, som alle hadde pakistansk bakgrunn. At det kom flere menn på dialogverkstedet bidro til en bredere representasjon ettersom det ellers var flest kvinnelige deltakere ved begge møtene. I alt var det drøyt femten deltakere på dialogverkstedet, fem menn og ti kvinner med opprinnelse i Pakistan, Marokko, Sri Lanka og Colombia.

De fleste deltakerne hadde opprinnelse i land innenfor SSBs kategori 'landgruppe 3', det som tidligere ble omtalt som ikke-vestlige innvandrere, eller det som også kan omtales som grupper eller personer med synlig etnisk minoritetsbakgrunn. Våre deltakere er i så måte i stor grad representative for de største gruppene av innvandrere til Norge fra denne kategorien. Samtidig er det viktig å merke seg at deltakerne har opphav i relativt ulike kulturer med hver sine verdier og tradisjoner, ulike språk, ulik botid i Norge og ulike årsaker til at man har emigrert til Norge, slik at denne gruppen også er en svært mangfoldig gruppe. De fleste deltakerne er kvinner fra land hvor islam er den dominerende religionen, og de fleste regner seg som muslimer.

Deltakerne er friske, hjemmeboende eldre. Noen få har vanskeligheter med å gå, for eksempel på grunn av diabetesrelaterte smerter. De fleste bor alene, men oppgir å ha mye kontakt med barn og øvrig familie. De aller fleste bor på Grønland eller i nærheten, mens noen få bor i ytre by eller rett utenfor Oslo, men tilbringer mye tid på Grønland.

10.3 Tilrettelegging og gjennomføring

Flere av seniorene snakker ikke, eller veldig lite, norsk. Dette gjelder i størst grad kvinner, og flere av dem har aldri vært i arbeid. Vi engasjerte derfor lokal ungdom og andre «yngre» hjelpere som har inngående kjennskap til de forskjellige kulturene og som fungerte som tolker av språk og kulturelle koder. De unge som var med snakket urdu, punjabi, arabisk og somali. Dette var veldig nyttig, også for å oppnå tillit og fortrolighet.

En av de kvinnene som hadde urdu som morsmål fortalte at hun ikke kunne ha snakket like åpent med en jevnaldrende mann eller kvinne som det hun kunne med hjelperen som var en ung, og for henne, ukjent mann i tidlig 20-årene, og som minnet henne om sønnen hennes. Dette begrunnet hun med at uro for negativ sosial kontroll og sladder ville gjort at overfor en jevnaldrende måtte hun ha unngått visse tema og ellers ha veiet sine ord nøyer.

Da vi kom til del to med dialogverksted erfarte vi at det er utfordrende å arrangere med deltakere fra flere land med forskjellig språk og som i liten grad snakker norsk. Plenumssamtale ble vanskelig. Vi måtte derfor håndtere språklige barrierer.

Vi delte opp gruppene og hjelperne etter språk, samtidig som vi deltok i gruppene og gikk rundt og lyttet til det vi forsto. Etter møtene snakket vi med hjelperne om innspillene de hadde fått, og vi fikk det de hadde skrevet ned. De fikk beskjed om å videreformidle alt og ikke unnlate å fortelle for eksempel noe de ikke anså som relevant. På den måten forsøkte vi å ivareta de direkte innspillene fra seniorene. Vi engasjerte hjelperne etter de språkene vi antok ville bli representert på møtene, men siden påmeldingen ikke var (eller kan være) bindende, traff vi ikke helt på begge møtene.

Det var også til en viss grad utfordrende å finne hjelperne og få dekket alle språkene, blant annet manglet vi en som snakket somali ved første møte, og da vi hadde en som behersket språket ved neste treff, kom det ingen somaliere. Hjelperne ble rekruttert via forskerne ved OsloMet, der noen har bidratt i tidligere forskningsprosjekter. Disse tok igjen med seg noen venner, andre ble rekruttert via Frisklivssentralen, som også ser verdien av nøkkelpersoner eller "portåpnere". Hjelperne fikk en liten kompensasjon i form av et gavekort for sin innsats.

Da vi gikk gjennom funnene fra spørreskjemaene (som var brukt som utgangspunkt for intervju samtaler) på gruppearbeidet på dialogverkstedet var det ingen som skrev selv. Informasjonen kom via det muntlige, og vi og hjelperne noterte ned det seniorene fortalte. En generell innvending mot gruppesamtaler er at man mister litt av det rent individuelle perspektivet, og man kan i mindre grad få divergerende meninger fordi faren øker for at mange mener noe av det samme. Noen kan dominere samtalen i litt for stor grad slik at de litt mer forsiktige ikke kommer til uttrykk. Ved et tilfelle, da en av våre hjelperne snakket med to damer, fortet den ene seg å fortelle noe da den andre var på toalettet. Det var tydelig at det ikke var alt man kunne snakke like åpent om.

Å bruke medhjelperne for å tolke språk og kulturelle koder var helt nødvendig for å få gjennomført medvirkning med denne gruppen av eldre. Uten dem ville vi ikke fått en så rik informasjon. Samtidig er det noen ulemper knyttet til dette. Sannsynligheten er til stede for at det foregår sosiale prosesser og tolkninger som vi som forskere ikke har forutsetninger for å forstå og dermed ikke får registrert. Noe tap av informasjon og mulige «vridninger» av deltakernes synspunkter og erfaringer kan forekomme. Samtidig kan det også være en viss fare for at vi som forskere overdriver trekk og funn som virker fremmede på oss i møte med minoriteter, mens vi kan stå i fare for å underkommunisere trekk og funn fra majoritetsbefolkningen fordi vi har så stor grad av forutforståelse. Dessuten kan nok både presisjonsnivået på informasjonen og mengden av informasjon bli noe lavere rett og slett fordi så mye tid og fokus går med til å oversette og forstå et annet språk.

10.4 Hva er et godt nærmiljø for eldre med minoritetsbakgrunn i et flerkulturelt storbysamfunn

Medvirkningen fastslo noen viktige verdier for en god alderdom for eldre med minoritetsbakgrunn:

- Å kunne bo i eget hjem
- Å bo sentralt og ha alt i nærheten
- Å kunne være sosial
- Å ha tilgang til gratis sosiale møteplasser
- Å komme seg rundt i nærmiljøet
- Å ha tilgang til aktiviteter, foredrag og turer

I hovedsak har eldre med minoritetsbakgrunn de samme ønskene og behovene som eldre med majoritetsbakgrunn. Viktige verdier er å være sosial, komme seg rundt i nærmiljøet, ha tilbud om ulike aktiviteter, å være trygg, å ha alt i nærheten og å kunne bo i eget hjem. Men ved nærmere øyesyn har de til dels et noe annet innhold og det er knyttet spesifikke betingelser og barrierer til dem. Dette forteller vi nærmere om her.

Folkeliv, trygghet og utrygghet. De fleste av seniorene bor i området rundt senteret, mens noen bor i ytre by eller rett utenfor Oslo. Felles for alle er at de bruker tid og oppholder seg mye på Grønland og at de verdsetter det urbane miljøet med folkelivet, grønningshandlerne og småbutikkene der de kan få tak i billige matvarer, frukt og grønt og spesielle varer fra hjemlandet. De setter også pris på å ha kort vei til fastlegen, og legevakten er heller ikke langt unna. Flere gir uttrykk for at de ønsker å bo hjemme så lenge som mulig, de har ingen planer om å flytte på aldershjem og viljen er generelt stor i familien til å ta vare på de eldre.

Folkelivet og alle menneskene gjør at de føler seg trygge, samtidig forteller de om visse steder der det er noen grupper av mennesker som gir dem en følelse av utrygghet. Spesielt de eldste kvinnene sier at de ikke beveger seg utendørs etter at det har blitt mørkt, det samme fortalte de etnisk norske eldre. Denne opplevelsen av utrygghet er noe vi har sett tidligere, blant annet i rapporten «På sporet av det nye Grønland». I intervju med politiet kan de fortelle at gatekriminalitet, rusmisbruk og gjenger fører til en opplevd utrygghet. Selv om det generelt ikke er utrygt å ferdes på Grønland, er opplevd utrygghet et reelt sosialt fenomen (Brattbakk m.fl 2017: 127).

Sosiale møteplasser. Prosjektet viser betydningen av nærmiljøets tilbud av gode og inkluderende møteplasser. De fleste forteller at de bor alene, og ikke sammen med familie, men får mye hjelp av barna sine og andre i familien. De seniorene som er tilknyttet Grønland flerkulturelle seniorsenter, enten gjennom kvinnegruppa eller den norsk-pakistanske foreningen for eldre menn, forteller at de møtes minst fire ganger i uka. Begge gruppene har stor pågang av medlemmer og ser behov for å utvide tilbudet.

Det er et bredt spekter av trimtilbud, kvinne- og mannekafeer, sykurs, foredrag og andre aktiviteter i bydelen. Mange av disse er spesielt rettet mot eldre med minoritetsbakgrunn. Likevel savner de steder der man bare kan være sosial, gjerne i større grupper, der de ikke trenger å være på kurs eller foredrag. En viktig verdi er å kunne være sosial i en uformell setting sammen med andre fra egen kultur, der de kan snakke sitt eget språk.

Tilbud om aktiviteter, foredrag og turer. Det er et rikholdig tilbud i og omkring Bydel Gamle Oslo. På det flerkulturelle seniorsenteret har de trimgruppe og kvinnegruppe, som også har jevnlig foredrag om blant annet aktuelle helsetema. Frisklivssentralen byr på et mangfold av forskjellige tilbud innen fysisk og psykisk helse, trening og ernæring. I tillegg er det flere møteplasser med gratis eller billig servering. Moskeene er ikke å regne som en sosial møteplass, men de er viktige religiøse møteplasser. Mye tyder allikevel på at det er utfordrende å orientere seg blant alle tilbudene og at det kommer an på nettverket ditt hva du kjenner til. Barrierer her kan ha sammenheng med at informasjon sluses over i digitale kanaler, i tillegg til utfordringer knyttet til språk. Uansett er det utfordrende å orientere seg, - også ansatte i Bydel Gamle Oslo ser det som krevende å få et overblikk over eksisterende tilbud og innholdet i disse.

Flere av kvinnene forteller at de sjelden kommer seg ut av området, de lever livene sine i Tøyen/Grønland-området, men de uttrykker et ønske om å se andre deler av byen. De ønsker at turene ut av bydelen skal være organiserte, sammen med en de føler seg trygg på, som for eksempel lederen av kvinnegruppa på seniorsenteret. Sammen med henne drar kvinnegruppa på utflukt en gang i måneden i seniorsenterets minibuss. Dette ønsker

de å gjøre oftere. I tillegg er det mange som gjerne vil dra på hyttetur; mange har hørt om denne «hytta» i alle år og nå vil de se hva det handler om.

Trygghet er spesielt viktig for flere av kvinnene. Trygge møteplasser og aktiviteter og utflukter med trygge rammer er nødvendig for deltakelse. Det at den kvinnelige lederen selv har innvandrerbakgrunn er en viktig forutsetning for opplevelse av trygghet.

Flere av mennene som deltok påpekte at det generelt var lite tilbud som var spesielt rettet mot menn. De la vekt på at mange eldre menn som har mistet ektefellen sin eller har vært enslig hele livet lett blir isolerte og ensomme og står i fare for å bli deprimerede. De etterlyser flere sosiale- og trimtilbud for eldre menn.

Å komme seg rundt i nærmiljøet. De som bruker Grønland flerkulturelle seniorsenter er relativt friske, hjemmeboende eldre. Ikke mange bruker rullestol eller rullator, men en del har vanskeligheter med å gå, blant annet på grunn av diabetesrelaterte smerter. Flere trekker fram benker og hvileplasser som viktig for å kunne komme seg rundt på egenhånd. I noen områder er deknningen av benker god, men på noen strekninger er deknningen mangelfull.

Tradisjonen med å gå tur for turens skyld uten å skulle komme seg fra A til B var ukjent for mange, og flere var derfor lite fysisk aktive utover den aktiviteten som fulgte av daglige gjøremål. Flere, særlig blant kvinnene, slet med diabetesrelaterte smerter og lidelser.

En del av kvinnene forteller at flere steder der det er benker og hvileplasser okkuperes disse av større grupper med menn, det gjør at disse kvinnene med bakgrunn i sin tradisjon ikke kan sette seg der. Å sikre lik tilgang til byen for grupper med ulike behov er en utfordring som er spesielt til stede i dette lokalsamfunnet, som er Norges mest flerkulturelle urbane miljø. Godt vintervedlikehold, generelt vedlikehold av fortau og tilgang til (gratis) toalett er også viktige faktorer når det gjelder å komme seg rundt i nærområdet.

Kulturell tilhørighet, språk og sosialt liv. Et forhold som er relativt tydelig blant våre deltakere er at deres sosiale nettverk i stor grad knytter seg til personer med samme språk- og landbakgrunn som dem selv, dvs. også lik kulturbakgrunn. De etniske nettverkene ser ut til å stå sterkt. Tilhørighet handler mer om hvem man naturlig føler man hører sammen med, enn om en bevisst grensedragnings mot de som man anser som annerledes. Det språklige og kulturelle fellesskapet gir en sterk tilhørighet og trygghet og et sterkt samhold. Samtidig gjør det at ulike sosiale-, aktivitets- og tjenestetilbud som retter seg mer generelt mot eldre eller hele befolkningen i mindre grad benyttes av eldre med minoritetsbakgrunn. Språk er også en vesentlig barriere for mange når det gjelder å delta på sosiale møteplasser og tilbud som er rettet mot alle eldre. Variasjonen i norske språkferdigheter er naturlig svært stor internt i denne gruppen og varierer blant annet med botid og yrkesdeltakelse. Blant de som deltok i vårt forsøk synes norskkunnskapene svakere blant kvinnene enn mennene.

Kjønnsdimensjonen, frihetsgrader og sosial kontroll. Kjønnsdimensjonen ser ut til å være tydeligere i denne gruppen enn blant etnisk norske i de øvrige medvirkningsoppleggene. Et eksempel er utfordringer i bruk av offentlig rom som nevnt ovenfor: at kvinner ikke kan sette seg på benker og plasser der det er større grupper av menn. For en del av minoritetskvinnene er det å sitte på en benk sammen med andre menn enn sin ektefelle noe som er uaktuelt, og dette opplevdes som en begrensning for deres opphold og bevegelse i byrommet.

Det kom fram flere slike eksempler på at kjønn spiller en viktig rolle for muligheten til et sosialt og aktivt liv. Et helt konkret spørsmål er da: hvordan kan man legge fysisk og sosialt til rette – gjennom benker og hvileplasser, sosiale møtesteder og aktiviteter – for at lokalmiljøet skal være et rom hvor alle – både kvinner og menn – kan delta og finne sin plass? Dette er dessuten særlig relevant fordi graden av fysisk aktivitet ser ut til å være lavere og andelen med diabetes høyere, særlig blant kvinnene.

På stedsvandringene ble vi oppmerksomme på at det innenfor visse grupper er utpregede interne kjønnsforskjeller, blant annet i at flere av mennene har mye større grad av frihet enn kvinnene og derfor større mulighet til å være sosiale på flere arenaer. Norsk Pakistansk Eldreforening er en forening for eldre norsk-pakistanere, men denne gruppa består bare av menn. Nestlederen fortalte at de ikke kan rekruttere kvinner, fordi det ville gitt foreningen, medlemmene og kvinnene som lot seg rekruttere et dårlig rykte. Flere av konene ønsker ikke å gå ut alene og blir derfor sittende mye hjemme i boligen og vente. Som et eksempel er mennene i denne foreningen svært sosiale utenfor hjemmet, de samles minst fire dager i uka, fra ettermiddagen og ofte til klokka ti på kvelden.

Noen av kvinnene fortalte om opplevelser man kan knytte til sosial kontroll, uten at de brukte det begrepet. De fortalte at de blir observert når de beveger seg utendørs, og at folk i miljøet registrerer hvem de går sammen med og hvor de er. Men det var også noen kvinner som uttrykte eksplisitt at de opplevde å bli utsatt for negativ oppmerksomhet og «øyne som følger med deg» og hvor du er og hvem du er sammen med i det offentlige rom. Mange opplevde dette som hemmende for sin livsutfoldelse. Og det begrenser klart deres mulighet til å benytte offentlig rom. Et interessant spørsmål er hvorvidt dette er et mer fremtredende trekk på et sted som Grønland med høy andel minoriteter og sterke etniske tradisjoner enn på steder som er mer dominerte av majoritetsbefolkningen.

Økonomiske betingelser var i noe større grad et tema blant deltakerne på Grønland enn på de øvrige stedene vi har gjennomført seniormedvirkning. Flere, både kvinner og menn, påpekte at det å delta på aktiviteter som koster penger og det å gå på kafe og restaurant var mindre aktuelt for mange fordi det ble for dyrt. Mange fremhevet derfor behovet for gratis tilbud og møteplasser. Den sosiale ulikheten blant seniorer ble tydeliggjort i møte med mange av seniorenene på Grønland. Dette skaper begrensninger med hva de kan delta i. De ønsker seg flere sosiale møteplasser og tilbud som er gratis å delta på. Flere forteller om behov for flere innendørs møteplasser, en forteller at «på vinteren går alle inn (f.eks. på kafé), og det koster penger». De etterlyser også tilgang til selskapslokale de kan låne eller leie billig, samt lokaler der mindre organisasjoner kan møtes. Flere bor i små leiligheter uten tilgang på egen hage og mangler plass til å ha selskaper og sammenkomster.

Tilgang til gratis eller billig matsservering er ønsket av flere, særlig fordi mange av kvinnene på grunn av liten tilknytning til arbeidslivet har lav eller ingen pensjon, eller uførepensjon for de under 67 år. Dette er også interessant i et folkehelseperspektiv da mange i denne gruppen sliter med livsstilssykdommer som diabetes som i stor grad er knyttet til kosthold. I tillegg kan ofte eldre generelt ha ernæringsproblemer.

10.5 Oppsummert om erfaringer og anbefalinger

- *Medvirkningsopplegget* vi har utviklet kunne i hovedsak benyttes, men noen tilpasninger var viktige for å styrke kvaliteten på dataene/materialet
- *Språk*: blant mange av deltakerne, særlig kvinner, var norskkompetansen så svak at bruk av tolk var helt nødvendig. Intervjusamtalene må i slike tilfelle altså foregå med et mellomledd. Da er det viktig å presisere overfor tolker/språklige

medhjelpere at de gjengir det informantene sier uten å omskrive eller rette opp i noe

- *Dialogverksted.* Plenumssamtale var vanskelig når det var flere ulike språk blant deltakerne. I stedet må man organisere smågrupper etter språk som kan drøfte materialet, supplere og korrigere det
- *Yngre medhjelpere og tolker.* vi fikk gode erfaringer med å bruke yngre personer, gjerne ungdom, med minoritetsbakgrunn som både kan tolke språk og kulturelle koder, samt ikke minst så bidrar de til å skape tillit og fortrolighet
- *Muntlig fremfor skriftlig:* i enda større grad enn for eldre med majoritetsbakgrunn måtte medvirkningen foregå muntlig fordi beherskelsen av skriftlig språk var svakere
- *Kultur:* behovet for oversettelse av, og forståelse for, kulturelle koder var også tydelig. Det hjalp godt med unge medhjelpere fra samme kultur som kunne oversette dette til oss, både bokstavelig og kulturelt
- *Digital kompetanse.* Digital kompetanse blant deltakerne var relativt lav. Bruken av den digitale kartappen ble derfor begrenset
- *Kjønsdimensjonen:* vi gjennomførte de to samlingene felles for begge kjønn, men da vi delte i smågrupper var de fleste gruppene adskilt etter kjønn (og språk). Det tror vi var hensiktsmessig, både med tanke på at situasjonen i, og bruken av, nærmiljøet er forskjellig for menn og kvinner og for å unngå at noen av informantene legger bånd på seg

Vi vil understreke at forsøket med medvirkning fra eldre med minoritetsbakgrunn har visse begrensninger når det gjelder representativitet. Begrensningene knytter seg til en rekke individuelle faktorer som landbakgrunn, botid og kjønn, samt særtrekkene ved den lokale konteksten som Grønland som sted utgjør. Situasjonsbeskrivelser og erfaringer kan derfor være noe annerledes med andre innvandrere andre steder i landet.

11 Politikk for aldersvennlige lokalsamfunn

Veldig mange av de forholdene som seniorene i vårt prosjekt har kommet opp med er inkludert i nasjonal politikk for folkehelse og i strategier for aldersvennlige samfunn. Vi viser her kort til sentrale strategidokumenter, reformer og programmer, som samlet rommer svært mye kunnskap om de ulike gruppene av eldre, utfordringer og utviklingsarbeid med gode tiltak for faglig og politisk arbeid på dette feltet. Her finner vi også mange oppfordringer om å bruke seniorene selv som informanter for å finne frem til lokale løsninger, tiltak og forbedringer.

Folkehelsemeldingen (St.meld. 19, 2014-2015) viet et helt kapittel til «Aktive eldre» der også stedskvaliteter og nærmiljøer har stor plass. Det pekes på frivillige organisasjoner, turmuligheter og friluftsliv, kulturliv, boliger og transport som viktige faktorer i lokalsamfunnet. Også lokal planlegging og lokale strategier gis oppmerksomhet, sammen med deltakelse og medvirkning fra aktive eldre. Innledningsvis sies

«Planlegging og utforming av nærmiljø, transport og teknologi må derfor i større grad bidra til at eldre kan bevege seg og delta. Frivillig sektor og kulturlivet kan også spille en viktig rolle. Deltakelse innebærer også innflytelse. Som representant for en stor gruppe i samfunnet, er det viktig at eldre blir hørt og er aktive i politiske beslutninger» (s.93)

Eldre er en viktig målgruppe for **kommunenes folkehelsearbeid**, der ikke bare forebygging og hverdagsrehabilitering er sentralt, men også tiltak som fremmer stedskvaliteter. Kommunene arbeider med tiltak på både universelle og selektive arenaer, og samarbeider ofte for eksempel med frivillige organisasjoner om sosiale møteplasser for eldre eller aktivitetstilbud som trimaktiviteter, gå-grupper o.l. (Helgesen m.fl. 2014).

Kunnskap fra utviklingsarbeid om folkehelse og nærmiljø er relevant å ta med seg i dette arbeidet. I 2015 fikk Helsedirektoratet i oppdrag å igangsette et utviklingsarbeid for å styrke faktorer i nærmiljø og lokalsamfunn som fremmer folkehelse. Utviklingsarbeidet, senere kalt "**Nærmiljøprosjektet**" (2015-2018) omfattet åtte fylker og 41 kommuner. Utpøving og utvikling av metoder for medvirkning var sentralt i prosjektet, samt å innhente kvalitativ lokalkunnskap som skal supplere kommunenes folkehelseoversikter som grunnlag i planprosesser og konkrete folkehelseiltak, jf. folkehelseloven. Fylkeskommunene var prosjekteiere og det ble inngått avtale om kompetansebygging, følge med-funksjon og fylkesvise evalueringer eller vurderinger med regionale høgskoler og universiteter. Høgskulen i Volda hadde ansvaret for sluttevaluering av prosjektet (Bergem, et. al 2019 a). Det er også laget en kortversjon av sluttrapporten (Bergem, et. al 2019 b). Hovedfunn og råd fra evalueringen er⁹:

- Kommunal folkehelseoversikt må bli tydeligere som verktøy i lokalt folkehelsearbeid
- Folkehelsekoordinatorene, og andre som arbeider med kommunal folkehelseoversikt, må få bedre kjennskap til det kommunale plansystemet
- Viktige parter i medvirkningsprosesser er barn og unge, ungdomsråd, eldreråd, råd for personer med redusert funksjonsevne, frivillige, politikere, næringsliv og andre målgrupper som saken angår
- Variasjon i metoder og lokal tilpassing er nøkkelfaktorer for gode medvirkningsprosesser
- Det kan være formålstjenlig å gjennomføre medvirkningsprosesser på arenaer der folk er

⁹ Les mer om anbefalinger for god nærmiljøutvikling; sluttrapporten og kortversjonen fra nærmiljøprosjektet: <https://www.helsedirektoratet.no/nyheter/kvifor-trivst-du>

- Tiltak må ta utgangspunkt i lokale utfordringer og påvirkningsfaktorer. Tiltak kan være på systemnivå, for eksempel nettverksbygging, kompetansebygging og medvirkning i planprosesser
- Plansystemet må brukes mer aktivt for å forankre og synliggjøre folkehelsearbeidet
- Trygghet, trivsel, tillit og tilgjengelighet er sentrale påvirkningsfaktorer for helsa
- Samarbeid om kompetansebygging – et godt grep
- Nedenfra-og-opp-tilnærming og få føringer kan være frustrerende, men gir samtidig stor fleksibilitet og mulighet til å tilpasse til lokal kontekst
- Utviklingsprosjekter trenger tid
- Å kommunisere om prosjektet i kommuneorganisasjonen og utover mot lokalsamfunnet er smart
- Fylkeskommunene er gode støttespillere for lokalt folkehelsearbeid

Regjeringens strategi for et aldersvennlig samfunn¹⁰ har «Aldersvennlige nærmiljøer og lokalsamfunn» som ett av de strategisk viktige områdene. Der står det innledningsvis:

«De fysiske omgivelsene har stor betydning for hvordan alle kan leve gode og aktive liv fysisk og sosialt. Det er et mål at nærmiljøer, steder og byrom, boligen, servicefunksjoner, kulturliv, fritidstilbud, uteområder og transportsystemer har en utforming som gir god tilgjengelighet og som, sammen med bruk av teknologi, fremmer deltakelse, selvhjelpenhet og sunn aldring.»

Det understrekes at nærmiljø- og lokalsamfunnsutvikling er løftet fram som et utviklingsområde i folkehelsepolitikken og at det skal legges vekt på å utvikle mer kunnskap om helsefremmende nærmiljøkvaliteter.

Leve hele livet. Dette er navnet på den nye kvalitetsreformen som regjeringen nå gjennomfører for at alle eldre over 65 år, både de som bor hjemme og de som bor på institusjon, skal få bedre hjelp og støtte til å mestre livet. Det handler om grunnleggende ting som oftest svikter i tilbudet til eldre: mat, aktivitet og fellesskap, helsehjelp og sammenheng i tjenestene. Utgangspunktet for reformen er en forståelse av at gode løsninger er utviklet i kommuner, helseforetak, frivillige organisasjoner, næringsliv og lokalsamfunn, men at disse i liten grad spres til andre kommuner. Reformen tar derfor først og fremst sikte på å utløse lokalt ansvar og engasjement, ikke minst blant den voksende andelen eldre i befolkningen. Et nasjonalt og regionalt støtteapparat skal støtte kommunene i implementeringen av reformen. Støtteapparatet skal utvikle verktøy og gi faglig bistand på reformens hovedområder, blant annet gjennom informasjon, råd og veiledning, og ulike former for nettverksarbeid, som læringsnettverk og dialogmøter. Kommunene skal arbeide for aldersvennlige lokalsamfunn, og det vises til at det i alle sektorer finnes virkemidler for å få til dette. Kommunenes sentralforbund KS har fått et særskilt ansvar i å utvikle et nasjonalt nettverk av aldersvennlig byer og lokalsamfunn.

Kvalitetsreformen konkretiseres i **Nasjonalt program for et aldersvennlig Norge**, som er bygget på WHO's konsept for aldersvennlige byer og lokalsamfunn:

«Arbeidet må baseres på et bredt partnerskap mellom offentlige myndigheter, arbeids- og næringsliv, private aktører, sivilsamfunn og forsknings- og utdanningsinstitusjoner. Programmet skal utfordre den eldre befolkning til selv å engasjere seg i planlegging av egen alderdom og utforming av sine omgivelser».

Det nasjonale programmet for et aldersvennlig Norge har fem hovedelementer¹¹:

¹⁰https://www.regjeringen.no/contentassets/c8a8b14aadf14f179a9b70bc62ba2b37/strategi_eldrepolitikk_110316.pdf

- Planlegg egen alderdom – en kampanje på tilrettelegging av bolig, sosialt fellesskap og et aktivt liv
- Eldrestyrt planlegging av aldersvennlige lokalsamfunn
- Nasjonalt nettverk for aldersvennlige kommuner
- Partnerskapsordning for aldersvennlige organisasjoner, institusjoner, bedrifter og virksomheter
- Seniorressursen – ta i bruk den ressursen eldre representerer i arbeidsliv og frivillig arbeid

Avsluttende ord. Det er i kommunene og lokalsamfunnene mye av den konkrete innsatsen skal skje. Våre medvirkningsmetoder har vist seg velegnet til å få fram eldres innsikter, lokalkunnskap, erfaringer og forslag som er verdifulle bidrag til et nytt *lokalt basert kunnskapsgrunnlag*. Når tiltak blir konkrete og knyttet til bestemte lokale nærmiljøer kan en legge nødvendig press på implementering og realisering. Skal en komme fra visjoner til gjennomføring må en forankre dette i de enkelte nærmiljøer og lokalsamfunn. For kommunene, som har et sentralt og koordinerende ansvar, er det svært verdifullt at det på nasjonalt nivå har foregått mye utviklingsarbeid som har resultert i kunnskapsbaserte strategier som kommunene kan støtte seg til. Arbeidet for et aldersvennlig Norge pågår som vist over med nye nasjonale program og innsatser. Aldersvennlige lokalsamfunn med steds-kvaliteter som bidrar til å fremme folkehelsen blant de hjemmeboende senioren er av stor betydning for å nå de gode målsettingene.

¹¹ <https://www.helsedirektoratet.no/tema/leve-hele-livet-kvalitetsreformen-for-eldre/reformens-innhold>
<https://www.regjeringen.no/no/tema/helse-og-omsorg/innsikt/leve-hele-livet/id2547684/>

Litteratur: referanser og anbefalt lesing

- Bergem, et. al (2019) a. Nærmiljø og lokalsamfunn for folkehelsa. Sluttrapport frå evaluering av prosjektet Kartlegging og utviklingsarbeid om nærmiljø og lokalsamfunn som fremmer folkehelse. Høgskulen i Volda, Rapport – nr. 95/2019
- Bergem, et. al (2019) b. Nærmiljø og lokalsamfunn for folkehelsa. Kartlegging og utviklingsarbeid om nærmiljø og lokalsamfunn som fremmar folkehelse. Sluttevaluering, hovudfunn og tilrådingar. Høgskulen i Volda, Rapport – nr. 100/2019. Kortversjon.
- Brattbakk, I. m.fl. (2017): *På sporet av det nye Grønland. Sosiokulturell stedsanalyse av Grønland i Bydel Gamle Oslo*. AFI-rapport 04:2017. Høgskolen i Oslo og Akershus (nå OsloMet)
- Hanssen, G.S. (2020) «Medvirkningens idelandskap», kapittel i Schreiner, Knut et al (kommer 2020) *Forankring fryder*. Oslo: Universitetsforlaget
- Kennedy, Mari-Rose & ter Meulen, Ruud (2017). *Recommendations for involving people with dementia or mild cognitive impairment and their informal caregivers and relatives in the Assisted Living Project*
https://assistedlivingweb.files.wordpress.com/2016/04/alproject_methods_recs_v2_f.pdf
- Klausen, J.E. m.fl. (2013): *Medvirkning med virkning? Innbyggermedvirkning i den kommunale beslutningsprosessen*. Samarbeidsrapport NIBR/Uni Rokkansenteret 2013
- NAL (2019): *Aldersvennlig stedsutvikling. Håndbok*. Norske arkitekters landsforbund. Oslo 2019. <https://www.arkitektur.no/handbok-i-aldersvennlig-stedsutvikling>
- NSD (tidligere Norsk Samfunnsvitenskapelig datatjeneste). Norsk senter for forskningsdata. <https://nsd.no/>
- Norvoll, R. m.fl. (20xx): Prosjektet Assisted Living. <http://www.hioa.no/Om-HiOA/Senter-for-velferds-og-arbeidslivsforskning/AFI/Prosjekter-AFI/Assisted-Living>
- Oslo kommune (2017): *Aldring blant personer med innvandrerbakgrunn – hva vet vi?, Fagnotat til prosjektet: Fremtidens helsefremmende møteplasser 60+*. Oslo Kommune, 2017
- Oslo kommune (2018): *Handlingsplan for en aldersvennlig by*.
- Rafoss, Anne Berit (2018): *Oslo en aldersvennlig by*. <https://www.oslo.kommune.no/helse-og-omsorg/eldreomsorg/aldersvennlig-by/#gref>
- Ruud, M.E. og Vestby, G.M. (2011): *Utviklingen av Søndre Nordstrand. Deltakelse og medvirkning fra innbyggerne*. NIBR-rapport 2011:19
- St. meld. 19 (2014-2015): *Folkehelsemeldingen. Mestring og mulighet*
- St. meld. 15 (2017 – 2018): *Lev hele livet – En kvalitetsreform for eldre*
- Vestby, G.M. (2015) : *Stedsutviklingens råstoff og resultat: Funksjonelle og emosjonelle relasjoner mellom mennesker og sted*. Bokartikkel i: M. Aure, N. Gunnerud Berg, J. Cruickshank og B. Dale (red.): *Med sans for sted. Nyere teorier*. Fagbokforlaget. Bergen 2015

- Vestby, G.M., Brattbakk, I. og Norvoll, R. (2017): *Lytt til senioren!* Utprøving av medvirkningsmodell for aldersvennlige lokalsamfunn. Samarbeidsrapport NIBR/AFI
- Vestby, G.M. (2017): *Alle på banen! Innbyggerinvolvering, tverrfaglig samarbeid og offentlig-privat samspill i områderettet arbeid.* Håndbok. Guri Mette Vestby/NIBR i samarbeid med Oslo kommune. Utgis av Oslo kommune, byrådsavdeling for byutvikling
[file:///C:/Users/Guri%20Mette/Downloads/Hndbok%20%20Oslo%20Alle%20p%20banen%20Innbyggerinvolvering%20mm%20\(3\).pdf](file:///C:/Users/Guri%20Mette/Downloads/Hndbok%20%20Oslo%20Alle%20p%20banen%20Innbyggerinvolvering%20mm%20(3).pdf)
- Vestby, G.M., Ruud, M.E. og Skogheim, R. (2019): *Sammen om sentrum. Offentlig – privat partnerskap og samarbeid forvaltning og utvikling av by- og tettstedssentra*
<https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/sammen-om-sentrum/id2680842/>
- Widerberg, K. (2001): *Historien om et kvalitativt forskningsprosjekt.* Universitetsforlaget. Oslo 2019
- Winsvold, M. m.fl. (2014): *Råd, regler og representasjon. Eldre og mennesker med nedsatt funksjonsevne.* NIBR-notat 2014:101

VEDLEGG

Vedlegg 1. Invitasjon til de eldste eldre om å delta

Velkommen til å delta i utviklingsprosjektet:

«Lytt til senioren! - medvirkning for et aldersvennlig samfunn»

Det er nå satt i gang flere prøveprosjekter med seniormedvirkning med sikte på å skape gode aldersvennlige lokalsamfunn og nærmiljøer. Hensikten er å bruke eldre som ressurs og hente frem Eldres kunnskap og innsikt, erfaringer og synspunkter, behov og ønsker til stedet de bor på, og som betyr noe for trivsel, fysisk og sosial helse og velvære - ja livskvalitet generelt.

Forskere ved OsloMet – Storbyuniversitet samarbeider nå med Bærum kommune om å undersøke hva som er viktige stedskvaliteter i Bærum og på Østerås. I denne forbindelse kommer vi på besøk

mandag 5. november til Østerås seniorsenter kl. 10.30 – 13.00

Under besøket ønsker å gjennomføre intervju samtaler med eldre enkeltvis og/eller i smågrupper. Deretter kommer vi tilbake på et **nytt besøk den 19 november kl. 1030 -1300** for å presentere resultatene fra undersøkelsen på et felles møte. Der vil vi spørre om de eldre synes dette gir et godt bilde av de lokale forholdene på Østerås og i Bærum og om de har noe å tilføye eller vil korrigere noe.

I undersøkelsen vil vi samtale om tre viktige sider ved stedet der dere bor. Dette er:

- **Fysiske steder:** bygninger, uterom, plasser, torg, vegger, gangveier, parker, naturområder, grønne lunger o.l.
- **Sosiale møteplasser og kulturtilbud/aktiviteter:** innendørs som Eldresenter, frivilligsentraler, Eldredans, sanitetsforening, turlaget, trimmen, kaféer, bibliotek, kirke, kulturaktiviteter- og arrangementer o.l.
- **Tilbud og tjenester:** lege, tannlege, fysioterapi, verksteder, offentlig og privat service, hjelpemiddelsentral, apotek, butikker, offentlig informasjon o.l.

For hver av disse temaene ønsker vi deres erfaringer og synspunkter på:

- Hva er **positive kvaliteter** som må tas vare på så de ikke forsvinner eller forringes?
- Hva er **negative ting** som det er viktig å få gjort noe med? Noe som reduserer kvaliteten på Eldres hverdag?
- Er det noe som **mangler** som det er behov for?

Temaene vi skal snakke om er da ikke forbundet med private/personlige forhold, og vi understreker at ikke noe av det som kommer frem vil bli knyttet til enkeltpersoner i vår rapportering.

Vi gjennomfører dette i samarbeid med Bærum kommune og Østerås seniorsenter. Vi håper at de som blir bedt om å være med ønsker å bidra og sender derfor ut denne korte informasjonen. Dersom det er ønskelig med ytterligere informasjon fra oss forskere så er det bare å ta kontakt!

Vennlig hilsen
Guri Mette Vestby, Seniorforsker,
[By- og regionforskningsinstituttet NIBR](#)
OsloMet – storbyuniversitetet
(tidl. Høgskolen i Oslo og Akershus)
gurmet@oslomet.no (tlf. 41 10 50 01)

Vedlegg 2 Program for dialogverksted med de eldste seniorenne

Seniorverksted Østerås seniorsenter mandag 19. november kl. 11.30 – 13.00

| Ca. tidsplan | Hva skjer |
|--------------|--|
| 11.30 | Velkommen til Seniorverksted . Introduksjon av opplegget og hovedfunn |
| | Fysiske steder: resultater og drøfting i smågrupper |
| | Sosiale møteplasser: resultater og drøfting i smågrupper |
| Kort pause | Beinstrekk og enkel bevertning |
| | Tilbud og tjenester: resultater og drøfting i smågrupper |
| | Plenum: <ul style="list-style-type: none">- felles samtale om hva som er viktig å få formidle videre- respons til oss: hvordan har denne metoden for å få fram eldres erfaringer, synspunkter og forslag fungert? |
| 13.00 | Avslutning |
| Pause | |
| 13.15 | Velkommen til Ettermøte – for Eldrerådet og noen ansatte på senteret. Evaluerings: Hvordan har metodene og opplegget fungert? |
| 14.00 | Avslutning |

Spørsmål til drøfting på de ulike tema i smågrupper og plenum:

- Kjenner dere dere igjen i resultatene? Er dere enige?
- Er det noe annet dere vil tilføye som ikke er kommet fram?
- Hva er bra/positivt som det er **viktig** å ta vare på eller styrke?
- Hva er negativt/mangelfullt som det er **viktig** å gjøre noe med?
- Forslag til tiltak eller løsninger?