



## **MOGEN FÖR FLYTT**

BOENDEGEMENSKAP & MÖTESPLATSER  
FÖR ÄLDRE I LUND



**LUNDS UNIVERSITET**  
Lunds Tekniska Högskola

*AAHM01 Examensarbete i arkitektur  
Arkitektskolan, Lunds Tekniska Högskola  
Amanda Oskarsson  
Juni 2016*

*Examinator: Christer Malmström  
Handledare: Tomas Tägil*

## INNEHÅLL

<i>Innehåll</i>	4
<i>Prolog</i>	7
<i>Inledning</i>	9
<i>Målbild</i>	9
<i>Frågeställning</i>	10
<i>Om att åldras</i>	13
<i>Boende för äldre</i>	23
<i>En referensstudie</i>	33
<i>I samtal med äldre</i>	49
<i>Målbild och Program</i>	63
<i>Plats och Situation</i>	69
<i>Gestaltning</i>	87
<i>Slutord</i>	133
<i>Ett urval skisser</i>	134
<i>Källförteckning</i>	140



## PROLOG

*Hej, där är du ju, jag undrade just när du skulle komma. Vad roligt att du är här! Och välkommen in till mig, gick tågresan bra?*

*Här bor jag, mitt inne i stan och uppe bland träden med fåglarna. De är mina grannar, och så Johanna och Kim tvärs över balkongen också förstås. De är nästan lika pratglada som fåglarna. Men mest pratsam är väl jag, har jag hört. Kom gärna in, här är mitt lilla bibliotek, eller ska vi sitta på balkongen? Eller Lilla Kreta som jag brukar kalla den. Du kan sätta dig ner här så kommer jag med kaffe. Behåll skorna på, du får ursäkta mig för alla växter, men visst är de ganska fina, snart är det tomater på den där.*

*Ja, jag har bott här i två år snart och det här är mitt hem nu och jag hade inte kunnat bo bättre. Innan bodde jag i villa med ett och ett halvt plan och trädgård med syrenberså, men sen blev jag själv och jag blev ängslig över att bo ensam och en dag ramlade jag på trappen och pang, sa det, så jag bestämde för att göra något bättre av det! Här, ta en kaka, men spara dig till middagen. Vi lagar pizza i Caféet ikväll och jag har räknat med att du stannar och äter med oss.*



## INLEDNING

*Mogen för flytt är ett projekt som bottnar i viljan att ha en trygg tillvaro och att inte vilja vara ensam när man blir gammal. Projektet tar sig form i reflektionen på ett samhälle där vi fortsätter att bli äldre, men också i inspirationen från och välviljan för äldre i min närhet.*

*Vi lever idag längre och längre, med en ökad andel äldre och vi har drömmar om en aktiv tid som pensionär. Samtidigt har vi fler sjuka år i slutet, med skröplighet och multisjukdom. Den rådande tanken om att kvarboende och vård i hemmet är det bästa alternativet blir en del i att många lever ensamma i slutet av livet, när man inte har styrkan att lämna hemmet själv. Många som gärna bor på ett äldreboende får heller inte plats förrän man är sjuk nog och blir därför isolerade och känner sig ensamma i sin bostad (Östlund, 2008).*

*Efterfrågan på bostäder är stor bland flera grupper och däribland de äldre, som efterfrågar 350 000 bostäder inom 15 år. De äldre utgör även en viktig del i flyttkedjan i sin helhet. Det saknas dock länkar som utgör goda alternativ för flytten och det finns en efterfrågan på fler mellanformer av boenden, som brygger mellan bostaden för familjen och vårdinstitutionen (Pensionärernas Riksorganisation, 2013).*

## MÅLBILD

*Min utgångspunkt är att det är en grundläggande rättighet att man ska kunna ha ett så gott och värdigt liv som möjligt, hela livet igenom. Tidigt formulerade ledord för arbetet är självständighet, delaktighet, integritet, självförverkligande, glädje och hälsofrämjande.*

*Arbetet undersöker hur man kan skapa en miljö för gemenskap, trygghet och aktivitet med fokus på äldre, vilket blir en plats att leva och bo, besöka och vistas i tillsammans med andra. Den byggda miljön har möjligheten att utgöra en grund för ett vardagsliv som ska stimulera både självständighet och sociala nätverk.*

*Detta har samlat lagt grunden för mitt examensarbete som skapar möjligheter för möten i vardagen på balkongen, i parken, på träffpunkten och i relation till staden. Boendegemenskap med social balkong, aktiv takterrass och 'grön' träffpunkt i grunden stärker nätverk boende emellan och med staden.*

*Det är även ett projekt som infinner sig i Kvarteret Kråkelyckan i Lund, vilket ger möjlighet för fina kvalitéer för boende och besökare, men även har ambitionen att knyta an till befintlig struktur och historia och etablera nya gång- och cykelstråk för att väva samman det gröna kvarteret.*

## FRÅGESTÄLLNING

Den tidigt ställda retoriska frågan, som även anger riktningen för examensarbetet är - Måste man bli gammal själv? Arbetet tar avstamp i kritik mot principen om kvarboende, äldres isolering och avsaknaden av alternativ till en god flytt även när man blir äldre. Att flytta från sin bostad ska heller inte innebära endast att flytta hemifrån - utan ska innebära att flytta hem.

För att ta mig an uppgiften har följande frågor tidigt varit viktiga:

*Vem är den äldre?  
Hur bor man idag och hur svarar det mot behoven?  
Hur är det att bli gammal?  
Vad kan motivera en flytt?*

Arbetet vill utmana ensamheten och undersöker därigenom möjligheten till fler möten i vardagen och jag ställer frågan:

*Hur kan bostaden och närmiljön stötta äldres hälsa och trygghet?  
Vad kan en högre grad av kollektivitet ge?  
Hur skapar man självständighet intill gemenskap?*

Gestaltningförslaget infinner sig i Kv Kråkelyckan i Lund, varav följande frågor ställs:

*Hur möts det privata och det gemensamma?  
Hur kan närmiljön och kvarteret stötta ett nätverk "i närhet" till andra?*

## OCH HUR

Arbetet baserar sig på studie genom litteratur, artiklar samt studiebesök och samtal med äldre - för att få en god förståelse och framförallt en mycket personlig och precis inblick i temat "Boende för äldre". Studierna har skett simultant med att en plats har valts. Skiss och analys, plats och studier har tillsammans gett projektets förutsättningar.

## KÄLLOR

De huvudsakliga källorna i arbetet har varit rapporter och litteratur som gett inblick i äldres hälsa och boende, såsom Åldrande och livskvalitet av Helena Östlund, Bygga för seniorer av Kerstin Kärnekull, Äldres boende idag och i framtiden av PRO samt Hälsoutveckling och hälsofrämjande insatser på äldre dar av Statens folkhälsoinstitut.

## OM ATT ÅLDRAS

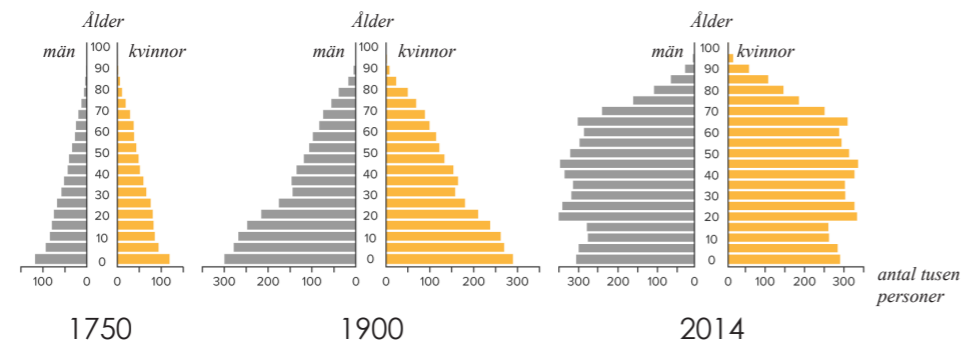
*Jag vill inte ha pension!  
Jag vill ha passion!*

*Från illustration av Gunnila Dahlgren*

## FLER ÄLDRE

Ann-Margret, som är min farmor och porträtterad på bilden nedan föddes 1920. Då var medellivslängden 55 år, Sveriges riksdag hade nyligen beslutat om allmän pension vid 65 års ålder och endast var tolfte person var 65 år eller äldre. Idag har medellivslängden nått lite över 80 år och nästan var femte person är 65 år eller äldre.

Vi fortsätter med andra ord att leva längre och längre och den äldre delen av befolkningen fortsätter att öka. Vid pensionen har många en tredjedel av livet kvar och man går in i den aktiva tredje åldern. Denna äldre del av befolkningen ökar och förväntas motsvara var fjärde person 2060, då medellivslängden kommer att vara knappa 90 år (Statistiska Centralbyrån, 2016).



Källa: Statistiska Centralbyrån, 2016

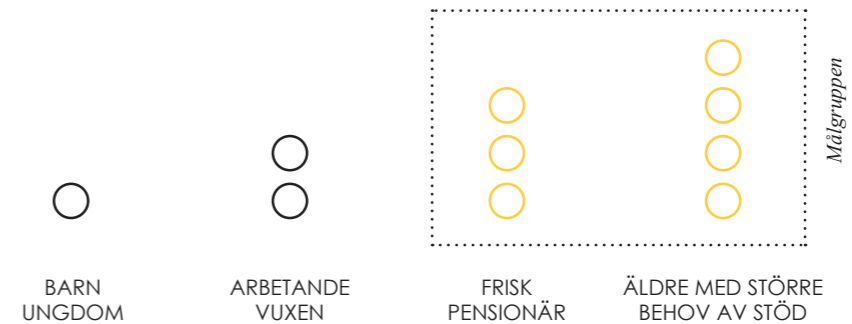
## HUR GAMMAL ÄR DU?

I Sverige pratar vi ofta om kronologisk ålder, vilket däremot inte ger någon information om hälsa och funktionsförmåga. Därför pratar man gärna om livets olika åldrar:

Den första åldern är tiden då vi är barn och ungdomar och den andra åldern är tiden som vuxna och som präglas av arbetsliv och ansvar för familj. Den tredje åldern är tiden som ålderspensionär, som för många är en lång och relativt frisk och innehållsrik tid, medan den fjärde åldern i högre grad karakteriseras av sjuklighet och nedsatt funktionsförmåga, med ett större behov hjälp från andra för att klara det vardagliga livet (Östlund, 2008).

Fokus ligger med andra ord mer på kapacitet än ålder. Din känsla av ålderdom och hälsa är dock givetvis mycket individuell.

Arbetet riktar sig till personer i tredje och därefter även fjärde åldern. Individerna ska stöttas i en stimulerande vardag och ett hälsofrämjande åldrande. Boendet ska erbjuda god möjlighet att bo kvar i det nya hemmet, även in i fjärde åldern.



## LIVSNJUTARE OCH ÖVERLEVARE

Den ökade medellivslängden innebär med andra ord att vi har en lång tid efter pensionen och man talar om "De nya äldre" och "Age of Choice". Idag kan man leva ett helt annat liv som pensionär än tidigare generationer, då man oftast är mer oberoende idag än förr och söker en meningsfull tillvaro, självförverkligande och social delaktighet. Det finns en etablerad pensionärskultur och en livsstil kring gruppen, som kan efterfråga både komfort, trygghet, erfarenhet, gemenskap, livsglädje och äventyr (Theelin, 2009).

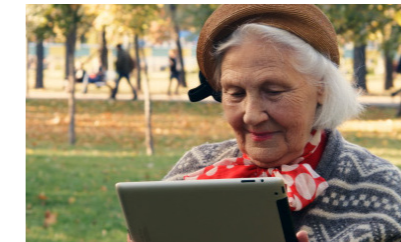
Tiden som ålderspensionär spänner dock över en hel generation, med nyblivna pensionärer och livsveteraner som har sina olika livssituationer. Som 65 år är man som pensionär ofast mitt uppe i livet och kan ha ansvar för både barnbarn och föräldrar. Den som fyllt 90 år något av en överlevare, som har överlevt många av sina nära anhöriga och vänner. Även om de kan vara vid god hälsa kan de behöva annat stöd än nypensionerade (Statens folkhälsoinstitut, 2005).





## ÄLDRES HÄLSA OCH VÄLMÅENDE

Likväl som vi lever längre idag så har vi fler friska år framför oss än förr, genom en längre och god tredje ålder. Färre äldre lever med svår ohälsa, vilket beror på kombinationen av en bättre livsstil och utveckling inom medicin och sjukvård. Samtidigt är det man kallar skröplighet och multisjukdom vanligare idag än förr och vissa samhällsgrupper följer inte med i den goda hälsoutvecklingen. Sett i sin helhet överlever vi dock fler sjukdomar idag och tekniska hjälpmedel och god bostadsutformning ger mycket värdefullt stöd, som innebär att man kan fortfarande klara sin vardag på egen hand och bibehålla självständighet och gott sinne (FHI, 2005).



Kvinnor & Wilson

Lika viktig är den psykiska hälsan, vilken kan vara svår att särskilja från andra symptom samtidigt som den i allra högsta grad påverkar livskvaliteten. Man säger att äldre är friskare och lyckligare idag än för 30 år sedan, men att många "äldre-äldre" lider av ensamhet även om man har kontakt med sina barn. Ensamhet kan leda till depression, men det kan även vara depressionen i sig som leder till ensamhet när man drar sig tillbaka. Depressionen kan komma av att man förlorat sin partner eller att man själv blivit sjuk och därför har svårt att träffa vänner och milda depressioner ökar hos 75-åringar. Psykisk ohälsa påverkar kroppen i stort och är starkt kopplat till livsleda och stroke, vilka båda i sin tur är kopplade till kortare livslängd.

Ensamboende har generellt sett sämre hälsa och en högre vårdkonsumtion. Deprimerade äldre söker mer sjukvård, men sällan för depression utan för andra saker och många saknar kunskap om att det är en behandlingsbar sjukdom. Man kan känna sig nedstämd och trött på livet, aptiten har försvunnit och man förlorar ork och kan inte sova på nätterna. Mats Thorslund hävdar även i en rapport om äldres livskvalité att psykiskt lidande prioriteras ner när hemtjänsten gör sina biståndsbedömningar. Vidare så kan det vara svårt att hitta rätt orsak vid ett läkarbesök då man tar många en mängd olika mediciner och att symptom tolkas fel (Östlund, 2008).



FLER FRISKA ÅR



LYCKLIGARE



MULTISJUKDOM



RISK FÖR  
DEPRESSION

## GRUNDEN TILL ETT GOTT ÅLDRADE

Upplevelsen av att åldras är givetvis mycket individuell. Hälsan för äldre skiljer sig dock mellan olika grupper och man kan se skillnader om man jämför kön, län, utbildningsnivå, genetik och miljöfaktorer. Det är med andra ord faktorer som även påverkar din livsstil.

En god livsstil är grunden för ett gott åldrande. En god livsstil innefattas av både fysiskt, socialt och psykiskt välmående och det är aldrig för sent att ta sig an en bättre livsstil eftersom det kan göra stor skillnad för livskvalitén.

Man talar om fyra hörnpelare för ett gott åldrande, som är formulerade av Folkhälsoinstitutet och som även ligger som stöd till mitt arbete. Fysisk aktivitet, Äta bra mat, Social gemenskap och stöd och En meningsfull vardag (FHI 2005).

*De fyra hörnpelarna ska ligga till grund för arbetet, som ska främja äldres hälsa och välmående.*

*De fyra hörnpelarna möjliggör ofta varandra och kan ske samtidigt i ett och samma slag. Att verka mot isolering och ensamhet och verka för social gemenskap står dock som ledstjärna för arbetet.*



FYSISK  
AKTIVITET



ÄTA BRA  
MAT



SOCIAL  
GEMENSKAP



MENINGSFYLLD  
VARDAG



### FYSISK AKTIVITET

Precis som för andra åldersgrupper finns det stora hälsovinster med fysisk aktivitet både i tredje och fjärde åldern. Träning bromsar upp onödig funktionsnedsättning, förbättrar livskvalitén och medför mindre risk för depression. Det kan vara regelbundna promenader till butiken, trädgårdsarbete, hushållsarbete eller styrketräning som ofta även innefattar frisk luft och möten med andra människor.



### ÄTA BRA MAT

Många äter bra mat i tredje åldern, men pensionen följs ibland av viktuppgång på grund av en förändrad vardag. Övervikt innebär en ökad risk för sjukdomar såsom diabetes och hjärta. Framförallt i fjärde åldern och för mer isolerade personer är risken större för näringsbrist och vikttnedgång, som också kan ha negativa följder för hälsan såsom depression och nedsatt kognitiv förmåga.



### SOCIAL GEMENSKAP OCH STÖD

Mycket forskning visar att sociala kontakter är väldigt viktigt för en god hälsa i hög ålder. Stödet man får genom social gemenskap fungerar som en hälsobuffert även under sämre dagar, samtidigt som ditt sociala nätverk är en del i att stärka din självbild, känslan av tillhörighet och kan utgöra en hjälp att klara av vardagssysslor. Hälsofrämjande miljöer kan vara i kontakt med föreningar, grannar och kultur.



### MENINGSFYLLD VARDAG

Det är viktigt att man känner sig delaktig i saker som händer omkring en och fortsätter att vara engagerad i aktiviteter som man tycker om. Det kan handla om möjligheten att utvecklas och skapa genom studiecirklar eller längre fram i livet kunna upprätthålla sina vardagsrutiner på egen hand, såsom att handla och laga mat.

Linbana, Fika, Kyss och Väntan

## TANKAR OM VAD MAN KAN SAMLAS KRING

*Ett möte sker gärna kring någon slags "aktivitet" även om den kan vara mer eller mindre spontan eller arrangerad, kräver ett högt engagemang eller att man sitter vid sidan av och kikar. Aktiviteter för äldre riktar sig till en bredd av människor, med olika intressen, behov och hälsa. Nedan illustreras skiss över vad projektet skulle kunna innefatta..*



*Det är viktigt för arbetet att man kan mötas oavsett funktionsförmåga. Därför behövs en bredd av aktiviteter och med olika grad av engagemang. De fyra hörnstenarna ska ligga som grund och gärna i relation till utevistelse och grönt.*

*Det som inspirerar mest är dock möjligheten för fortsatt utveckling av kropp och sinne och skapande. Att spela schack eller odla rabarber är en möjlighet att umgås och att lära - och att lära ut och lägga grund för utvidgade nätverk. Man är en resurs även efter arbetslivet och man kan uppleva en mycket stor glädje och mening i att få lära ut någonting som man är bra på.*

## **BOENDE FÖR ÄLDRE**

*Hade jag känt till att ett sådant här boende existerar,  
hade jag velat flytta in för många år sedan.*

*Kvinna till Kristina Kärnekull om  
Kollektivhuset Färdknäppen för seniorer*

## BOENDE IDAG

De flesta i Sverige bor i småhus och man fortsätter ofta att bo i småhus genom hela livet. Fler bor i flerbostadshus under ungdomstiden och från 70 år ökar andelen boende i flerbostadshus igen.

Idag bor 32 procent av de som är 60 år eller äldre ensam och 5 procent av dessa bor på äldreboende. Bland äldre-äldre bor ännu fler personer ensam, när livskamrater eller partner går bort. Med andra ord är det få som någonsin bor på ett äldreboende och många vårdas istället hemma efter behov. Idag finns det få platser på äldreboenden i relation till antalet äldre och trots ökningen av äldre så minskar vårdplatserna genom den rådande kvarboendeprincipen. Av de som är 65 år eller äldre bor 90 procent i det vanliga bostadsbeståndet (SCB, 2016).

Däremellan finns även en mindre del särskilda bostäder som kan vara anpassade för en viss åldersgrupp och ha en specifik tanke om livsstil eller gemenskap. Utbudet är inte stort i förhållande till andelen äldre, men efterfrågan ökar. Det är dock viktigt att poängtera att ensamboende inte måste innebära ensamhet för alla.

*Arbetet riktar sig till denna grupp som söker ett annat boende och det infinner sig bland dessa mellanformer för äldre.*

*För den som inte vill vara ensam, men som inte har behov av ett äldreboende.*



1800-TAL

Något mer än en tiondel bor ensam



1945

35 procent av de som är 65 år eller äldre bor ensam



1960

23 procent av de som är 60 år eller äldre bor ensam



2014

32 procent av de som är 60 år eller äldre bor ensam, varav 5 procent bor på äldreboende

Källa: Statistiska Centralbyrån, 2016

## SÄRSKILDA BOENDEN

### SENIORBOENDE

På seniorboendet är bostäderna avsedda för personer över en viss ålder, men omfattas inte av någon lagstiftning och finns därför på den öppna bostadsmarknaden i form av hyresrätter eller bostadsrätter. Det finns heller inga specifika definitioner eller krav på utformningen av boendet, men det har vanligtvis god tillgänglighet som ger möjlighet att bo kvar även vid ett omfattande vårdbehov och ibland finns även gemensamma lokaler.

### TRYGGHETSBOENDE

Trygghetsboendet riktar sig till äldre över 70 år och fokuserar på att skapa en trygg tillvaro, framförallt för personer som kan känna sig ensam eller otrygga i det "ordinära boendet". Bostäderna ska enligt lagstiftning ha god tillgänglighet och man har tillgång till gemensamma lokaler där man ibland kan äta tillsammans med grannar och personal som finns på plats under vissa tider av dygnet. De boende har sällan gemensamt ansvar för lokalerna.

### BOENDEGEMENSKAP

Det finns ett mindre antal boenden i Sverige som är präglade kollektivhus eller gemensamhetsboenden för äldre. Kollektivboenden har ofta tagit form genom individuella initiativ i form av hyresrätter och karaktäriseras av både självständighet och gemenskap. Kärnan i många kollektivhus är matlagningen och gemensam skötsel av och arrangemang i föreningens gemensamhetslokaler.

Det danska Bofaelleskapet är en motsvarighet som har blivit ett naturligt inslag i det danska bostadsbeståndet, där man ofta genomför Bofaelleskapet tillsammans. Om Sverige har anställd personal och service som hörnstenar säger man att Danmark har gemenskap och informella nätverk som grund i sin förhållning till äldre.

### ÄLDREBOENDE

Boendet för vård och omsorg är mer betonat av sjukdom och vård, men även av att man bor nära sina grannar, med stöd av personal och ibland gemensamma måltider.

## LIVET, BOSTADEN OCH NÄRMILJÖN

Som arkitekt är jag givetvis övertygad om den betydelse som arkitekturen har för vårt liv, såsom genom bostaden, närmiljön och staden. Som äldre växer dock betydelsen av dess utformning ytterligare. Bostaden och närmiljön står i centrum av livet när sociala kontakter tunnas ut till följd av att vänner går bort eller till följd av funktionsnedsättningar, som gör det svårt att ta sig i eller utattnför hemmet utan hjälp. Individerna måste själv göra sitt val, men god samhällsplanering och bostadsförsörjning kan stötta en god hälsa för äldre och förebygga skador och sjukdom.

Grunden ligger i att skapa förutsättningar för ett självständigt liv. Att kunna klara sig själv och bibehålla sina intressen ger mening och möjliggör samtliga fyra hörnstenar. I folkhälsosammanhang används begreppet **Stödjande miljöer**. En god miljö upplevs som trygg och säker, är tillgänglig och stimulerar till grannkontakter (FHI, 2005).

*Fokus för arbetet ligger på gemenskap och att bryta isolering, men faktorerna är nära knytta och möjliggör varandra. God tillgänglighet och trygghet är en förutsättning för att kunna initiera sociala kontakter och närheten till grannar samt en tillgänglig miljö skapar samtidigt en känsla av trygghet.*



Foto: Dine

## HEMMAVID

I första rummet för bostaden sätts trygghet. **För de allra flesta handlar trygghet om relationen till närboende och att veta vilka varandra är, vilket uppskattas än mer med åldern.** Bara att finnas i närheten av andra kan ge dig mentalt stöd att gå ut på trappan. Både god hälsa och en tillgänglig bostad står i relation med trivseln i hemmet och hur man upplever kontrollen av sitt liv. **Dålig tillgänglighet ökar risken för depression, medan goda anpassningar kan påverka goda rörelsemönster.**

På så vis kan en begränsad tillgänglighet göra att hemmet känns som ett fängelse. Tillgängligheten är en viktig grund i möjligheten att sköta sina dagliga sysslor och rör sig om fysiska begänsningar, såsom dålig rörlighet, syn, hörsel eller en nedsatt kognitiv förmåga i form av demens. Vanliga hinder i bostaden är höga trösklar, små passager och badrum samt tunga dörrar (FHI, 2005).



## UTE I NÄRMILJÖN OCH STADEN

Utformningen av bostadens närmiljö är mycket viktig för att stimulera till såväl aktivitet som kontakt med grannar och kan vara avgörande för att man inte ska bli isolerad som äldre. Miljön måste därför vara väl utformad för god framkomlighet, men även med fokus på att kunna stanna upp och vila och träffa en granne. Framkomligheten underlättas exempelvis av släta markbeläggningar, kontraster och god skyltning och belysning.

Spontana möten är goda kontakter, men uppstår inte var som helst. Medvetet utformade trapphus, entréer och gårdar kan underlätta kontakter genom bänkar och platser att vila sig på, in anslutning till brevlådor, väderskyddade entréer och en liten rabatt att sköta om. Den sociala tryggheten är minst lika viktig som den fysiska tillgängligheten, då rädslan för att ramla utanför bostaden kan vara ett lika verkligt hinder för att ta sig ut ur sitt hem.

Närheten till staden och dess platser; gångvägar, kultur och matbutiker ger också en viktig förutsättning för äldre att kunna behålla eller skapa goda motionsvanor som kan ge mycket goda hälsoeffekter även genom små doser. Det ger även individen styrka att kunna sköta vardagen på egen hand.

Det finns tydliga samband mellan utevistelse och hälsa, genom det solljus, luft, möten och rörelse det ger. Närmiljön måste därför förutom att vara funktionell vara attraktiv och locka till vistelse. Med minskad rörlighet blir även de lokala andhålen mycket viktiga, när man inte har mod eller kraft att ta sig långt (FHI, 2005).



Foto: Köksfönster



Foto: Äldreboende

## OM ATT BO KVAR

Tanken om att bo kvar är en god tanke som innebär att man ska kunna bo kvar i sitt hem, med besök av hemtjänst efter behov. Detta ger möjlighet till en trygg och värdig tillvaro i sitt hem som man ofta har en stark anknytning till. Hemmet är den egna platsen, som är invand och trygg och ofta förknippad med minnen i livet. På så vis är den ofta en del av din person, vilket stärks med åldern och man kan trivas hemma även när det finns objektiva brister i tillgängligheten. Där man är rotad är en plats med etablerad trygghet, minnen och vana. **De flesta seniorer vill bo kvar hemma så länge som det är möjligt.**

Det finns dock en stor grupp äldre som är någorlunda friska och som i önskan om gemenskap gärna flyttar till ett annat boende. Beroende på vårdbehov kan kvarboendet också innebära att man inte kommer hemifrån utan hjälp, vilket innebär risk för ensamhet och isolering och bostaden i sig kan vara svår att ta sig fram i. **Det finns därför en utbredd opinion som stöttar tanken om att det måste finnas en större mångfald av bostäder som skapar goda alternativ för en flytt.** Valet att flytta till en bostad som fungerar bra på äldre dar är en proaktiv tanke, som kan ha stor betydelse för en själv, sin familj och för samhället (Kärnekull, 2011).

## OM ATT FLYTTA

*Grunden till en god flytt ligger i att man själv kan bestämma över sin situation. Att flytta måste vara någonting roligt och någonting som blir bättre.*

Många vill bo kvar hemma så länge som möjligt och om man tvingats hemifrån på grund av en olycka eller sjukdom är det ofta en olycklig process. Samtidigt anser de allra flesta som redan flyttat till ett nytt hem att de har fått ett bättre boende och man ser att intresset ökar när man vet mer om alternativen.

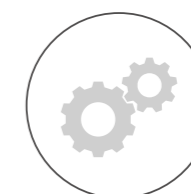
Det saknas dock goda alternativ för flytten, som kan bli till viktiga länkar i flyttkedjan. Det handlar dels om för få bostäder på marknaden och att det saknas mellanformer. Medvetenheten och intresset för att flytta är dock stort (Kärnekull, 2011).



DE FLESTA VILL  
BO KVAR HEMMA



MÅNGA VILL  
FLYTTA TILL EN  
GEMENSKAP



DET SAKNAS  
GODA  
LÄNKAR

## FLYTTRÖMMAR

*De viktigaste anledningarna när man däremot väljer att flytta är tillgänglighet samt möjligheten till en livsstil som stöttar trygghet och gemenskap. De som vill flytta befinner sig i en situation lite mittemellan, där man är för pigg för en sorts boende och för sjuk för den andra och man söker en annan sorts mervärden. Däremot kan en flytt kännas som ett berg när man känner sig äldre.*

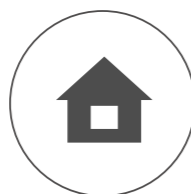
*Kvaliteter som återkommer för ett gott boendevalternativ i en undersökning av PRO är framförallt relaterade till bekämlighet och närhet. Man bor gärna nära matbutik, apotek och bank, parker och kyrkogård, sjukhus och vänner och med bra koppling till kollektivtrafiken. Bostaden ska vara trygg och möjliggöra ett självständigt liv som äldre genom att vara bekväm, anpassad och lättkött (PRO, 2013).*

## ATT BO TILLSAMMANS

*Motsatsen till att bo ensam är att bo tillsammans. Det finns givetvis nivåer däremellan, men det finns ett ökat intresse för att bilda boendegemenskaper och kollektivboenden. Kärnekull är själv sakkunnig arkitekt och senior som bor i kollektivhus för äldre och menar att ett bra boende inte bara är en god enskild lägenhet utan även ger tillfälle till kontakt och samspel och social stimulans i vardagen och möter ofta just vikten av ett socialt nätverk. **För en riktigt bra ålderdom behöver man många människor omkring sig och det ska man börja med tidigt, för att kunna ha glädje av det när man behöver det som mest.***

*Det är samtidigt viktigt att boendet ger utrymme för det egna och det gemensamma, självständighet och gemenskap. Att bo nära andra och ta hand om gemensamma lokaler, ger dock en anledning till vardagliga möten och det håller dig sysselsatt samtidigt som man delar ansvaret för delar av boendet. Grannar nära intill ger dig en basal vardaglig trygghet. En mindre lägenhet ger möjlighet till lokaler och kontakt och delade kostnader.*

*Kärnekull betonar samtidigt vikten av att det finns många olika alternativ, då vi är olika. Vi är dock piggare och nyfikenare än förr och hon tror att vi söker det vardagsroliga i livet och att det är sådant som att skapa själv och tillsammans (Kärnekull, 2011).*



HEMMET



GRANNSKAPET



## **EN REFERENSSTUDIE**

*Alla borde ha det så här bra som vi har det.  
Det är så många som är ensamma idag.*

*Sagt på Seniorkollektivet Russinet i Lund*



## STUDIE AV BOENDE OCH GRANSKAP

*För inspiration och inblick i befintliga bostäder och grannskap har jag studerat och analyserat ett antal olika boenden. Studien omfattade till en början endast boende riktade till äldre, men breddades därefter till att även studera andra boendegemenskaper för en vidare syn på temat "Boendegemenskap".*

*Boendena har utvärderats genom litteratur och artiklar eller besök och samtal och jag har framförallt tittat på dess fysiska utformning, rumslig organisation och relationen mellan boende, eventuell personal, besökande och omgivning. Jag har även studerat vilka funktioner som återkommer och som uppskattas.*

*På följande sidor redovisas ett urval av de studerade referensprojekten.*



ORGANISATION  
OCH GESTALTNING



AKTIVITETER  
OCH FUNKTIONER



NÄTVERK  
I BOENDET



RELATIONEN  
TILL STADEN

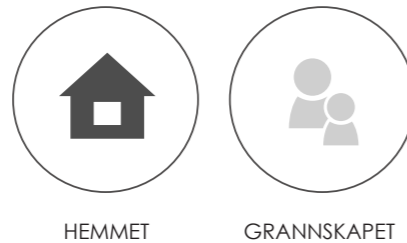
## DET LILLA GRANNSKAPET

De människor och den miljö som finns närmast din bostad kallar Sören Olsson Det lilla grannskapet, vilket han beskriver i boken med samma titel. Genom fallstudier undersöker han ett antal grannskaps fysiska utformning och pratar framförallt med boende om deras relation till grannskapet och dess betydelse.

Det viktigaste i grannskapet är grannarna och relationen till dem, det vill säga att man har en relation som fungerar bra och smidigt. Man trivs med grannskapets sociala idé, där man känner igen varandra och kan hjälpa till om det behövs, medan vissa vill ha en närmare relation. Ett gott grannskap fungerar som ett civilsamhälle i liten skala, där man har kontroll och kraft att ordna gemensamma dilemman. Sådana band kallas svaga band, i motsats till starka band som man har till en vän.

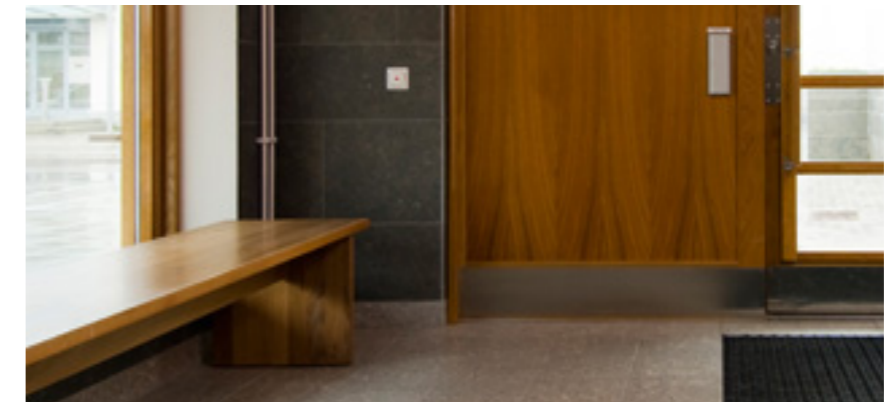
Det andra elementet i grannskapet är dock möjligheten att kunna kontrollera och upprätthålla en gräns mellan det privata och det gemensamma i grannskapet. Att vara för nära sina grannar kan upplevas som besvärande. Man möts gärna, men framförallt i den halvprivata zonen (Olsson, 1997).

*Grannskapet måste med andra ord ge de boende möjlighet att balansera närhet och distans. Boende och närmiljö måste ge plats för gemenskap och individ. Det rör sig om en ömsesidighet i tillhörighet och förpliktelser.*



Har man däremot inte möjligheten att se sina grannar, är det svårt att etablera en vardagskontakt. Grannskapet måste därför erbjuda platser där man kan träffas och se varandra, men utan krav på umgänge. Motsatsen exemplifieras i studien i ett höghus där man inte möter grannarna, med ett trapphus som riktar sig inåt och där man inte får ställa saker utanför dörren. Förutom den fysiska strukturen väger personer samt skötsel, ansvar och inflytande över grannskapet in, där det är positivt om det finns möjlighet att rå om sitt grannskap.

Platser för grannskap och kontakt kan vara en gård, ett trapphus eller andra gemensamma rum i och utanför huset. Man kan även mötas på en bänk, kring en rabatt eller posten. Det är dock bra att kunna markera grannskapet genom gemensamma ytor och utrymme för möten eller kanske en fest, utan att någon behöver bjuda in till den privata bostaden.



Trapphus

Olsson pratar om de gemensamma rummen i hänseende till tillgänglighet och tillhörighet. En god plats för kontakt måste vara lättillgänglig för alla boende, genom läge och visuell kontakt. Den måste också vara användbar i sig själv genom en variation av rum, korta avstånd och synliga ingångar.

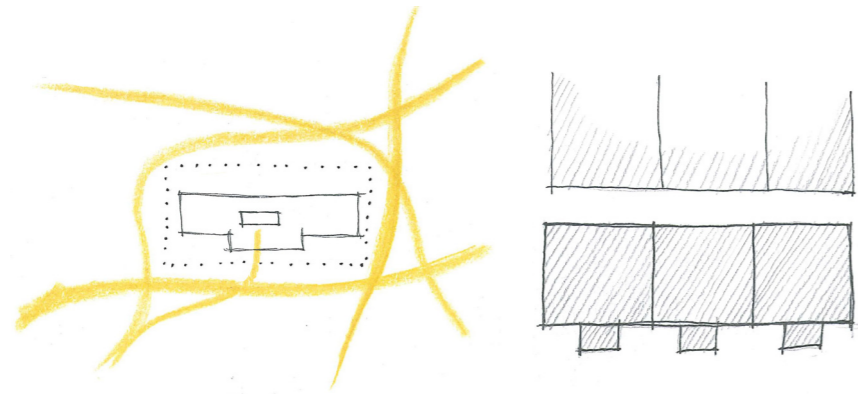
Framförallt blir platsen attraktiv när den är rik på socialt liv och det finns en känsla av trygghet och kontroll över det gemensamma. "People attracts people" såsom Jan Gehl också förklarar. Det sociala kan bestå i att delta eller att sitta intill och iaktta.

Förutom den rekreativa och funktionella gården lyfter Olsson frågan kring huruvida trappan kan vara en plats för det informella mötet. Trapphuset är funktionellt och tar oss från en punkt till en annan, men har även historia som ett representativt rum. I flera exempel är trapphuset inte mycket mer än en kommunikation, men ibland blir det även en plats att pryda, en plats för att förvara och en plats för att prata med grannen (Olsson, 1997).

*Arbetet ska utveckla möjligheten till svaga band inom grannskapet. Det måste finnas rum för intensiv gemenskap likväl som informella möten och vistelse vid sidan av.*

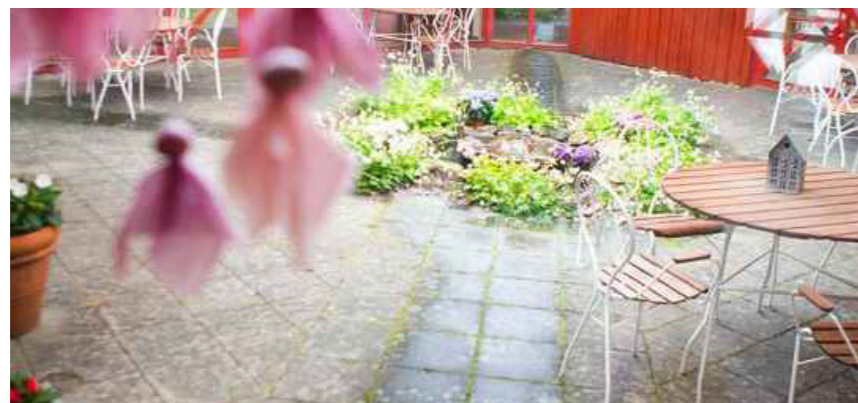
## VIKHAGA OCH VIGS ÄNGAR

Vikhaga är ett äldreboende som byggdes på nittioalet, delvis i inspiration av Vigs ängar som också är ett omtalat äldreboende med grund i antroposofiska tankar. Äldreboendet som hem är ett mer vårdbetonat boende, men även en slags boendegemenskap där man har en vardag nära grannar och personal. Ibland kommer även vänner och familj på besök eller föreningar som gästar med sång eller fika. Man har gemensamma måltider och vissa har regelbundna aktiviteter tillsammans, men man har sin egen lägenhet med badrum, litet kök (som inte används till vardags) och egen uteplats eller balkong.



Vikhaga liknar på många vis Vigs ängar och andra äldreboenden i sin form. Enrummare med egen dörr kantar korridorer som inte leder vidare i slutet av flyglar. Ibland går korridorerna i en cirkel kring en atriumgård i mitten av byggnaden som är en fin och skyddad uteplats under sommaren. Gången kring ljusgården ger möjlighet till att vandra omkring inomhus, med utekontakt på ena sidan och konst och böcker på den andra.

Den gemensamma matsalen är ett allrum i anslutning till entrén, som även fungerar för filmvisning, motorikövningar och sång. Längre in i boendet finns även mindre kök och matplatser som isället är för små sällskap som behöver mer stöd.



Vigs ängar

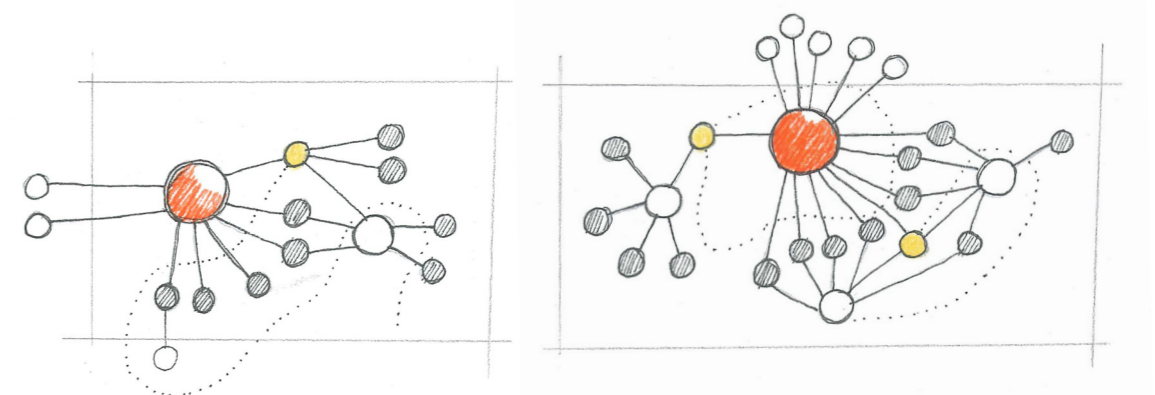
## REFLEKTION

Äldreboendet är en trygg plats som erbjuder en gemenskap och på Vikhaga sker det ofta aktiviteter. Det är dock en boendegemenskap som är baserad på ett vårdbehov, snarare än kollektivets idé om gemenskap. Det fokuserar på en god direkt boendemiljö för först och främst individ och personal.

Det är därmed en stängd värld för dem som har ett stort vårdbehov och inte lämnar boendet. Därför är det planerat för rundgång och möjlighet till innevistelse på ett annat vis än vid ordinära bostäder med potential att rikta sig mer utåt. I en sådan jämförelse finns det då mycket korridorsyta, som ibland inte leder någonstans förutom till dörren.

Allrummet är ett öppet, ljus och multifunktionellt rum. Då det ligger i trevlig anslutning till entrén får det en närmast offentlig karaktär och bjuder även in för besökare. Entrén ger överblick och har små sittplatser både inne och ute där man kan kika på folk i farten och få information. Däremot verkar de allmänna utrymmena inte bjuda in till spontan vistelse, utan att man istället vistas i den egna bostaden när där inte sker någonting anordnat. På Vigs ängar har man dragit detta ytterligare ett steg längre och har just denna del som ett offentligt café, bad och omvårdnad även för utomstående, medan boende oftast äter middag vid sina respektive "storkök".

Den egna bostaden på Vikhaga liten och välplanerad och med värdefull och fin balkong eller uteplats. Miljön i sin helhet är lugn och ljus i milda färger, med en park alldeles intill dit man kan promenera.



Vikhaga med mycket gemensamt nära entrén, ibland med besök från föreningar och vänner och vårdpersonal som spindel i nätet

Vigs ängar likt Vikhaga men med fler publika aktiviteter och rum, som bjuder in även utomstående besökare. De boende bor i tydligare mindre enheter inom äldreboendet, ordnade kring storkök

## KOLLEKTIVHUSEN RUSSINET OCH SOFIELUND

Kollektivhusen Russinet och Sofielund vilar på samma grundläggande tanke om boendekollektivet, men med olika målgrupper i åtanke. Russinet riktar sig till seniorer, medan Sofielund riktar sig till en så varierad boendegrupp som möjligt, varför lägenheterna varierar mer i storlek och form och innefattar kollektiv i kollektivet.

I kollektivhuset har man sin egen bostad, men har gemensamt ansvar för att sköta gård och gemensamma lokaler som tillhör föreningen. Navet i sammanhålningen ligger ofta i matlagningen och man samlas ett par gånger i veckan och äter mat lagad av roterande matlag. Matsal och allrum kan lånas till fest och man kan bjuda in vänner på middag. Både Russinet och Sofielund är hörnhus och del av stads kvarter med gård i anslutning till andra granngårdar. De flesta gemensamma lokaler finns i botten av huset eller högst upp i huset.

I Sofielund vänder sig även bostäderna till en balkonggång i soligt läge, på vilken man kan vistas och där man har sin ytterdörr. Balkonggången har därför potential som informell mötesplats, liksom entrérummet med tvättstuga på Russinet.

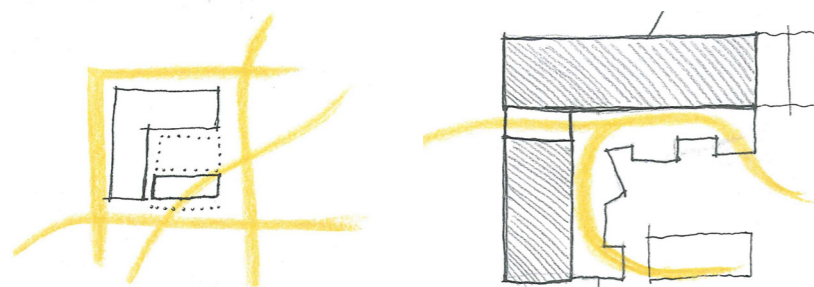


Foto: Bojatan Lukac

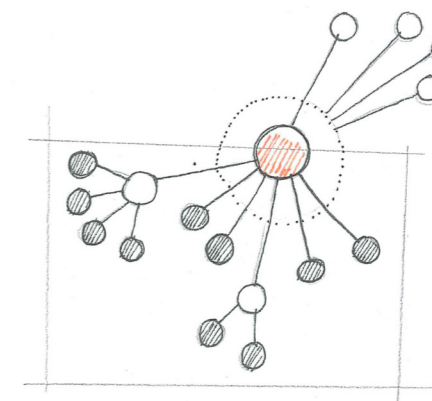
## REFLEKTION

*Kollektivboendet är i jämförelse med äldreboendet en vald gemenskap. Man har regelbundet gemensamma middagar och ibland även andra aktiviteter, men det sker genom egna initiativ och energi och är inte servicebaserat.*

*Gemenskapen är med andra ord vald, men möjligen av olika anledningar för Russinbor och Sofielundare. Sofielund omfattar 100 personer och förutom gemenskap är boendet en möjlighet att avlasta varandra i vardagen och är en del i aktuella tankar om delningsekonomier. Russinet med omkring 30 boende har samma fördelar, men de flesta boende är inte yrkesverksamma och värderar än mer boendet i termer av trygghet, spontan kontakt och minskat ansvar i jämförelse med tidigare bostäder. Russinet har även enklare beslutsvägar, då storleken är mycket mindre och mer greppbar än för Sofielund.*

*Liksom vid äldreboendet ligger matsal och bibliotek nära till huvudentrén och man stöter säkert på någon i trappan när man kommer in. Däremot är det ett privat boende där de gemensamma aktiviteterna är en tillgång för och drivs av de som bor där. Genom att många delar ett hem finns där ett stort utbud av rum och återkommande för många kollektivhus är vävrum, bastu, motionsrum och verkstad. Det varierar dock i vilken utsträckning som rummen används.*

*Ordningen av rummen är mycket tydlig på Russinet där det gemensamma är i botten och en plats för möten. Även Sofielund har bostäderna högre upp, men balkonggången är en mellanzon som ger någonting litet mer. Här kan man också vila och vara nära grannen, men kanske bara intill och inte delaktig i det stora hela sammanhanget om man inte orkar det för dagen.*



*Sofielund med gemensamma lokaler dit man kommer från egna lägenheter, som ibland även är mindre kollektiv. Ibland kommer vänner utifrån på besök*

## LISAS TRÄDGÅRD

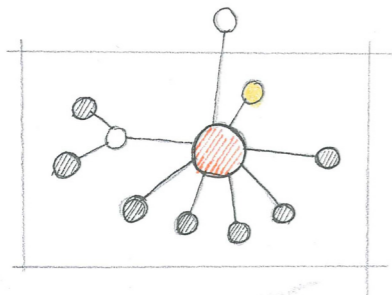
Intill Vikhaga finns Lisas Trädgård, ett trygghetsboende för personer över 70 år. Detta boende ger också möjlighet till gemenskap och liknar framförallt äldreboendet, mer än vad det liknar kollektivhuset. Byggnaden är låg om två plan, med uteplats eller balkong för vardera lägenhet, som nås från korridorer. I anslutning till entré och trappa finns gemensamma rum med möjlighet att äta, ha lite möte, motionscykla och en gästlägenhet. En värdinna finns på plats några timmar om dagen och finns som ett litet extra stöd i vardagen, men inte för vård.



### REFLEKTION

Boendet var vid besöket nyinvigt och där var ganska lugnt, men där finns rum som bjuder in till en fika. Rakt innanför entrén finns en grupp fåtöljer som antyder att man har kommit hem då man kliver in innanför ytterdörren.

I jämförelse med kollektivhuset innebär boendet inget ansvar för lokalerna, utan allt är ordnat genom hyresvärderna. Liknande vid äldreboendet, men utan vård från boendets sida. En gemenskap måste därmed ta form i efterhand genom de boende om det önskas. Det gemensamma vardagsrummet ligger i botten, men boendet är mycket privat med parkering på framsidan och lås på dörren, då hela huset är de boendes trygga hem.



Lisas Trädgård med små lägenheter som möts i ett gemensamt rum när man vill. En värdinna är spindel i nätet och vänner kommer ibland på besök

## LAGNÖ BO

Lagnö Bo är ett pågående projekt, som har utvecklats i förlängningen av boendegemenskapen Lagnö gård. Här finns en uttalad gemensam värdegrund och ledorden är småskalighet, delaktighet och miljömedvetenhet och livet är mer på landet än i staden. De nitton bostäderna är något mindre och formar sig likt en hästsko kring en inglasad vinterträdgård, i inspiration av koncepthuset "Bovieran". Vid vinterträdgården samlas de gemensamma rummen, däribland köket som är husets hjärta (Lagnö Bo, 2016).



Lagnö Bo Gård

### REFLEKTION

Boendet ger en vardaglig gemenskap och bygger likt kollektivhusen tidigare på gemensamt ansvar och än mer uttalat på omtanke för varandra. Boendet är ett relativt litet kollektiv, där alla bostäder vänder sig både utåt och inåt byggnadens insida. I och med att det dessutom ligger lite avsides Trosa centrum är det möjligt att kollektivet kommer att bli en mycket tydlig och nära sammansvetsad enhet i förhållande till omvärlden. Detta ställer ett visst socialt krav på de boende, där man måste trivas med värdegrunden och varandra.

Lagnö Bo omfattar i sig själv 10 000 kvm markyta. Nära intill finns även Lagnö Gårds kollektiv som huserar djur, vandrarhem och förskola.



## FREMTIDENS SOELUND

*Även Fremtidens Soelund är ett projekt idéstadiet, men som har vunnit en tävling om utvecklingen av området Soelund i Köpenhamn. Projektet omfattar genom ett stort kvarter flera gårdar och sektionerar boendet i studentbostäder, förskola, seniorbostäder och äldreboende. Dessa möts med staden i gröna stråk och publika gårdar och butiker (Det nye Soelund, 2016).*



## REFLEKTION

*Projektet är bara ett exempel på intresset för att sätta äldres boende mer i fokus. Det är ett mycket urbant exempel, som inte relaterar till äldreboendet som institution och som ofta placeras lite avsides med trädgård runtomkring, utan förhåller sig istället nära intill staden och dess publika rum.*

*Det finns givetvis en viss utmaning i organisationen av den mycket stora byggnaden. Den stora andelen äldre i staden ger dock en annan möjlighet till aktivering av stadsrummen, då många av seniorerna kommer att vistas hemmavid och i byggnaden under dagen.*



## I SAMTAL MED ÄLDRE

*Det finns olika faser i livet. Det fattade man inte tidigare i livet.  
Då tänkte man inte att barnen växer upp och att det ändras.*

*Viiu, språkintresserad livsfilosof och bloggerska fyllda 81 år*

## SAMTALENS SYFTE OCH GENOMFÖRANDE

För att få en mer direkt och personlig inblick i ämnet och min målgrupp, utöver den bild som litteratur, rapporter och artiklar ger, har jag tidigt fört samtal med seniorer som jag känner sedan innan eller tagit kontakt med genom mitt arbete.

Samtalen har kretsats kring hur man bor idag, hur man vill bo eller har bott, hur det är att bli äldre och vad man känner inför flytt och sitt hem och mycket annat. Det kan vara missvisande att kalla det för intervjuer, då det har varit kvalitativa och personliga samtal, uppbyggda kring ett antal frågor som vi har reflekterat över. Exempel på frågor syns på sidan intill. Temat har uttalat varit Boende på äldre dar, varifrån samtalet har låtit skrida vidare efter intresse och person.

*Ambitionen har varit att få inblick i ett antal olika boendesituationer och seniorer som befinner sig i olika skeden i livet.*

Vissa är nyblivna seniorer med stor medvetenhet kring sitt boende och som därför står inför flytt under de närmsta åren. Några personer bor kvar i sin villa och har förlikat sig med eller önskar inget annat än att bo kvar där de alltid har bott, men spenderar också stor del av sin tid hemma på grund av högre ålder och den medföljande fysiken. Andra har redan flyttat till äldreboende eller äldrekollektiv på grund av eget val eller på grund av kärande situation, men är båda mycket glada för sin flytt.

Ur samtalen har jag funnit stor inspiration och direkta åsikter på boendet. Jag drar inga generella slutsatser från de samlade svaren, men det är en god vägledning för mig i mitt arbete. Det är ett ämne som har intresserat och engagerat många, såväl gammal som ung. Samtalen har därför ibland varit långa, men viktiga bitar ur dem redovisas de följande sidorna genom ett antal teman som jag funnit som en tråd genom berättelserna. Jag har valt att plocka ut citat så troget som möjligt, men inte koppla åsikterna till person fastän en del må känna igen sig själva.



TRYGGHET



GRÖNSKA



ATT BO MED  
ANDRA



AKTIVITET  
OCH ROLIGA  
SAKER

## ETT URVAL FRÅGOR

hur länge har du bott här?  
var har du bott förut?  
hur trivs du i ditt hem idag?  
vad är det som får dig att trivas?  
vad tycker du mest om med att bo här?  
skulle du vilja berätta lite om hur ni bor här?  
hur många bor här?  
vad har ni för gemensamma rum?  
hur mycket träffar du andra som bor här?  
vad tycker du om att bo tillsammans med andra?  
vad är det bästa med att bo med andra?  
om du vill sitta ner och läsa tidningen,  
var sätter du dig då?  
vad kan man göra i de gemensamma rummen?  
hur ofta gör ni saker tillsammans?  
vad brukar ni göra när ni gör saker tillsammans?  
om du fick önska dig någonting - vad skulle det vara?  
vad tycker du är roligt att göra?  
hur skulle du vilja bo?  
vad saknar du hemma idag?  
vad känner du inför att flytta?  
varför vill du flytta?  
varför vill du inte flytta?  
vad skulle motivera dig att flytta?  
vad är du orolig för?  
går du ut själv?  
vad hindrar dig från att gå hemifrån?  
vad brukar du göra när du inte är hemma?  
var träffar du vänner?  
vad brukar ni göra?  
vilka brukar du träffa?  
vilka vill du träffa?  
vilka vill du bo med?  
vad tänker du kring att bo tillsammans med andra?  
vad tycker du är roligt?  
hur fungerar hemtjänsten?  
vad vill du ha hjälp med?  
var bor din familj?



## PERSONERNA

*Jag har pratat med Viitu 81 år, som bor själv i huset som maken ritat och som de tillsammans byggt för familjen. Huset är om ett och ett halvt plan i mindre kommun. Även Ann-Margret 96 år bor i samma samhälle i egen villa med trädgård och flera rum, badrum och finrum. Båda vill bo kvar i sina hem och Ann-Margret har även hemtjänst som stöd en stund varje dag och går inte hemifrån utan sällskap, men är frisk för sin ålder och mycket skärpt.*



*Jag har även pratat med Birgit 90 år, som bor på äldreboende i mindre kommun efter att hon ganska plötsligt blev sjuk. Idag mår hon dock väldigt bra, är en aktiv kvinna och tar egna promenader, men är väldigt nöjd med att bo kvar i och med trevlig personal, trygghet och lagom att ta hand om.*

*Jag har pratat med Bibi 72 år, som bor med sin make i centralt 'townhouse' om två plan med egen atriumgård och många rum, i mellanstor stad. De har bestämt sig för att flytta till en lägenhet inom de kommande åren, för att ha mindre att ta hand om. Men det kommer bli en fin lägenhet högt upp med terrass och gästrum för att fortfarande kunna bo bra och ta emot besök.*

*Jag har slutligen pratat med Lena, som redan har flyttat för ett antal år sedan som ung senior, till ett äldrekollektiv för att bo på annat vis och är mycket aktiv och nöjd. Att vara en del av kollektivhuset innebär ett centralt boende med spontana kontakter och trygghet, men även självständighet och aktivt deltagande i livet i staden.*

## OM ATT FLYTTA OCH OM ATT BO KVAR

*Jag var i Alingsås och tittade på en lägenhet en gång. Det var en fin lägenhet, öppen och ljus och allt var ett stort rum och jag satte mig där i soffan för att titta ut och känna på hur det skulle vara att bo där. Men jag kände mig som en hamster i bur. De har byggt hus invid den gamla skolan och man ser in på varandra över gården. Det fanns en trevlig trätrall och jag vill gärna sitta och sola, men inte sitta som på en scen.*

*Vi har bestämt oss för att flytta om tre år. Då ska vi bo på översta våningen på det nya huset, med egen del på takterrassen och gästrum. Man vill inte ha för mycket att ta hand om och ha det bekvämt och ordnat.*

*Jag är rotad här. Eftersom jag fick fly när jag var liten så rycktes familjeroten upp och nu har jag nya roten här som är väldigt viktig för mig. Jag ska bo kvar här 'til the bitter end'.*



### REFLEKTION

*Att flytta är för många en omfattande process som är utmanande på både fysiska och känslomässiga plan. En flytt kan dock göra stor och positiv skillnad för vardagen och de som har flyttat till ett mer åldersanpassat boende trivs också väldigt bra med flytten. Hemmet är samtidigt nära förknippat med dig själv och din identitet. Man har mycket saker som man har anknytning till hemma och ofta många rum, vilket är bra när man väntar besök och ska ha kalas eller bara husera sina tillhörigheter.*

*Det nya boendet måste dels leva upp till samma frihet för individen, att kunna göra hemmet till sin egen plats för trygghet, självständighet och individuellt uttryck genom sitt hem. Det måste dock även ge någonting mer, ofta i form av trygghet, gemenskap, bekvämlighet, tillgänglighet och kanske aktiviteter för att det ska vara värt att flytta.*

## OM TRYGGHET

*Jag hade inte kunnat ha det bättre. När jag kom hit visste jag inte var jag var och jag var inte i gott skick. Här är allting ordnat och all personal är så väldigt trevliga, så jag hade inte kunnat ha det bättre. Jag hade inte kunnat ha det bättre!*

*Jag ramlar ibland och jag tar ju mig inte upp själv. Men då väntar jag tills de kommer och jag vet ju att de ska komma. Jag har mitt armband som jag kan trycka på och så frågar de vad jag vill. Så säger jag att jag sitter och inte kan komma upp och så skickar de någon. Men så kanske de är ute och åker någon annanstans och då får jag vänta tills de kommer, men det går så bra.*

*Man har lite koll på dem som bor här. Om man inte har sett någon på några dagar. En gång så hade vi inte sett en man på ett litet tag och tillslut så knackade vi på och sedan fick vi öppna upp dörren. Då hade han ramlat och fick komma till sjukhus och det är bra nu.*



*Äldre hemma*

### REFLEKTION

*I takt med att man blir äldre handlar trygghet om någonting mer än för en ungdom med bästa hälsa. Man kan känna sig mycket ung och vara fantastiskt pigg och klok och må ganska bra. Däremot kan man ha fått sämre syn och sämre balans eller så drabbas man av en mer plötslig olycka. Detta kan innebära att man blir överraskad i stunden, eller att man ständigt är försiktig och även orolig för att gå ut på egen hand om man av en händelse skulle råka ramla utan att någon ser det.*

*Det mest basala som hemmet ska ge är den trygghet som möjliggör ett så gott och självständigt liv som möjligt. Kan även närmiljön och grannar bli en del av ökad aktivitet, kontakt och trygghet så är det eftersträvarvärt och mycket viktigt då det påverkar vardagen på både ett fysiskt och psykiskt plan.*



Foto: Emma Larsson

## OM ATT BO TILLSAMMANS

*Alla borde ha det så här bra, som vi har det. Det är så många som är ensamma idag. Ett tag bodde det en student här i ett av rummen. Han pluggade väldigt mycket inne på sitt rum, så jag brukade hänga bullar och soppa på hans dörr.*

*Man vill inte umgås sådär av tvång och man vill inte laga mat med andra, men det vore trevligt om det fanns en restaurang där nere. Själva tanken med att flytta någonstans är att kunna underlätta för sig och inte ta på sig så mycket ansvar.*

*Har du läst den här Kaffe med Rån, fast den andra boken? Och de rymmer iväg och ska stjäla och de bor alla i en villa tillsammans och har lite varsit rum, så kan jag bo!*

*Man kan inte flytta hit och tro att detta kommer att lösa dina problem. Vi kan inte lösa dina problem, men hjälper varandra med lite saker om man är sjuk ibland och sådant.*

## REFLEKTION

*Det finns givetvis blandade tankar om att bo tillsammans. Särskilt om man bor eller har bott ganska stort, kan gemenskapen kännas extra trängande. Vissa vill ha fullständig frihet, medan andra finner att man får större frihet genom tryggheten som gemenskapen kan ge.*

*Tydligt är att gemenskapen måste ge utrymme för individ, såväl som gemenskapen. Gemenskapen i hemmet måste även vara inkluderande, så att alla blir en del av den, men utan att den innebär ett socialt tvång och ansvarstagande. Värdet ligger framförallt i det vardagliga och enkla mötet och att det finns ett nätverk som man är en del av. Man värdesätter även att man kan dela resurser, få tillgång till terrass och matsal och därför blir ett kollektiv ett gott alternativ till en lägenhet, men inte fullt lika jämförbar med ett småhus med egen trädgård.*



Foto: Julia Lindemalm

## OM AKTIVITET

*Korsord är väldigt roligt och stimulerande. Dans är också viktigt, det är bra med dans. Fysisk träning är väldigt bra för socialt umgänge och för att inte förfalla och se till att hålla sig mer i form. Men man orkar inte allt, men ibland orkar man mer.*

*Jag har även en väninna som är 80 år och som fortfarande dansar varje vecka. Det är viktigt med det sociala och rörelsen och inte minst att få lite kontakt och närhet. Hon brukar säga, att hon får klämma på någon och komma ut regelbundet.*

*Det är inte svårt att få tiden att gå och jag äter inte eftermiddagsfikat, för vi får så mycket mat här. Jag kan också vila, efter att ha arbetat ett helt liv så kan man vara trött.*

*Det är svårt att ta emot någon hemma, för det är dåligt på ordningen och jag har inte orkat få någonting gjort. Men vi träffas på biblioteket och pratar böcker. Man blir upplyft och glad av nya kontakter. Man vill framförallt prata med någon som är intresserad av att prata om samma saker, eller som har åsikter och gillar att prata.*



Foto: Julia Lindeman

*Det händer mycket här och vi skriver in det på schemat här. Ibland är det sång och hundbesök, bakning, målarstund och bingo och varje måndag går man en promenad med Kyrkans damer. På midsommar är det fest och dans och under julen finns julgran och julklappar. Det är fascinerande att vissa som inte kan prata vanligtvis pratar med hundarna när de kommer.*

*De får ju gärna vara i samma ålder, men ungdomar är också roligt bara man förstår varandra. När vi åt middag i Zell am See var det först tråkigt, men sedan flyttade jag mig bort till ungdomarna och de var intresserade. Vi pratade engelska och det är roligt att skoja med dem och att vara nyfikna på varandra.*

*Det är viktigt att tänka på att det blir ett nytt slags liv efter pensionen med mycket tid över än annars och utan fasta hålltider. Då är det positivt att få nya tider att passa såsom fikatillfällen och annat positivt som kan hända.*

*I lobbyn finns bibliotek och man kan låna rummet och böcker, men det är lite exponerat och man vill inte sitta och dricka ett glas vin där. Det är bra att all information går igenom ett rum och det finns grupper som annordnar tävlingar och aktiviteter såsom stavgång.*



Brädspe

## REFLEKTION

*När man slutat arbeta kan det bli mycket tid med annat, eller så kan en svag hälsa ta mycket av ens tid och energi. Att aktivera sig är dock gott och det är viktigt att försöka bibehålla intressen och kanske även hitta nya intressen.*

*Närmiljön ska stötta möjligheten till aktivitet av olika slag. Rum ska vara flexibla nog för att passa efter intresse, men fokus ska ligga på rörelse, lärande och skapande. Att fortsätta att lära sig stimulerar sinnet, men många äldre är själva en stor resurs och har mycket att lära ut till andra. Det kan bli en god källa till att känna sig behövd i vardagen.*

## OM GRÖNT

*Lite buskar utanför fönstret, det är livskvalité. Det är viktigt med trädgården och härligt att kunna gå ut i den. Däremot är det mycket att ta hand om och det ska inte vara en traditionell uppdelning med häck, några buskar, träd och rabatt utan variation av rabatter och jag tycker om att höstlökarna kommer fram av sig själva.*

*Det viktigaste är det här (gest ut mot fönstren). Att ha utsikten ut mot träden och inte på baksidan och att kunna sitta på balkongen och ha blommor där. På våren kommer solen jättefint mot balkongen och man sitta där mycket och länge och bli väldigt varm.*

*Trädgården är mitt rike.*

*Det är även viktigt med platsen utanför lägenheten, med trädgård och grönt, men även med glasat rum uppe på taket om man inte har så mycket där nere. Jag tycker att det ska vara vackert och öppet så att man kan sola under sommaren, men med ett stängt rum kan man även vistas där på vintern. Uppe på taket skulle man vilja spela brädspel och shuffle och schack.*



Foto: Ulrika Olsson

## REFLEKTION

*Känslan och intresset för grönskan återkommer i alla samtal och är någonting som man värnar om. Det kan handla om grönskan utanför fönstret, att ha fina promenadstråk nära intill eller att pyssla om blommor på balkongen och fönsterbrädan.*

*Projektet ska infinna sig i närheten till goda och gröna utemiljöer som ska underlätta den enkla promenaden eller turen med rullstolen och det spontana mötet. De dagarna när orken är svag ska grönskan finnas där utanför fönstret och för vissa blir grönskan ett tillfälle att mötas kring ett gemensamt intresse. Därför ska det finnas plats för växtlighet nära knytet till boendemiljön.*

*Då hemmet och mötesplatsen blir ett tillägg i stadsmiljö ska det mer specifikt bli just ett grönskande stadsprojekt. Genom att tillföra vintergröna rum ger man även möjlighet att pyssla och få grönt under alla säsonger.*

## **MÅLBILD OCH PROGRAM**

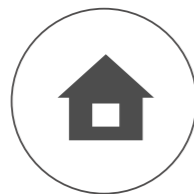
*Reaktion på studier och samtal och  
grunden för arbetets gestaltning*



## MÅLBILDEN

*Projektet riktar sig till dem som vill ha mer gemenskap i vardagen som seniorer. Det ska stötta möjligheten till aktivitet och starkt engagemang och ta vara på äldre i den tredje åldern som en viktig resurs.*

*Det ska också stötta möjligheten till avkoppling och den mer informella kontakten, för att kunna stärka sitt närmaste nätverk och känsla av trygghet.*



### HEMMET

*Förslaget ska skapa en god och trygg bostad där man kan vara privat och bo kvar.*



### GRANNARNA

*Det ska finnas rum för möten med grannar nära knytet till bostaden.*



### MÖTESPLATSEN

*Mötesplatsen ska även vara offentlig och skapa nätverk med och för fler än endast de boende.*



### STADEN

*Förslaget ska stödja möjligheten för individen att vara delaktig i staden.*

*Det finns en stor grupp seniorer som längtar efter ett boende som ger mer gemenskap och arbetet arbetar i riktning mot dessa personer. Utmaningen ligger i balansen mellan det egna och det kollektiva.*

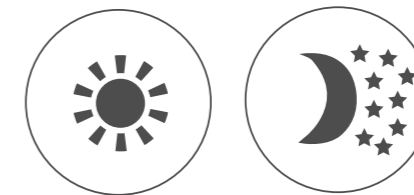
*Förslaget vilar därför på flera ben och undersöker den enskilda bostaden, såväl som rum för grannskap och stråk i relation till staden.*

## PROGRAM = BOENDEGEMENSKAP + TRÄFFPUNKT

*Som svar till målbilden och frågorna kring äldres isolering och gemenskap ska projektet omfatta en Boendegemenskap och en Träffpunkt.*

*De två delarna har möjlighet att stötta och aktivera varandra och skapa delaktighet på den nivå som man önskar. I reaktion på kollektivhuset, som är en trygg, men stängd boendegemenskap kan gemensamma rum vara publika till semipublika, för att även bjuda in dem som gärna är en del av det kollektiva utan att behöva flytta in. På samma vis ställer det inte samma krav på Boendegemenskapen som en egen enhet, utan vidgar nätverket och släpper in engagemang även utifrån.*

*Samverkan mellan boende och besökande seniorer ger även underlag för fler lokaler. Träffpunkter är ofta dagsbetonade och kombinationen av boende och besökande ger möjlighet under användning under en större del av dygnet.*



MÖJLIGHET TILL KONTINUERLIG  
ANVÄNDNING UNDER DYGNET

## VAD ÄR EN TRÄFFPUNKT?

Träffpunkten är en vardaglig samlingsplats för seniorer, som är anordnad av kommunen. Utbudet av aktiviteter varierar, men ofta kan man komma in och sätta sig för att läsa en tidning och fika. Det sker också schemalagda aktiviteter, såsom föreläsningar och sällskapsspel som anordnas av personal och besökare tillsammans och ibland åker man på en utflykt.

Målet med verksamheten är att verka för sociala kontakter och mot isolering och ensamhet. Det utgår från individernas engagemang och intresse, för att kunna skapa en stimulerande och aktiv vardag.

Träffpunkterna är ofta öppna dagtid och har ibland även restaurang, eller ligger i anslutning till ett bibliotek. Bara i Lunds kommun finns omkring femton träffpunkter och efterfrågan är stor och de besöks aktivt av både unga och äldre seniorer.

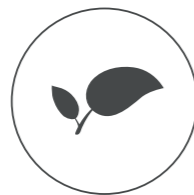


## HÖRNSTENARNA

Gestaltning och program ska ta avstamp i de nämnda fyra hörnstenarna för ett hälsosamt åldrande. Ofta och helst ska alla fyra delar verka samtidigt, tillsammans och de möjliggör ofta varandra. Den sociala gemenskapen går dock som ledstjärna genom arbetet.



FYSISK  
AKTIVITET



ÄTA BRA  
MAT



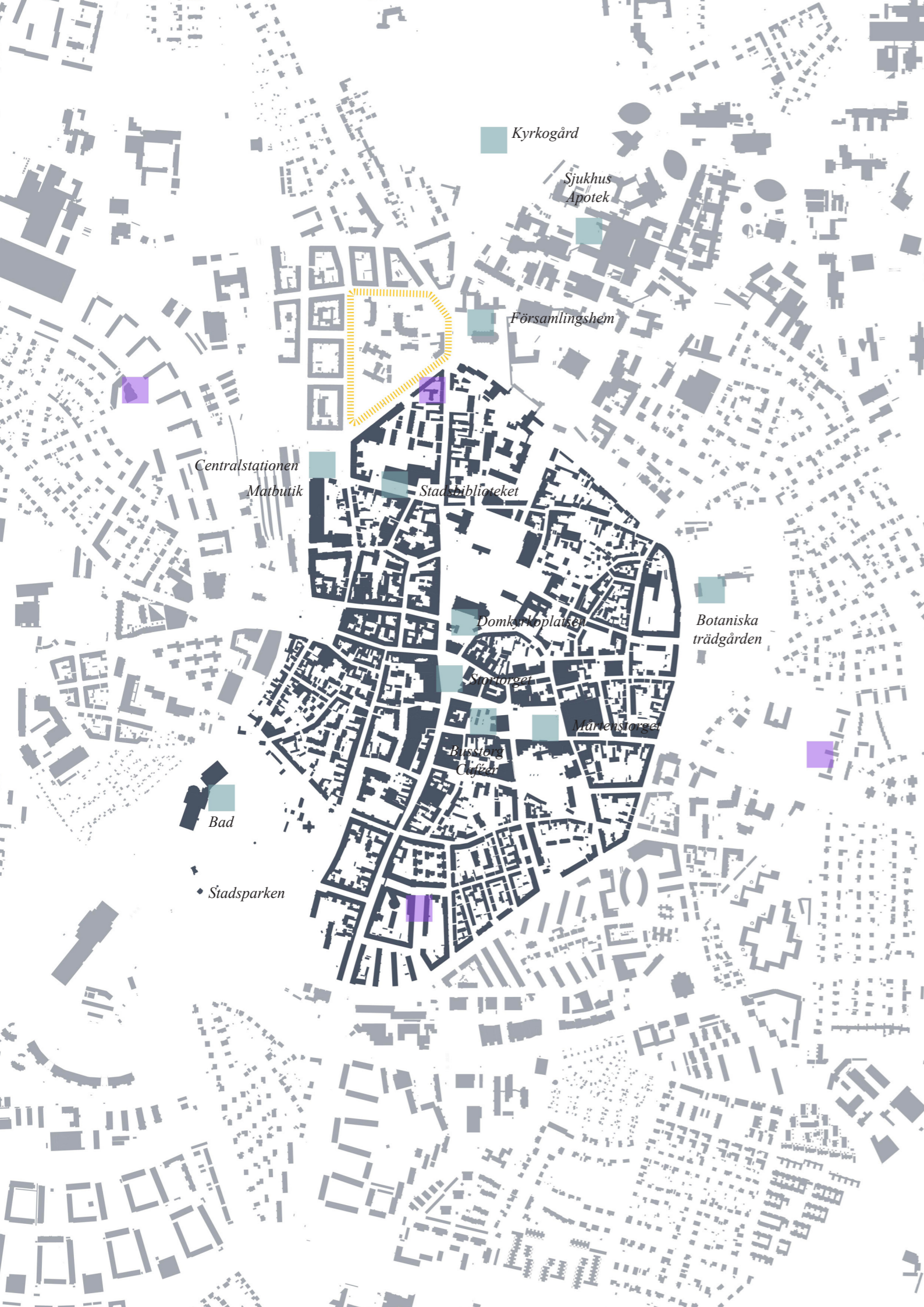
SOCIAL  
GEMENSKAP



MENINGSFYLLD  
VARDAG

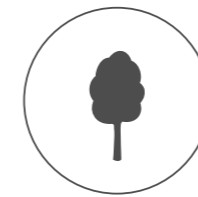
## PLATS OCH SITUATION

*En läsning och beskrivning av platsen,  
Kv Kråkelyckan i Lund*



## NÄRHET OCH LOKALITET

Boendegemenskapen och mötesplatsen infinner sig i Kvarteret Kråkelyckan i Lund, precis nordväst om stadskärnans tydliga gräns. Platsen är vald på grund av sitt läge i staden samt på grund av den egna lokala situationen med sin mycket specifika karaktär och svarar mot de ställda kraven i visionen för projektet.



En grön karaktär med trevlig utevistelse lokalt  
Nära till annan grönstruktur  
Eller fin miljö för den hemmavarande



Centralt läge underlättar delaktigheten i staden  
Andra seniorer har lätt att delta i området



Nära till service, butiker och kultur  
Möjlighet att upprätthålla vardagssysslor



Här finns ett etablerat nätverk  
Underlag för social gemenskap



Området erbjuder en trygg närmiljö som bjuder  
in till utevistelse



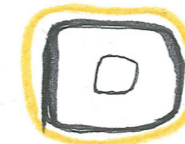
Nära till vård och apotek



## STADENS STRUKTUR

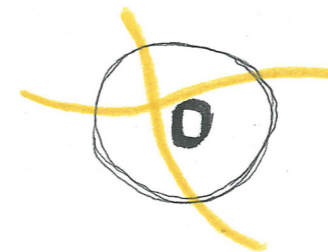
Kvarteret Kråkelyckan är ett mycket stort kvarter som omgivs av ett antal mindre stadskvarter, stora kvarteret St Petri och torg samt kyrka i park vid St Laurentiigatans vardera ände.

### STADSKVARTERET



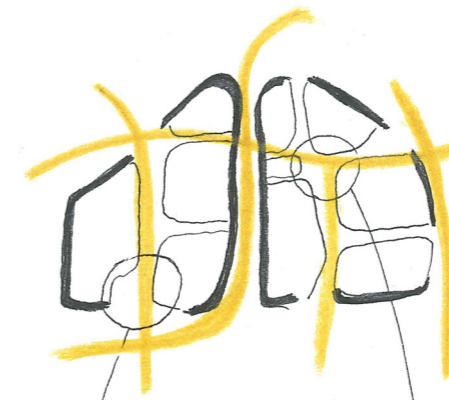
Tydlig utsida mot gatan och staden, vilken man rör sig omkring. Innanför finns den privata bostadsgården dit framförallt boende får komma in. Ibland har det verksamheter i bottenplan och bostäder ovanpå.

### INSTITUTION I PARK



Allhelgona kyrka befinner sig som byggnad i park, med offentlig verksamhet inuti och en grön zon runtomkring. Det gröna ger den stora och representativa byggnaden plats, blir en rekreativ plats och man kan röra sig intill och omkring byggnaden på alla sidor.

### LUNDAKVARTER



De stora kvarteren Kv Sankt Peter och Kv Paradis har ibland samma täta kant som stadskvarteret mot gatan, men öppnar även upp sin insida som huserar byggnader i park eller små radhus. Därigenom går stråk och institutioner får sina entréer på insidan och framförallt fotgängare och cyklister får komma till genom smitvägarna.

*Kv Kråkelyckan är själv ett stort kvarter och får kort samma stadskant som stadskvarteret, men är framförallt av tydlig parkkaraktär där byggnader infinder sig mycket fritt i förhållande till varandra. Detta kommer mycket av paret Quennerstedts tidiga vision om området.*

*Genom områdets norra del finns samma möjlighet till smitvägar och promenad kring byggnaderna. Även i söder, i anslutning mot Clemenstorget finns smitvägar genom kvarteret invid Lindebergsskolan. Däremellan är området stängt och utan passage på grund av staket, stängsel och häckar mellan olika fastigheter.*

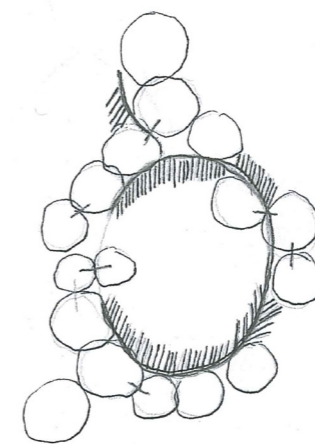


## GRÖNSKA, STAD OCH SPÅRVÄG

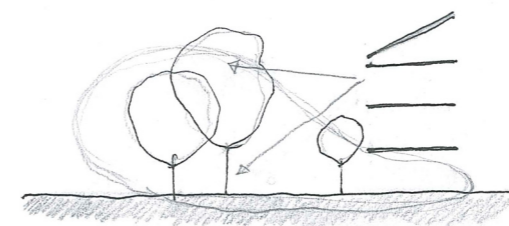
Kvarteret Kråkelyckan blir en del av det gröna band som går kring stadskärnans kant. Stadskärnan är tät, många gator har mindre gatumått och kantas av trottoarer och fasader och skillnaden är tydlig längs kärnans utsida där institutioner och hus landar i grönska.

St Laurentiigatan är istället en bred boulevard som leder upp till Allhelgonakyrkan och ner mot Clemenstorget. Det är en livlig, men grön gata med träd på vardera sidan gatan.

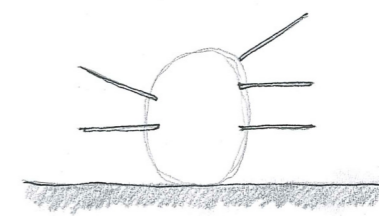
I förlängningen av utvecklingen av Brunnsög i norra Lund kommer en spårväg att anläggas från norr till syd och gå genom St Laurentiigatan. För att möjliggöra spårvägen kommer samtliga träd att tas bort från gatan och en nya trädrad planteras på dess sydliga sida.



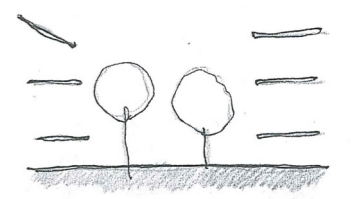
Den gröna gatan är ett vackert och unikt gaturum och grönskan i staden är viktig av rekreativa såväl som miljömässiga anledningar. I takt med spårvägens utveckling och träd som försvinner blir grönskan inne i Kv Kråkelyckan ännu viktigare för gatan.



St Laurentiigatan idag  
Stadskärnans kant möter grönt band



Bredgatan  
Stadsgata utan träd



Stadsgata med  
trädrad



RUSSET

RIBBINGSKA HUSET

KONTOR

PARKERING

ALZHEIMERS-FÖRENINGEN

KYRKO GÅRD

MOT SJUKHUSET

FÖRSKOLA

PARKERING

KONTOR

ÄLDRE-BOENDE

ALLHELGONA KYRKA

BOSTÄDER

HÅLLPLATS IDAG

PARKERING

STUDENTSKOR

BOENDE + LOKALER

CYKELREPARATION

LINDBERGSKA SKOLAN

UNDERVISNING

PLATSEN

TRÄFFPUNKT ST PETRI

PARKERING

PARKERING

HÅLLPLATS IDAG

TANDVÅRD

RESTAURANG

HYRFILM

PARKERING

MOT STATIONEN

CLEMENS-TORGET

MOT BIBLIOTEKET

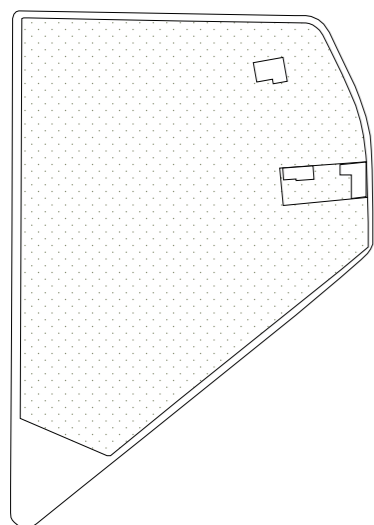
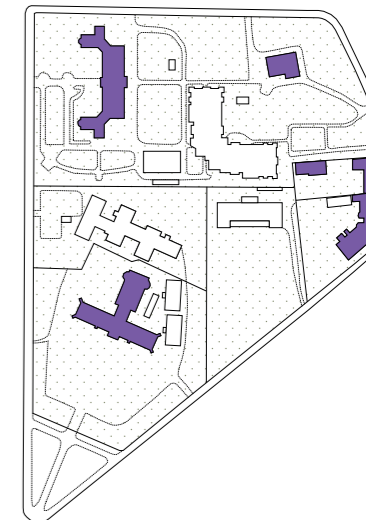
FRISÖR

## DET SOCIALA KVARTERET

Kvarteret Kråkelyckan är ett Lundakvarter med speciell struktur och historia, som har präglats starkt av de tidigare boende och ägarna Lily och August Quennerstedt. Kommunen har vid en tid försökt dela kvarteret utan framgång och kvarteret huserar nu äldre, förskolebarn, musikstuderande, boende och djur och växtliv.

Kvarteret är en god plats för en grönskande, vacker och trygg boendemiljö med promenadstråk och arbetet fortsätter i förlängningen av Quennerstedts tankar om byggnader som infinner sig i park. Det tar även vid deras filantropiska historia, där kvarteret efter hand har gett plats för boende och lärande.

Kulturhistoriskt värdefulla byggnader

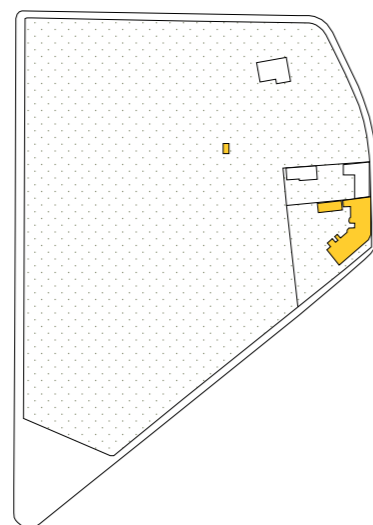


1830  
Kv Kråkelyckan nämns för första gången i ett lagprotokoll

1841  
Tullhuslyckan i öst bebyggs med två bostadshus

1860  
Adam Wilhelm Ekelund köper resterande delen av området, som ännu är uppodlat

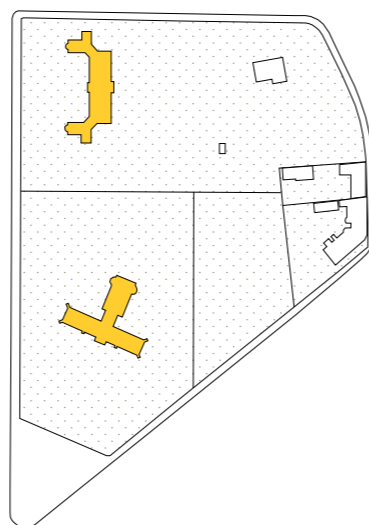
1874  
Adam överlåter en bit mark till sin dotter Lilly och hennes make August Quennerstedt och de låter uppföra ett bostadshus



1885  
Lyckan i sin helhet tillfaller paret Quennerstedt

1896  
I sydöstra hörnet byggs ett hörnhus med gårdshus för toalett och vagn

1904  
Paret Quennerstedt uppför Blendas stuga, för och uppkallad efter dottern Blenda



1911  
Paret låter donera mark till två föreningar, för upprättande av sjukhem för obotligt sjuka i Skåne respektive ett högre elementärläroverk för flickor

1915  
Ribbingska sjukhemmet invigs

1916  
Lindebergska skolan står klar



1927  
Lilly donerar mark för ett hem för studentkor vid makens död

1930  
Personalbostäder för Ribbingska flyttar in i nybyggt hus

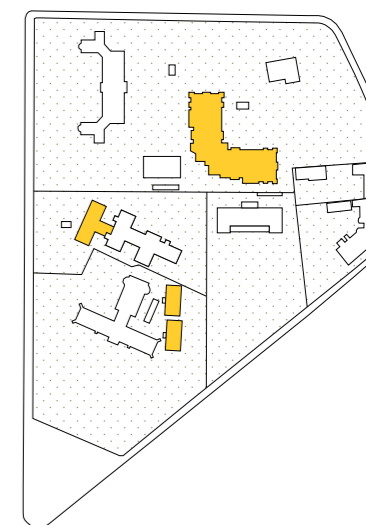
1930  
Quennerstedtska villan tillfaller Ribbingska föreningen vid Lillys död

1937  
Studentskehemmet står klart i samband med Universitetets 250-års jubileum



1960  
Quennerstedtska villan blir förskola för dövstumma barn och senare plats för forskning relaterad till äldre

1979  
Förskolan Holken står klar

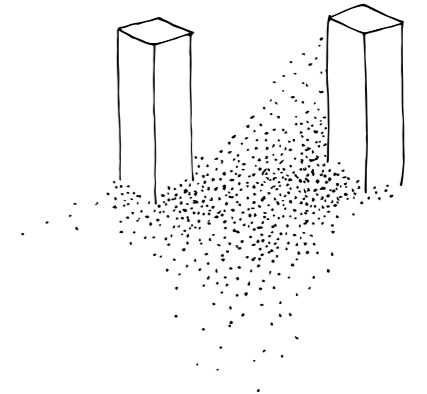


2003  
Två tillfälliga paviljonger för dans och naturvetenskap kommer till bakom Lindebergska skolan

2007  
Förskolan Holken byggs ut med fler avdelningar

Boende på Ribbingska sjukhemmet flyttar in i nytt äldreboende och den gamla byggnaden blir lägenheter för seniorer genom LKF





## EN PROMENAD

*Utifrån sett är kvarteret ganska stängt, då det omges av gränser av staket, träd och häckar. Mycket rörelse sker runtomkring kvarteret på de trafikintensiva gatorna och inne i kvarteret finns både vildvuxen och prydlig grönska.*

*Kvarteret är stort och flera av byggnaderna är stora, representativa byggnader, men som ändå döljs mycket från gatan genom de många träden.*

*Ingången till Studentskegården sker också genom häck, staket och stenpelare, som återkommer runtom området som en markering av entré.*



## ATT GÖRA ENTRÉ

*Häckar och trädrader skyddar insidan och grindar och öppningar tillåter en att gå in vid ett antal specifika entréer.*

*Stråken stöttas också ofta av en trädrad eller en häck och bildar olika gröna rum.*





## RIKTNING

*Gångar av grus eller asfalt och ibland kantade av träd eller häck anger riktningar genom området. Det finns tydliga promenadstråk och platser som även är helt privata.*

*I norra delen av kvarteret promenerar man fritt och många passerar genom kvarteret med hund eller cykel. Den södra delen är tydligare uppdelad i privata platser för förskola, gymnasium respektive boende och tillåter inte samma passager.*





## **GESTALTNING**

*Tillägg i Kvarteret Kråkelyckan  
Nya stråk och kanter genom Boendegemenskap och Träffpunkt*



## UTGÅNGSPUNKT FÖR PLATSEN

*Tillägget för Boendegemenskap och Träffpunkt infinner sig i parken efter två rådande principer, som är viktiga för kvarteret i sin helhet.*

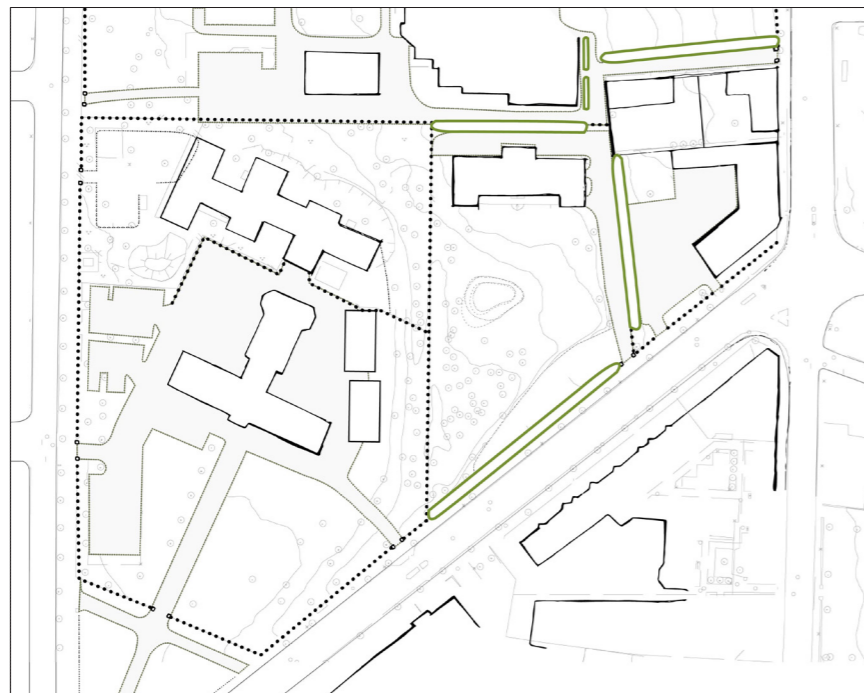


### DET GRÖNA

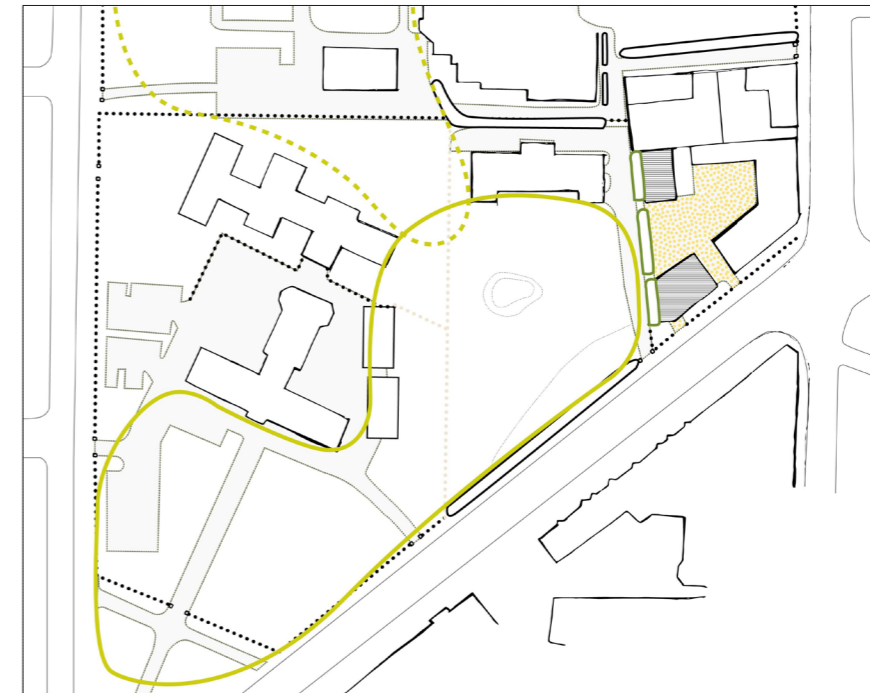
*Tillägget ska ordna sig så att St Laurentiigatans gröna karaktär bevaras  
Det ska även infinna sig i och stötta den befintliga parkkaraktären inne i området*

### NYA STRÅK

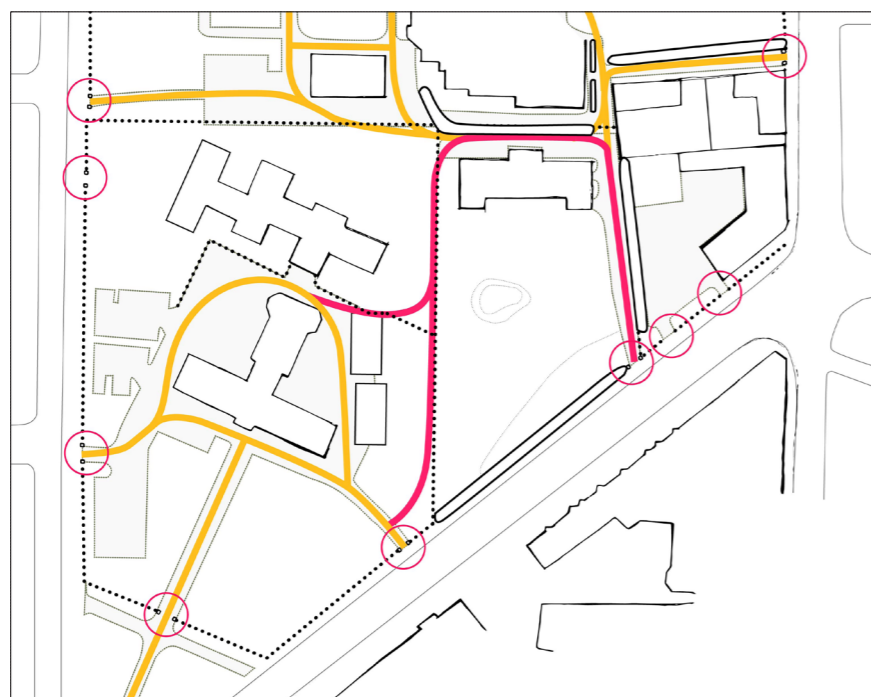
*Nya stråk ska ledas genom området, som ger möjlighet att passera genom området och binda sammans dess gröna rum  
Tillägget ska infinna sig intill stråken och stötta dem*



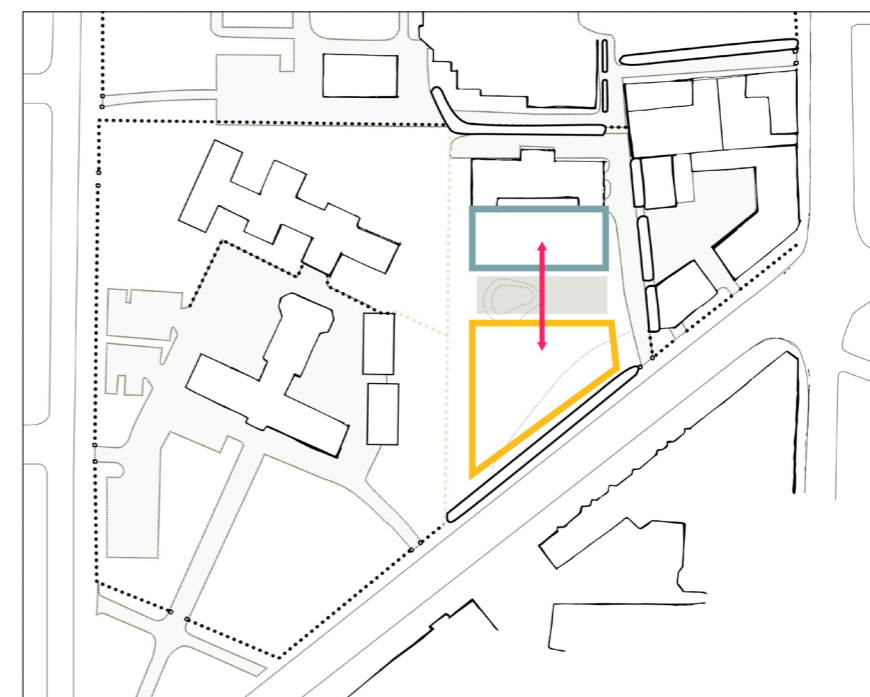
Stråk och gränser idag, markerade av staket och häckar (markerade i grönt). Man kan promenera kring Lindebergsskolan och strosa i kvarterets norra del, men inte promenera från den södra till den norra delen på insidan av kvarteret.



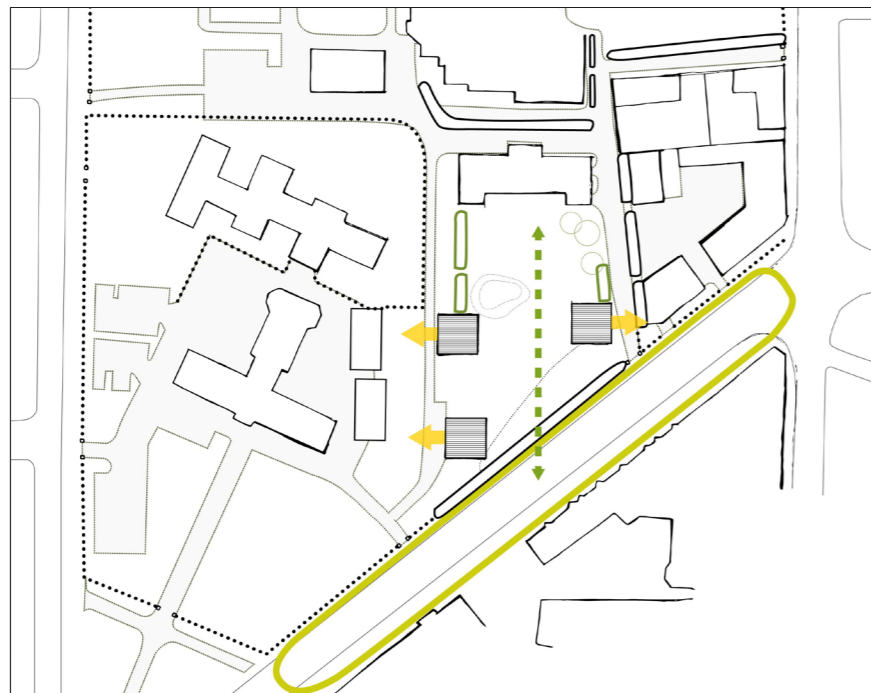
De nya stråken blir ett steg i att knyta samman kvarterets grönstruktur. I öst föreslås bostäder med lokaler i botten. Dessa får avsluta den del av kvarteret som vänder sig till gatan, skapar ett gårdsrum för verksamhet och boende och ger en kant till den östliga passagen. Studentskegården kan nu även komma till sina entréer norrifrån kvarteret och äldreboendet får en mer skyddad södersida.



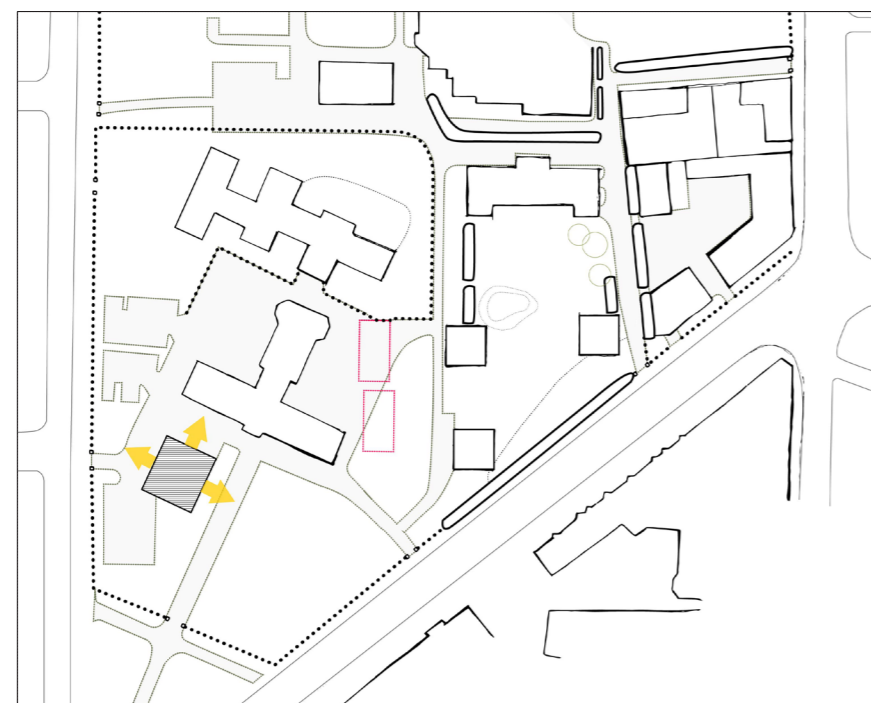
De röda cirkelarna antyder de mycket specifika ingångarna till kvarteret. De befintliga stråken är markerade i gult och de i rött visar de nya stråk om ska ansluta till entréer och stråk som finns idag.



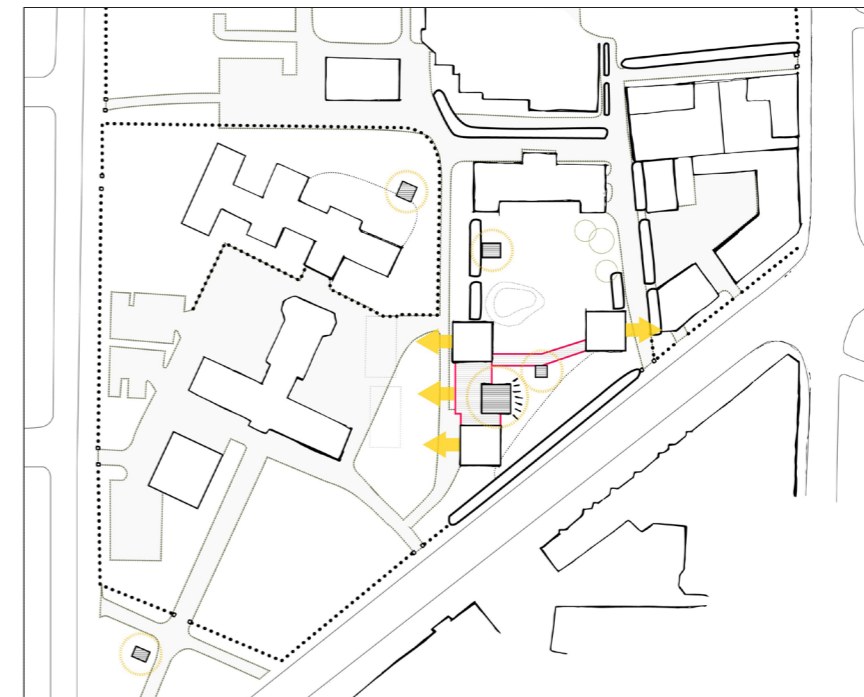
Studentskegården har idag en stor trädgård, med terrass i söderläge. Efter dammen i mitten av platsen växer träd och snår. Studentskegården ska fortsatt ha en tydlig egen plats invid hemmet (markerad i blått). Söderom får det nya tillägget finna sig lite på avstånd (markerat i gult), med en gemensam grön zon mellan de boende (markerat i grönt).



Den gröna gatan och de nya stråken ger förutsättningarna för gestaltningen. Byggnaden bryts upp i delar, för att göra små avtryck på platsen och behålla siktlinje och grönkontakt för boende. De små punkthusen vänder sig nära intill stråken, med publik och semipublik aktivitet i botten.



På sikt föreslås Lindebergska skolans "tillfälliga paviljonger" ersättas med en permanent paviljong för dans. Den infinner sig framför skolan och annonserar parken och skolans aktivitet söderut och åt väster i koppling med Centralstationen. Detta ger även bättre möjlighet att väva samman det nya stråket som vandrar vidare norrut genom parken.



De små punkthusen binds samman i botten genom gemensamma rum med entréer mot stråket, som belyses under kvällen. En liten gång knyter ihop punkthusen även i väst-östlig riktning och skapar två trädgårdssidor på vardera sidan. På så vis skapas en liten gård söderom gången, medan den norra sidan är privat för de boende.

Ett vintergrönt rum infinner sig i Träffpunkten, likväl som det placeras små växthus intill stråken som är en del av att belysa dessa under kvällen.

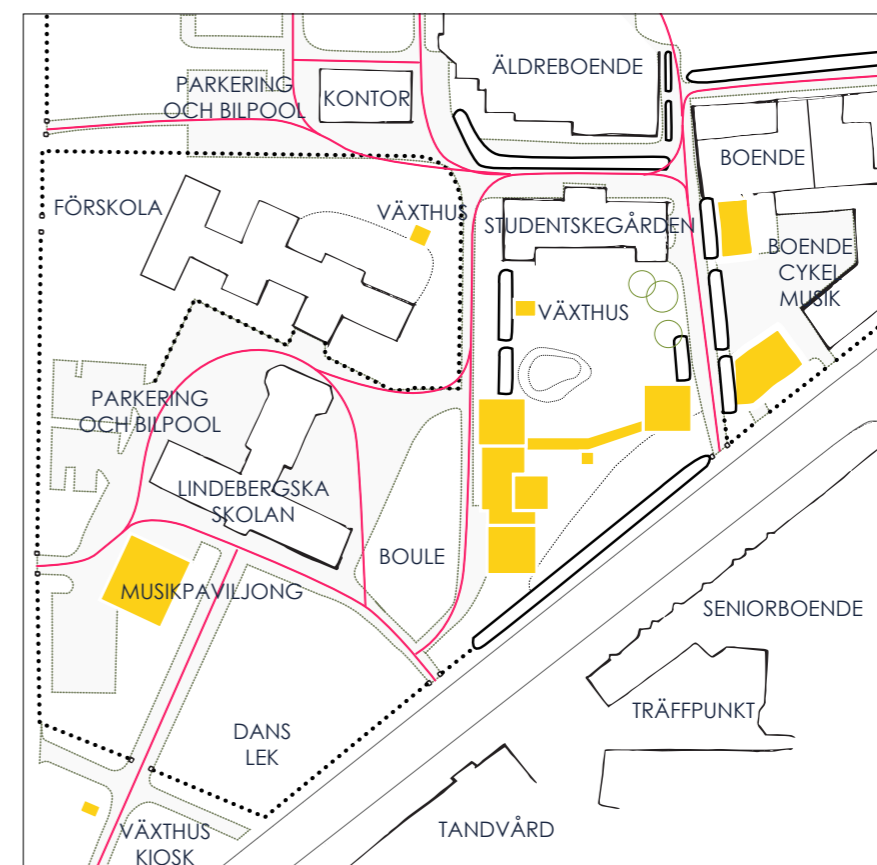


## BYGGNAD MÖTER PLATS

Träffpunkten och boendet infinner sig i parken invid nya stråk, med publika rum som vänder sig nära intill dem. Ingångarna till området är många och de boende når sitt hem från lite olika riktningar.

Promenaden från Centralstationen går upp genom parken, förbi skolan och hem. Bilen ställs på någon av de många parkeringar som finns på området och man är med fördel medlem i bilpoolen. Invid skolan möts elever och äldre på gräsmattan, på en bänk, i dans eller boule eller bara ser varandra.

De små växthusen visar någonting som kan vara ett led i att aktivera det nya promenadstråket som leder upp genom området, vidare mot kyrkogård, sjukhus och LTH.



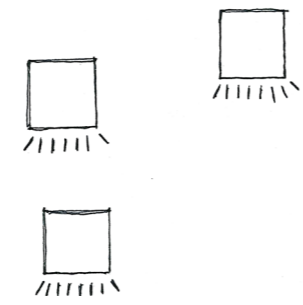




Söderfasad 1:400



Norrfasad 1:400

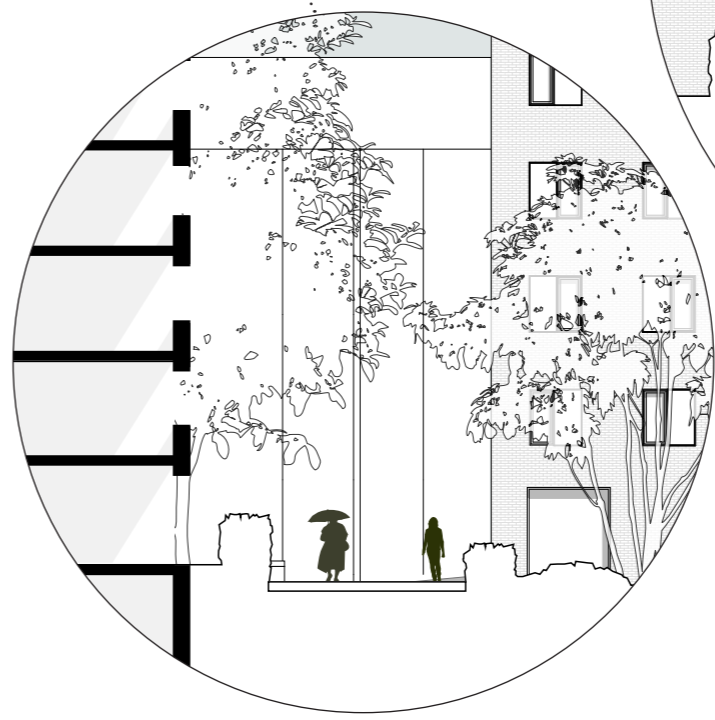


**VÄLKOMMEN IN**

*Tre punkthus i tegel möter parken, skär ibland igenom vallen invid St Laurentiigatan eller vilar på parkens platåer*

*Södersidan är glasad där boende har sina balkonger och annonserar även entréerna*

*I botten binds punkthusen samman och bildar Träffpunkten i botten*



**PROMENERA FÖRBI**

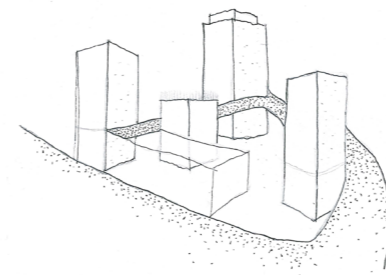
*Stråken på vardera sidan stöttas av de nya husen samt gröna element såsom trädtrader och skarpa häckar som markerar privat trädgård*

*I botten vetter rum för aktivitet såsom yoga, dans och mat mot stråken och visar upp sig genom stora glaspartier*



Västfasad 1:400

Studentskegården



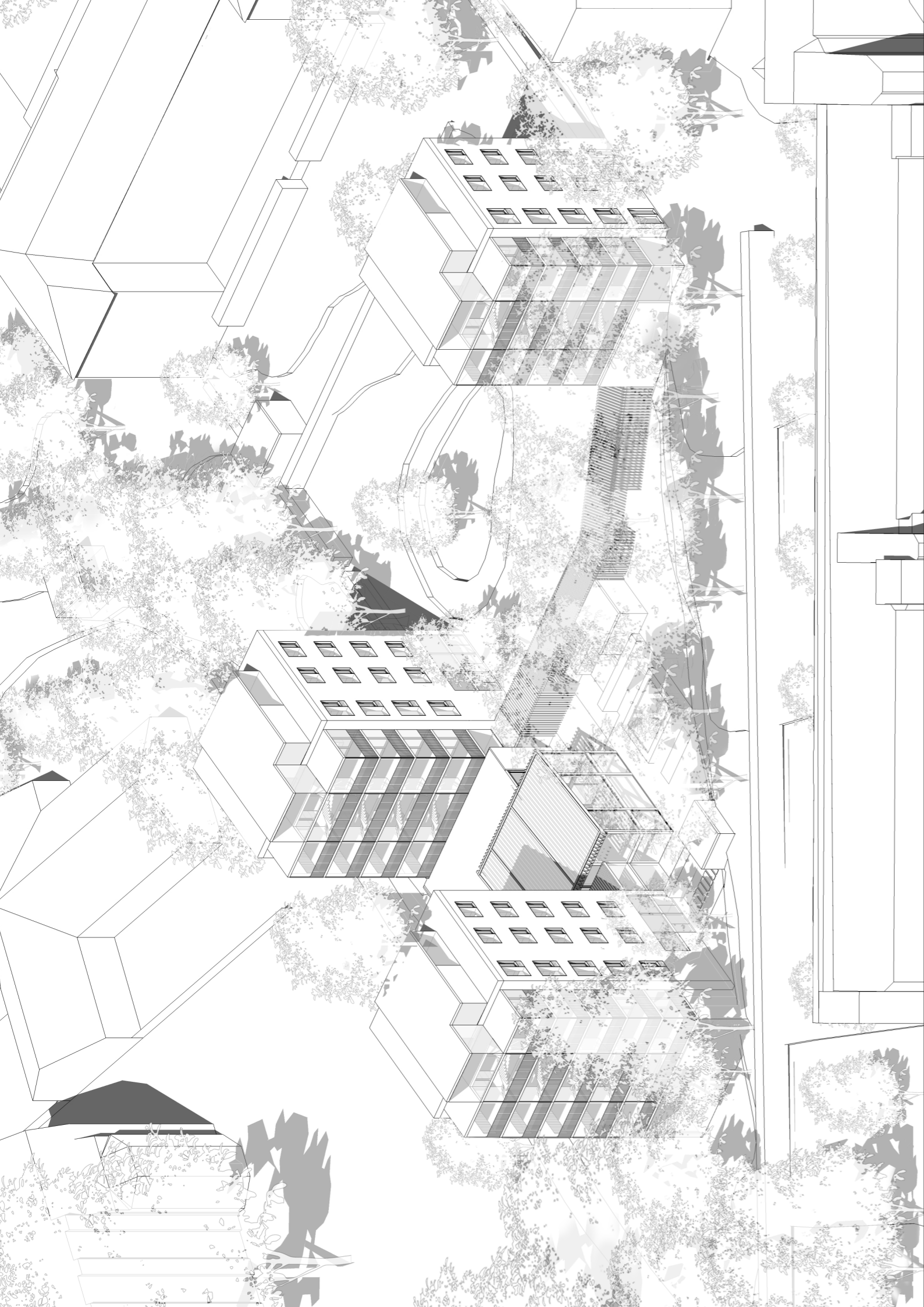
## TRÄFFPUNKTEN

*Träffpunkten vänder sig med sina samlade rum mot stråket, ibland med dubbel höjd*

*I bild sticker det glasade vintergröna rummet upp, som är en del av de gemensamma rummen*

*Skivor av tegel går ner i marken och entréerna annonseras i glas*

*Uppe på toppen hänger de boende och tvättar, gymar, solar och tar en fika*



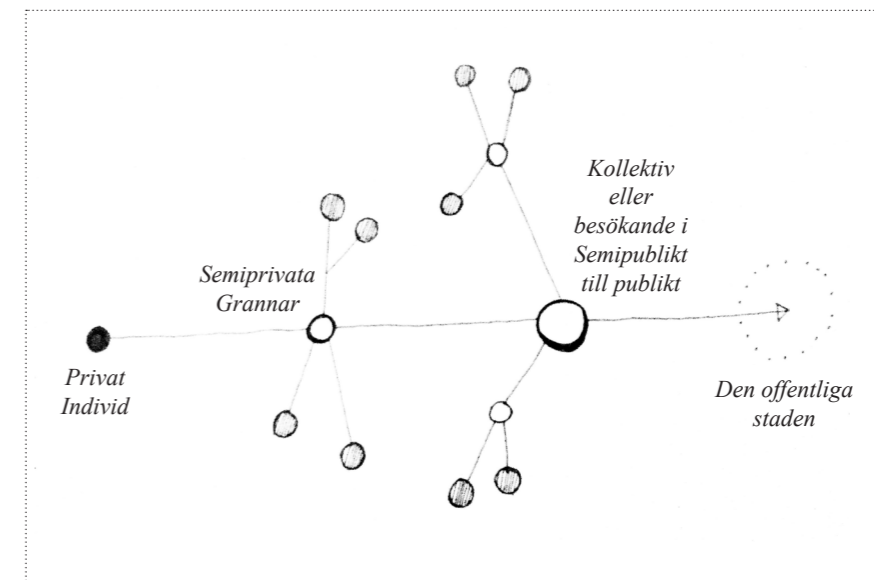
## ORGANISATION

*Genom en tydlig uppdelning kan boende delta i det gemensamma när man känner för det och vara självständig i det egna boendet. Samtidigt ska förslaget stötta och uppmuntra den vardagliga och informella kontakten med personerna i närmiljön, varför man passerar alla tre illustrerade zoner på vägen hem eller ut i staden.*

*Från det privata når man alltid en semiprivat zon i nära kontakt med de närmsta grannarna. Detta är det minsta sammanhanget efter det egna hemmet.*

*Därefter kan man passera igenom eller intill de gemensamma rummen, där man kanske stannar till när man möter en vän.*

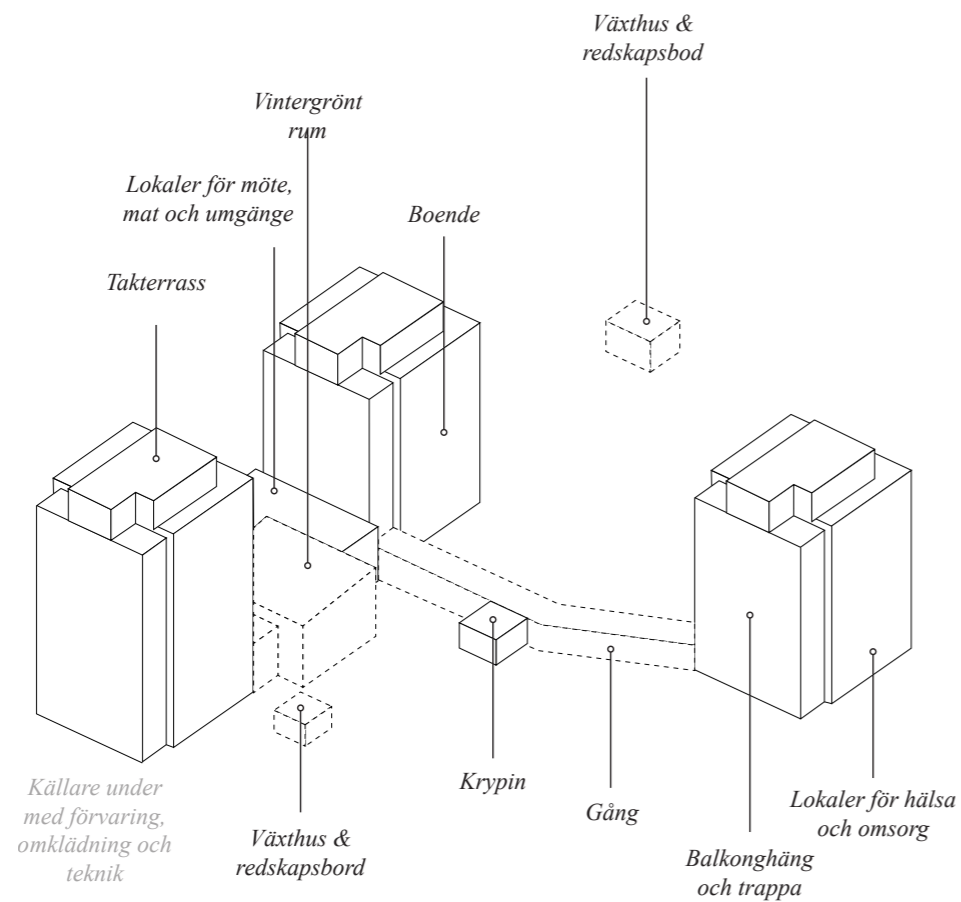
*Strukturen ska etablera en kontakt mellan boende där man ser varandra och blir sedd, utan krav på faktiskt umgänge. I det gemensamma möts man sedan med andra seniorer i staden, som delvis får energi av de boende som vistas i huset.*



PRIVAT BOENDE - SEMIPRIVATA ZONER - EXPONERAD MÖTESPLATS

## HELHETEN

I parken infinner sig ett antal byggnader där Boendegemenskap samverkar med Träffpunkt. Uppe i punkthusen finns de boende, som gärna vistas i de gemensamma rummen där nere eller uppe på taket. I det östra huset har Boendegemenskapen en egen lounge i anslutning till den privata trädgårdssidan, där man kan ha lite fest tillsammans, men lagar annars gemensam middag i Cafét två gånger i veckan.



## BESTÅNDSDELAR

Träffpunkten och boendegemenskapen innefattar rum av olika storlek och funktion för att ge möjlighet till en variation av aktiviteter för olika stora sällskap. Rummen infinner sig gärna rum till rum, för att minska korridorer och känslan av institution. Vissa rum kan öppnas och stängas av om man vill ha ett privat samtal eller hyra ut till exempelvis studiecirkel och Lindebergska skolan intill.



Det vintergröna rummet är en plats för odling, men också ett grönt vardagsrum för gråa höstdagar där man kan spela lite spel, odla och småprata.

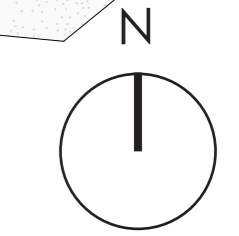
Multisalen i botten och gymet på toppen är två av de rum som uppmuntrar till rörelse och området är en bra startpunkt för stavgångsslingan.

Rum för studiecirkel och verkstad infinner sig på andra plan.

Matlagningen är även i denna Boendegemenskap en viktig del i sammanhållningen, varför det finns ett fint och möblerat rum för att äta och umgås och ett kök för gemensam matlagning eller även kurser. Under dagen står det öppet för fikabesök.

Krypin ger en möjlighet att träffas i små sällskap i lugn och ro, eller sitta och läsa en bok från biblioteket.

Lokal för välmående, massage, fotvård eller hemtjänst infinner sig i det östra huset, varifrån man kan åka upp till toppen med utsikt och ljusterapi.

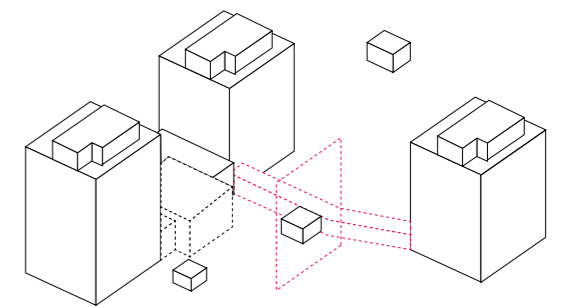


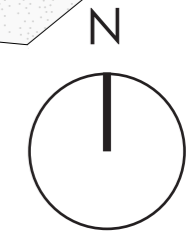


## GÅNGEN

*En ribbad gång går mellan husen och förbinder de som bor i det östra huset med Träffpunkten. Inunder gången är du skyddad genom ett glastak, men är utomhus och kan nå det lilla Krypnet där du kan läsa en bok eller ha ett möte.*

*Gången stiger lätt mot det östra huset och skär genom marken, så att den privata trädgården på norra sidan får en tydlig kant.*





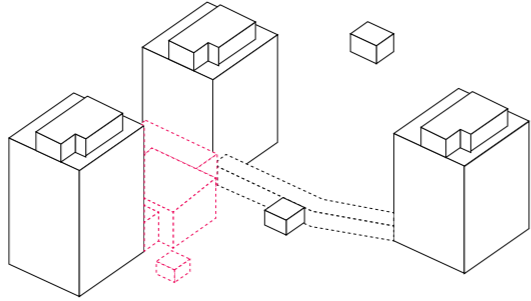


Väst - Östlig sektion 1:200

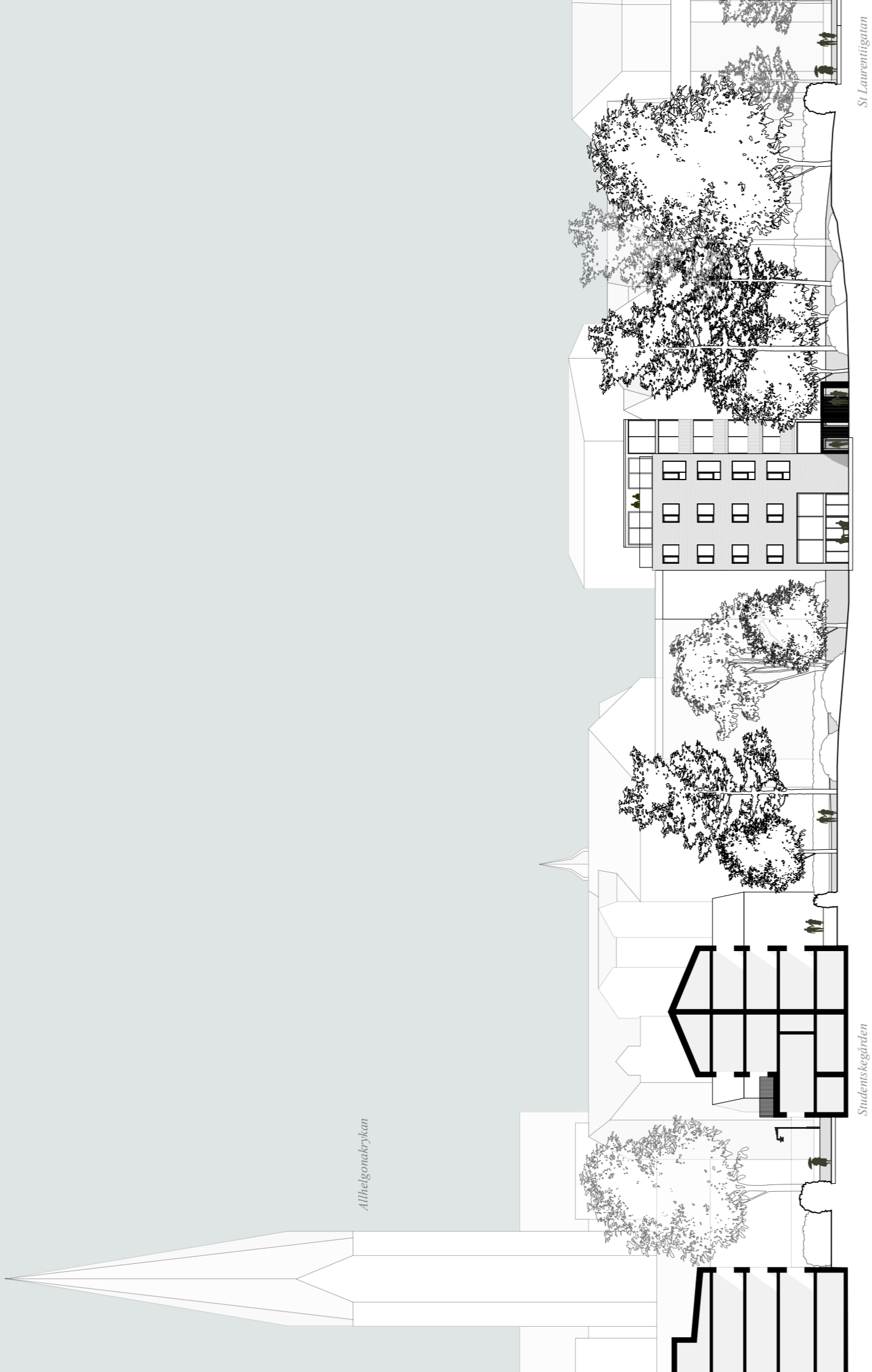
**VINTERTRÄDGÅRD & NYHETER**

*De tre små punkthusen binds samman med rum för verkstad, vila, vintergrönt rum, bibliotek, news room och mer.*

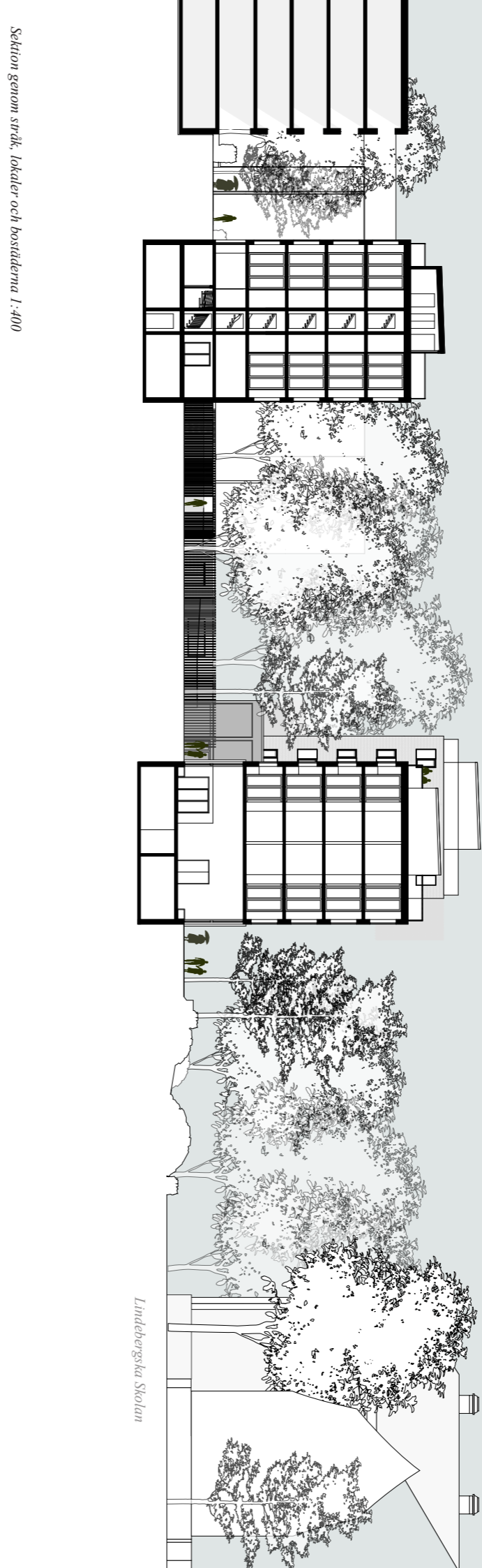
*Inne i Träffpunkten ligger rum rum-till-rum intill varandra. Här sitter man i grönskan med vy ner mot parken eller mot det privata. Ett vintergrönt rum blir en informell mötesplats, där man vilar eller odlar.*



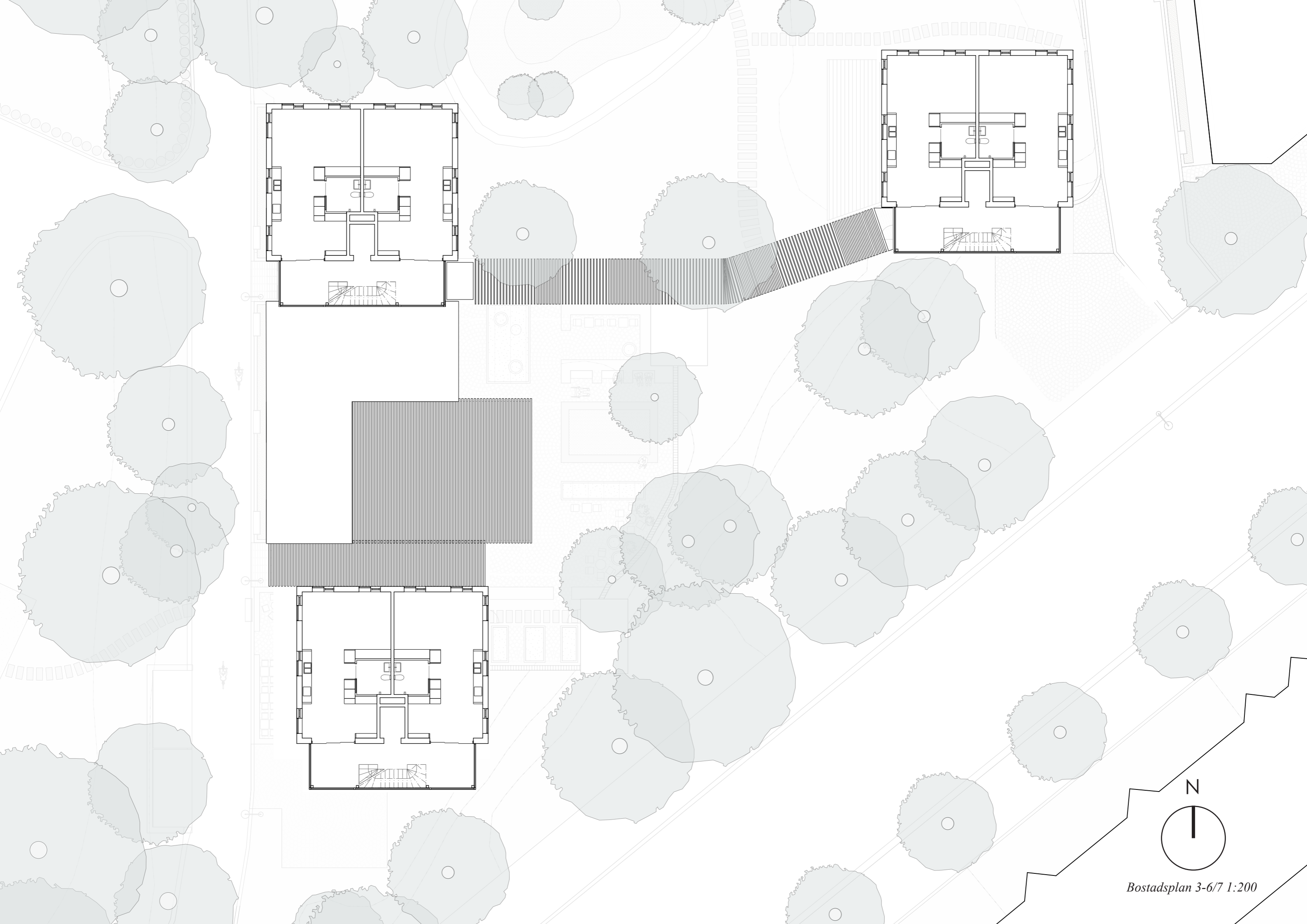




*Stråk genom gång och trädgårdar 1:400*



*Sektion genom stråk, lokaler och bostäderna 1:400*





## BOSTADEN

*Bostaden är den trygga sfären som ska stötta den boende i vardagen och en flytt hit ska möjliggöra ett gott kvarboende även om man skulle bli sämre i kroppen. Bostaden är liten om 50 kvadratmeter, med generös balkong och ett stort vardagsrum i botten genom Träffpunkten.*

*Bostäderna utgår från en enhet, möjlig att förändra efter sin egen situation. Någon bor själv, vissa är par, vissa par vill kanske inte dela sovrum och någon kan vara samboende med en vän eller ett barnbarn. Bostaden utgår därför ifrån möjligheten att dela in, stänga in, bjuda in, skärma av och förlänga.*

*Två viktiga element ordnar bostaden:*

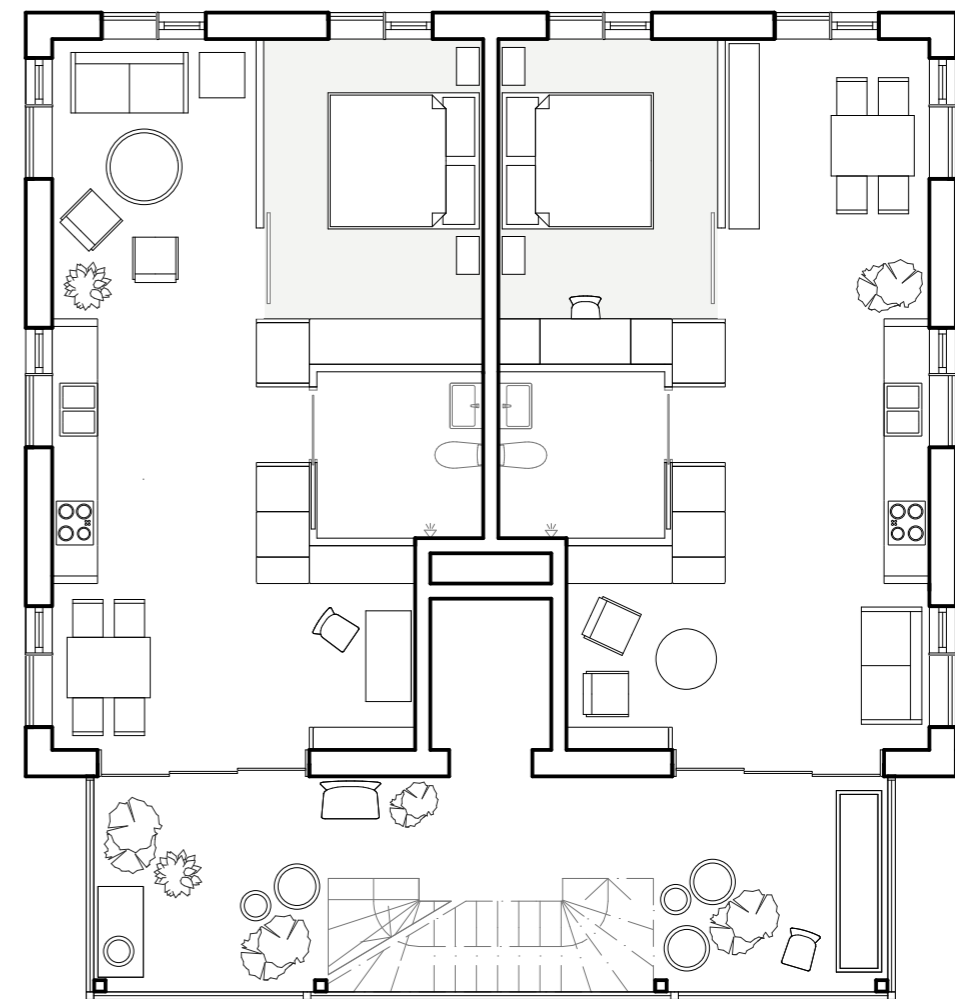




## BALKONGEN

*Balkongen är viktig för den egna bostaden och för hela huset. Genom balkongen rör sig grannar och vänner upp och ner från botten till toppen och blir en plats där man ser grannen sitta och fika. Den är dock inte öppen för Träffpunktens gäster.*

*Detta är din plats för entré och sorti där du får en egen farstutrapp och möjlighet att förlänga bostaden genom de skjutpartier som leder in till bostaden. Här kan du exponera dig, prata med en granne och bjuda in till fika på ett neutrals vis.*



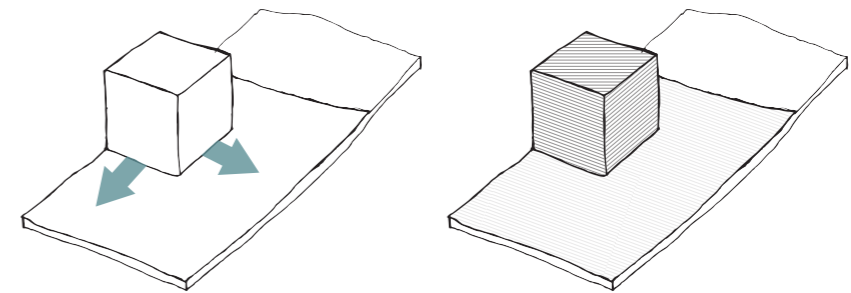
*Möbleringsförslag 1:100*



## KÄRNAN

*Kärnan är placerad i lägenheten så att den bildar ett rum på vardera sidan bostaden. Mellan dessa finns köket. Detta ger den boende möjlighet att själv möblera efter sin situation och bostaden kan ge ett större sovrum eller två mindre sovrum.*

*Kärnan är ditt badrum, klätt i en förvaring. Bostaden har lite kommunikationsyta och all förvaring är lättåtkomlig från hela lägenheten. Den rymmer delar av köket, likväl som bostadens garderob och bibliotek och här kan du exponera dina tillhörigheter. Genom en öppning i förvaringen kan man ordna en skrivplats, eller komma in till badrummet genom både sovrum och allrum.*



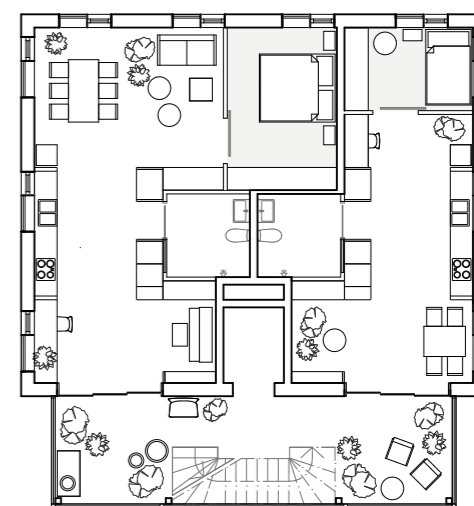
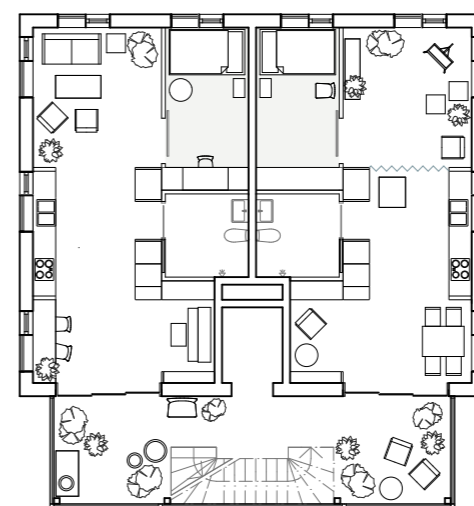
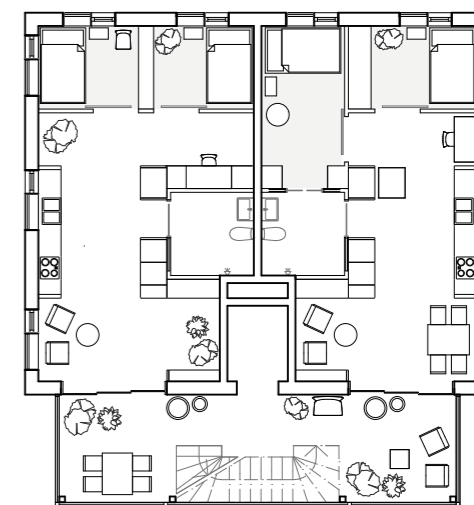
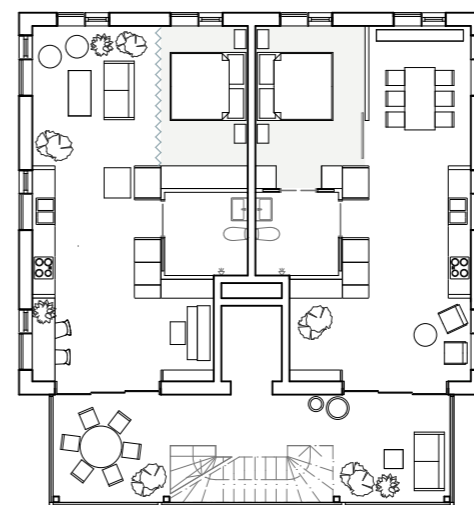


A large, modular wooden shelving unit with a mix of open shelves and closed cabinets. The unit is light-colored wood. The open shelves are filled with books, decorative objects, and a lamp. The closed cabinets are empty. The unit is positioned against a light-colored wall.



A small wooden table with two shelves. The top shelf has two red onions. The bottom shelf has several glass jars and two colorful pots (blue and orange).





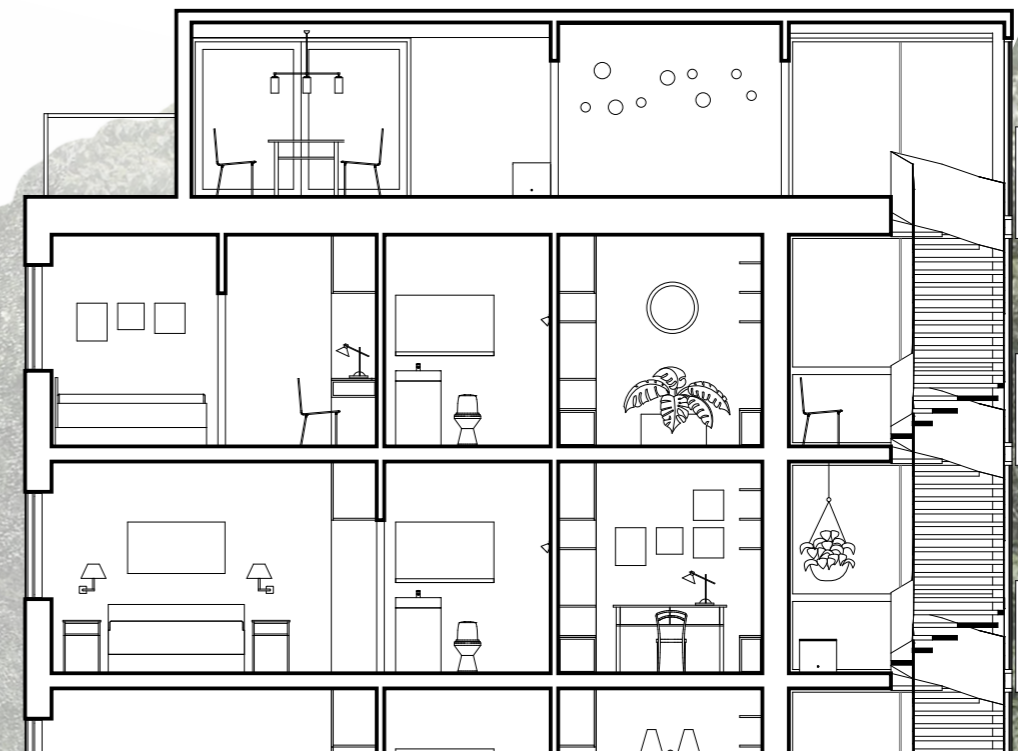
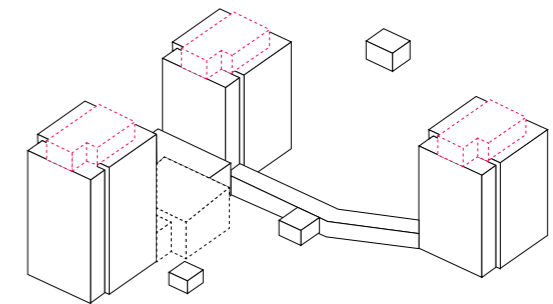
Möbleringsförslag 1:200



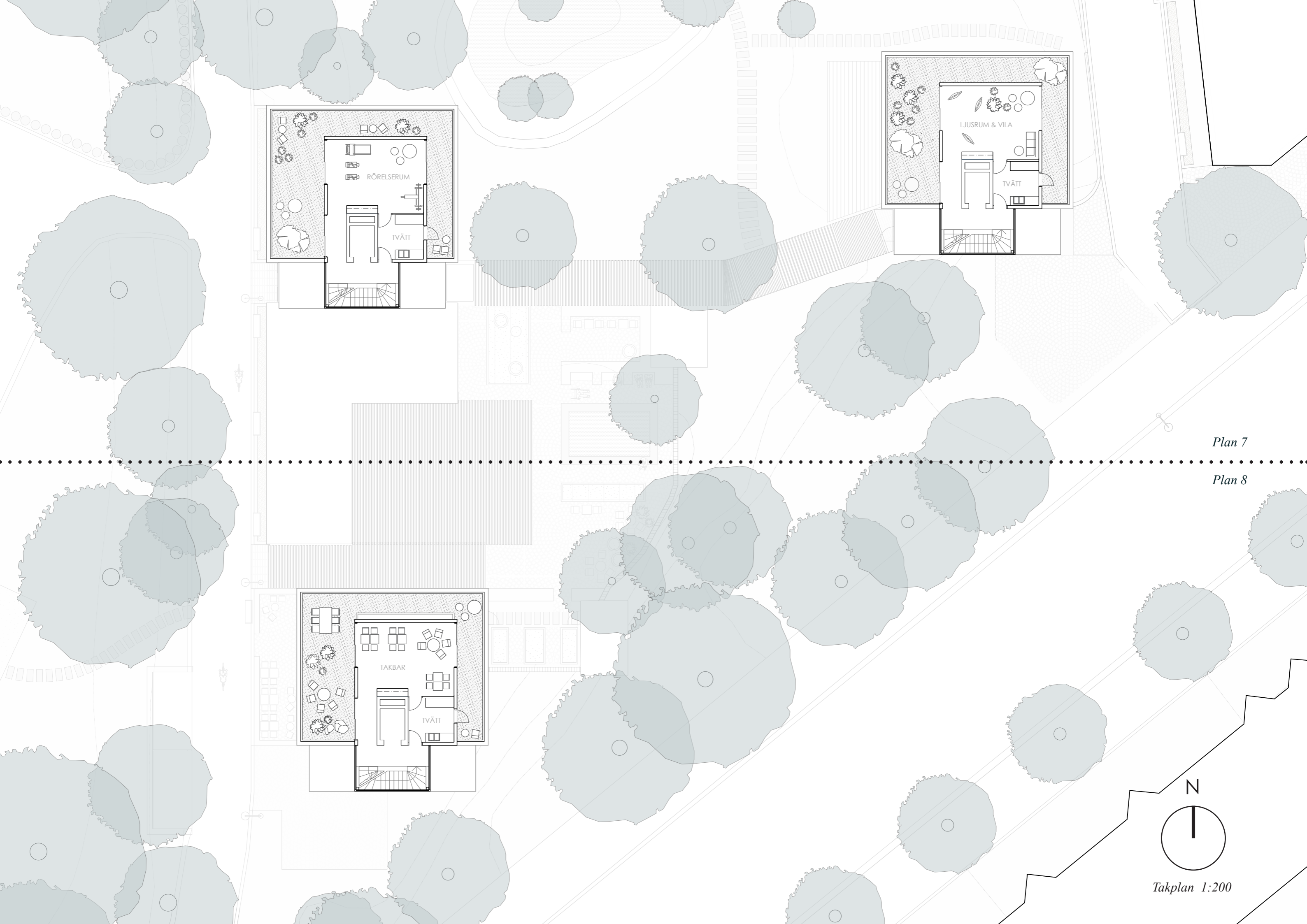
## TAKTERRASSERNA

På toppen av husen, högt uppe bland träden finns tre takterrasser - en på vardera hus med varsin karaktär. Terrasserna erbjuder rum både inne och ute för avkoppling och aktivitet. Vardera terrass rymmer en tvättstuga som blir grunden för en informell mötesplats med en unik vy över trädtoppar och hustak i Lund. Här blir tvättstugan en positiv och trygg plats och tvätten kan hängas utomhus.

I toppen av det södra huset ryms Takbaren, i förlängningen av matsalen som ligger på botten av huset. I det nordvästra huset finns istället ett gym i förlängning av det aktivitetsrum som finnes på botten. Det östra huset ligger något avsides från träffpunkten och rymmer rum för ljusterapi och avkoppling.

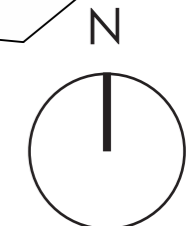






Plan 7

Plan 8



Takplan 1:200



*Axonometri av platsen med tillägg markerade i gult och blått*



## DISKUSSION / SLUTORD

*Detta arbete har tagit avstamp i äldres ensamhet, med välviljan att skapa en grund för gemenskap i vardagen, i boende och i närmiljö. Vi lever idag längre än förr och mår väldigt bra, men för många äldre följs ålderdomen av ett uttunnat nätverk, fysiska krämpor och därav även ensamhet.*

### **Hur kan bostaden och närmiljön stötta äldres hälsa och trygghet?**

*Då studierna har sprungit ur samtalet kring ämnet har jag mött ett stort engagemang för frågan, från såväl yngre som äldre personer. Åsikterna har även varit personliga och brett spridda och det visar på att likväl som andra grupper är "Äldre" givetvis en mycket bred grupp. I detta sammanhang får man se detta arbete som ett av flera möjliga svar, på frågan om äldres ensamhet. Jag har mött en önskan och medvetenhet om flytt såväl som jag har mött ett visst motstånd.*

*Mina studier har dock gjort mig än mer övertygad om den betydelse som bostaden och närmiljön har för din hälsa och trygghet, framförallt som äldre. En välutformad bostad och närmiljö kan vara en avgörande del i huruvida du väljer att gå ut själv, eller stanna hemma och det ordinära bostadsbeståndet lever inte alltid upp till dessa förväntningar.*

*Flera studier lyfter att känslan av trygghet framförallt stötts av ditt sociala nätverk. Motsatsen till ensam är tillsammans och Boendegemenskapen har intresserat mig mycket. Samtidigt som det finns ett växande intresse för ett mer socialt boende, så har jag dock likväl fått fördjupad insikt i att värna om integritet i balans med gemenskapen. Att befinna sig i ett sammanhang och att veta att det finns en granne nära intill kan vara gott nog för att finna sin trygghet och modet till att gå ut. Även kommunernas träffpunkter är en viktig del i det förebyggande och relativt enkla och vardagliga arbetet för äldres välmående.*

*Jag gav slutligen arbetet titeln "Mogen för flytt" med stort respekt för vad det innebär att flytta. Att flytta kan vara omvälvande och när man känner sig redo för flytt är det viktigt att det finns goda alternativ. Att flytta hemifrån ska vara värdigt, roligt och när du har flyttat in är du hemma igen.*

## TACK

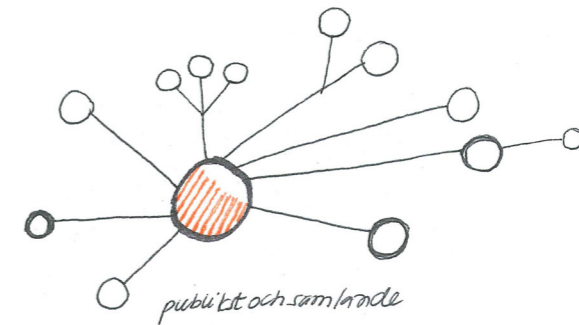
*Stort tack till er vänliga personer som tagit sig tid att prata med mig och låtit sig intervjuas. Det har gett mig ovärderliga erfarenheter och mycket trevliga möten.*



## ETT URVAL AV SKISSER

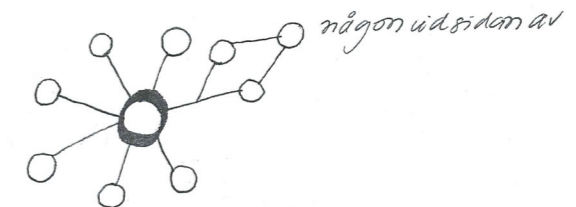
ett offentligt sammanhang

man kan vara som individer, familjer och par och mötas i publika, samlade rum där de flesta någon gång går



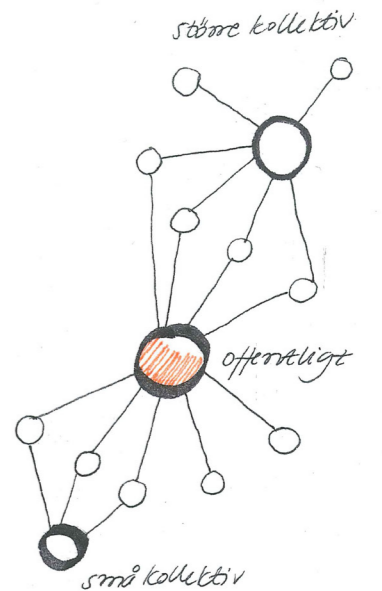
man kan vara lite utvid raden av utrymme att komma hemifrån så ofta

man kan vara en del av ett sammanhang som är nästan stort men där folk aldrig bötter människor från andra sammanhang

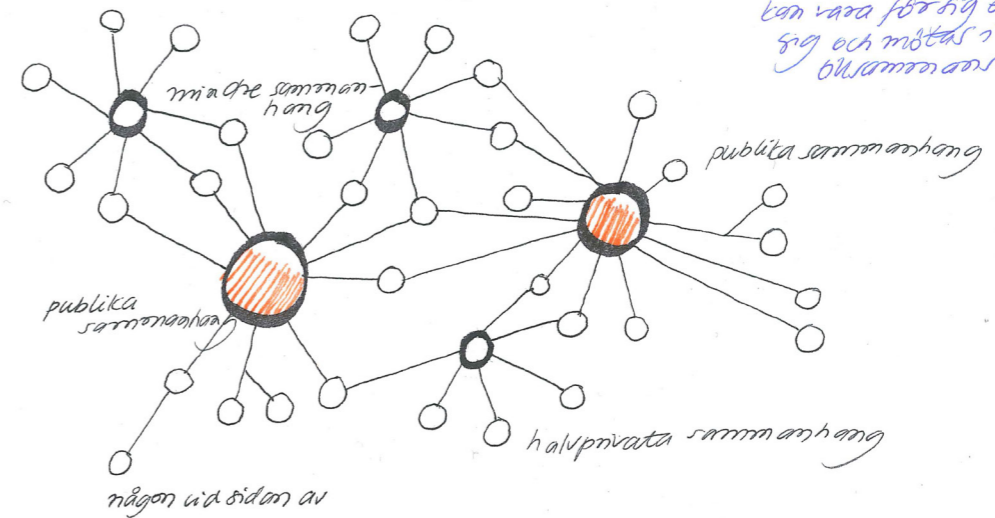


någon utvid raden av

stilla sammanhang som börjar börjar sig ett kollektiv eller sammanhang

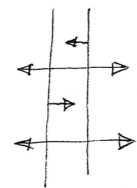
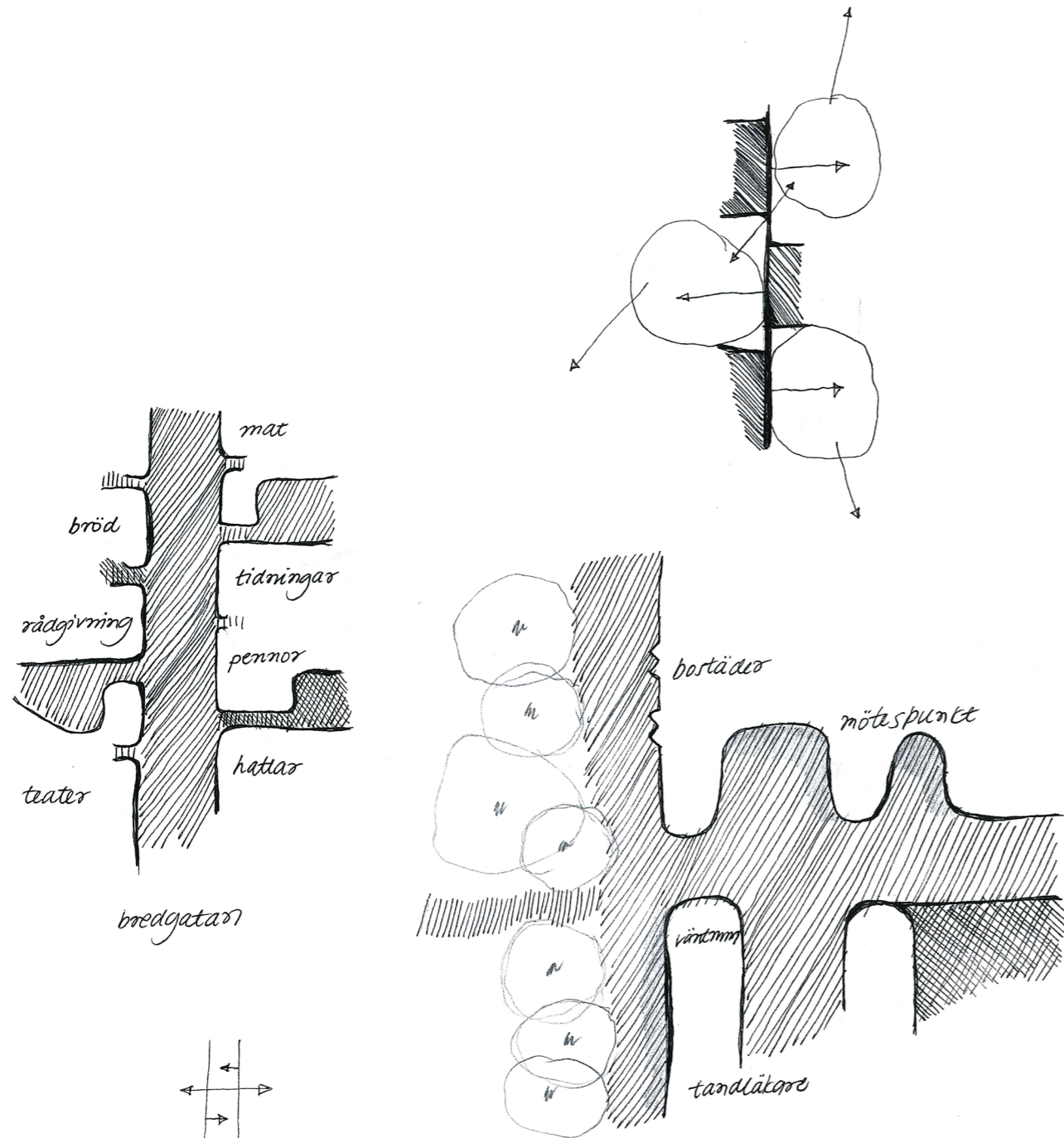


mindre och större sammanhang kan vara för sig eller individer för sig och mötas i offentliga rum tillsammans.

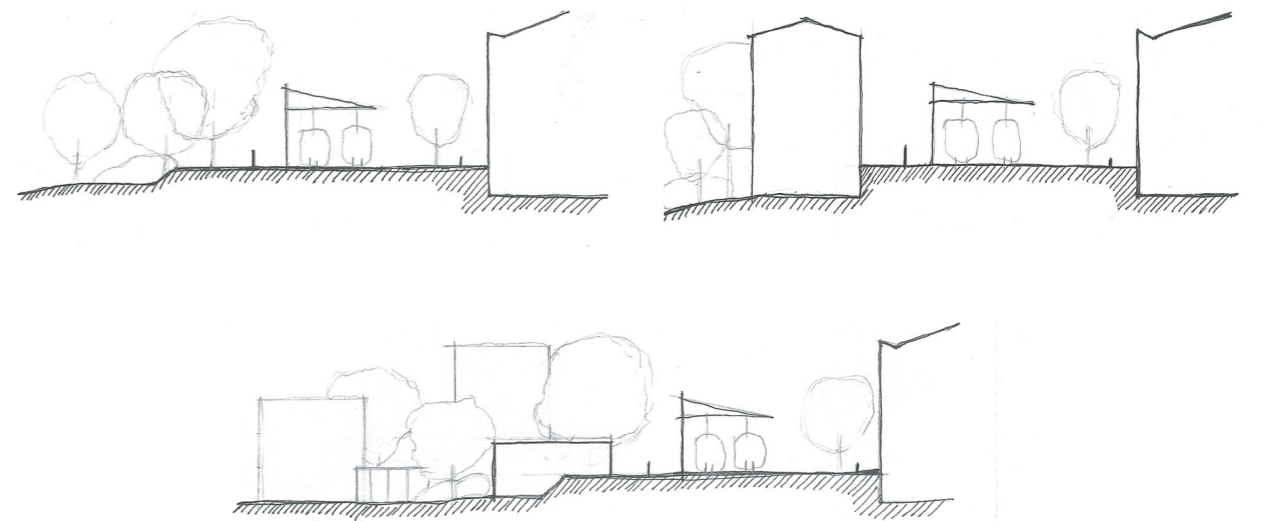
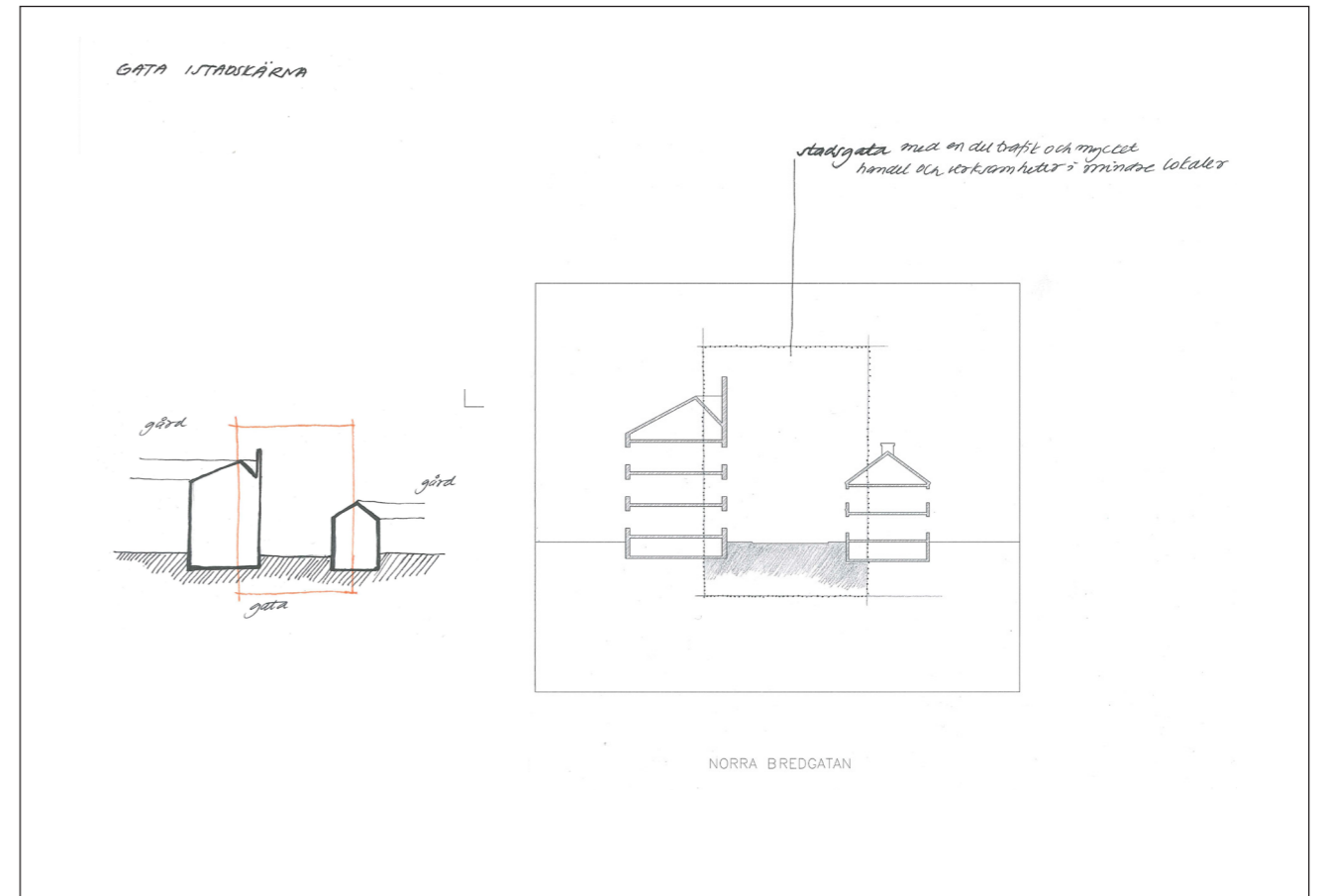


man kan vara en del av sammanhang och mötas på publika platser - med folk som är individer eller del av andra sammanhang. man kanske är en del av flera sammanhang, platser eller bara ett fåtal eller ett enda. ett fåtal har kontakt med alla sammanhang.

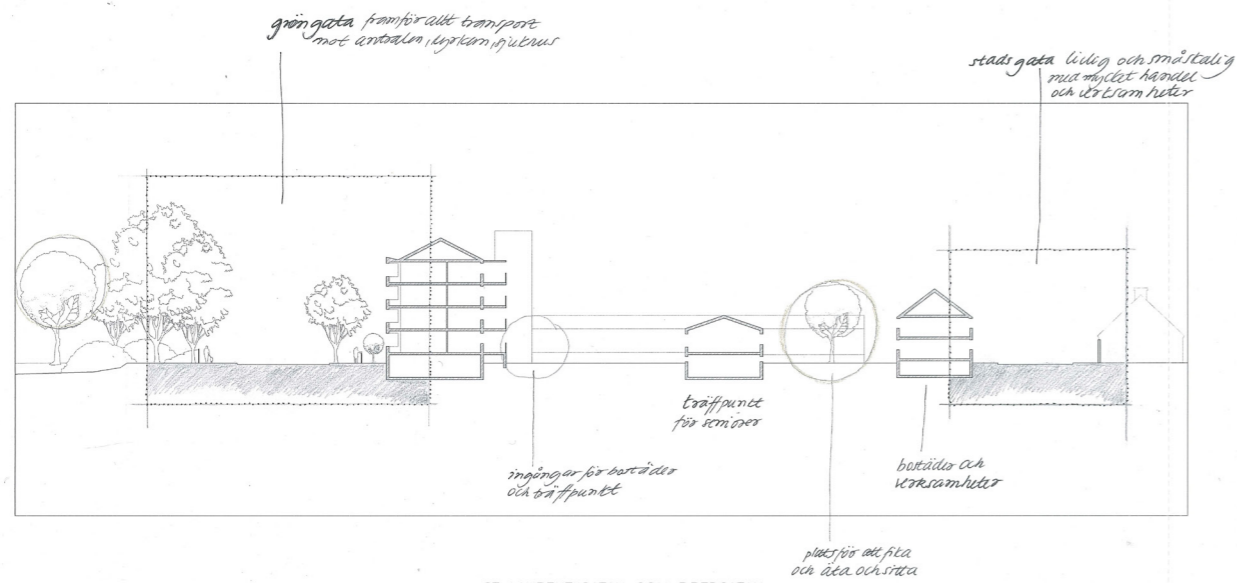
# STUDIER AV GATOR, STADSRUM OCH GRÖNA RUM



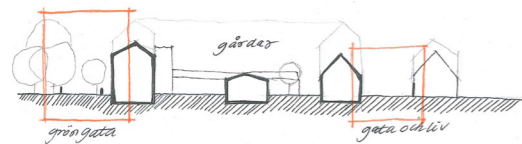
enbart för transport men också ett mål  
 man kan penetrera dem och komma vidare till insidan



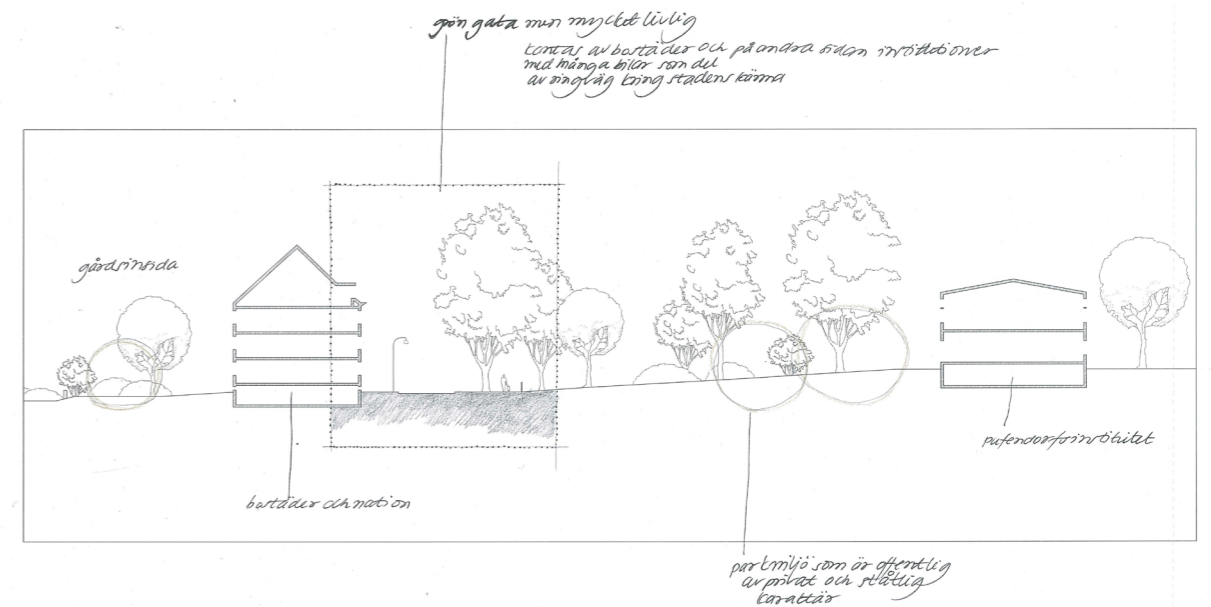
GATA UTANFÖR/MOT OCH INNE I STADSKÄRNA



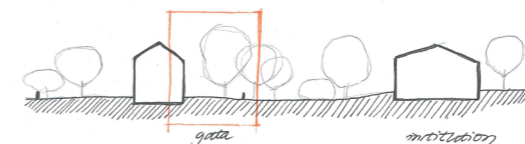
ST LAURENTIIGATAN OCH BREDGATAN



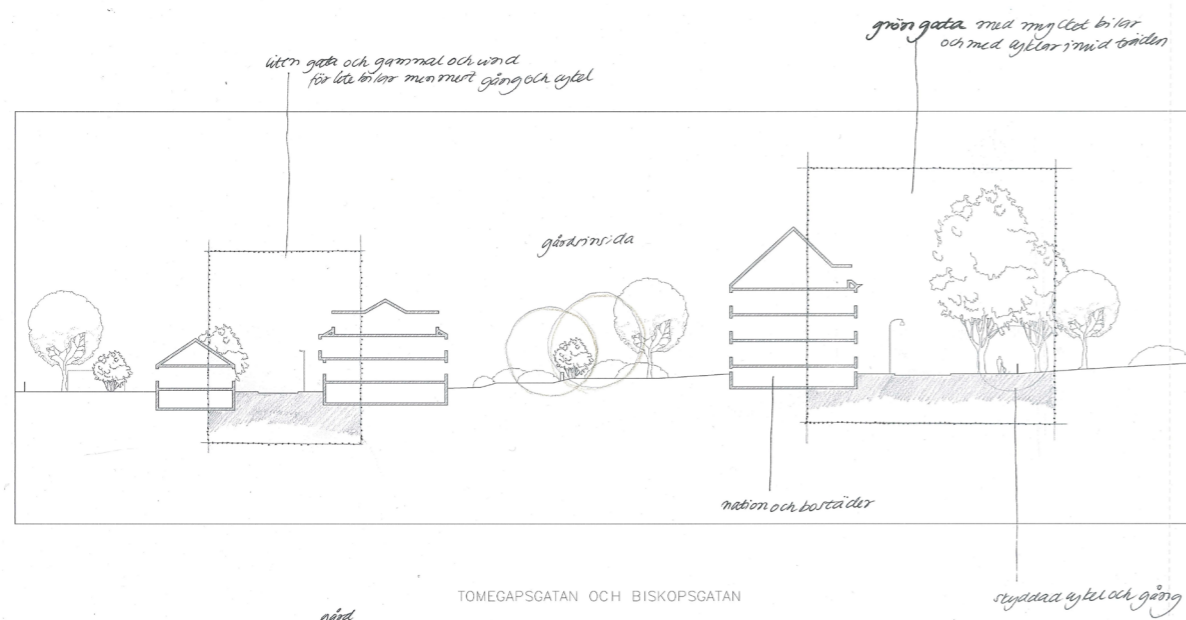
GATA UTANFÖR/MOT STADSKÄRNA



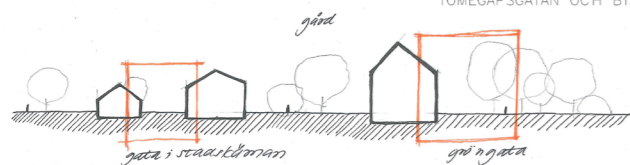
BISKOPSGATAN



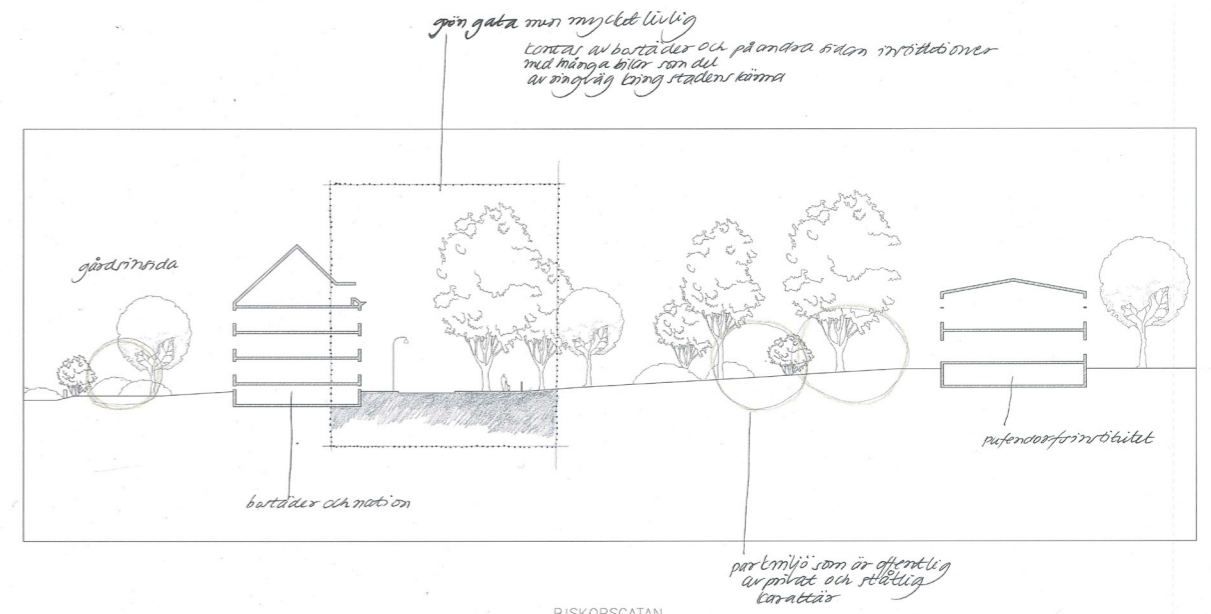
GATA I STADSKÄRNA OCH UTANFÖR/MOT



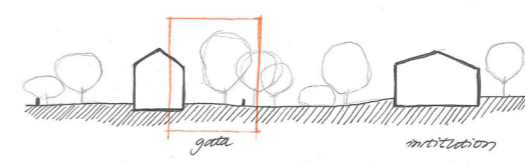
TOMEGAPSGATAN OCH BISKOPSGATAN



GATA UTANFÖR/MOT STADSKÄRNA



BISKOPSGATAN



## KÄLLOR FÖR LITTERATUR & HEMSIDOR

Östlund, Helena. 2008. *Åldrande och livskvalité*. Stockholm: Hellmans Förlag AB.  
<http://forte.se/publikation/aldrande-och-livskvalitet/> (Hämtad: 2016-02-08).

PRO. 2013. *Äldres boende idag och i framtiden*. Stockholm: IK Stockholm.  
[http://www.pro.se/Global/PRO%20riksorganisationen/Leva-bo/Boendepolitik/PRO\\_Boendekonferens1\\_mars2013.pdf](http://www.pro.se/Global/PRO%20riksorganisationen/Leva-bo/Boendepolitik/PRO_Boendekonferens1_mars2013.pdf) (Hämtad: 2016-02-08).

Befolkningspyramid  
<http://www.sverigeisiffror.scb.se/hitta-statistik/sverige-i-siffror/manniskor-na-i-sverige/befolkningspyramid/>

Theelin, Angelika. 2009. *Den tredje åldern - En kunskapsöversikt*. Rapportserie i socialt arbete. Nr.1 2009. Växjö: Institutionen för vårdvetenskap och socialt arbete. Växjö universitet.  
<http://www.diva-portal.org/smash/get/diva2:221709/FULLTEXT01.pdf> (Hämtad: 2016-05-09).

Statens folkhälsoinstitut (FHI). 2005. *Hälsoutveckling och hälsofrämjande insatser på äldre dar*. Rapport 2005:6.  
[https://www.folkhalsomyndigheten.se/pagefiles/21448/Aldredar\\_broschyr0505.pdf](https://www.folkhalsomyndigheten.se/pagefiles/21448/Aldredar_broschyr0505.pdf) (Hämtad: 2016-03-30).

Kärnekull, Kerstin. 2011. *Bygga för seniorer*. Stockholm: Svensk Byggtjänst.

Olsson, Sören. 1997. *Det lilla grannskapet - Gårdar, trapphus och socialt liv*. Göteborg: Centrum för byggnadskultur i västra Sverige.

Lagnö Bo kooperativ hyresrättsförening. 2016. *Lagnö Bo - Huset*.  
<https://lagnobo.wordpress.com/huset/> (Hämtad 2016-05-09).

Archdaily. 2014. *LT Josai / Naruse Inokuma Architects*.  
<http://www.archdaily.com/497357/lt-josai-naruse-inokuma-architects> (Hämtad 2016-02-08).

Kinser Hohle, Maggie. 2009. *Building blocks*.  
<http://www.dwell.com/house-tours/article/building-blocks#10> (Hämtad 2016-02-08).

Det Nye Soelund, 2016  
<http://www.detnyesoelund.dk/da-DK/Byggeriet/Vinderprojektet-1.aspx> (Hämtad 2016-04-15).

## BILDKÄLLOR

OMMX <http://www.officemmx.com/St-Loo>.

Tree House <http://www.archdaily.com/111156/tree-house-robert-potokar-and-janez-breznik>.

Äldre par <http://theberry.com/2015/07/31/adorably-smitten-elderly-couples-17-photos/>

Kvinna <https://videohive.net/item/old-woman-with-tablet/9272394>

Wilson Trimming the Wicks, Charles Edward Wilson

Linbana <http://www.vintag.es/2016/02/21-emotional-vintage-pictures-show.html>

Fika <http://www.ravjagarn.se/blogg/2013/page/10/>

Kyss <http://fotorachmaninov.ru/en/exhibitions/romualdas-pozhershkis-v-proekte-zvezdy-miro-voj-fotografii>

Väntan <https://phantompages.wordpress.com/2012/02/03/the-old-lady-on-chrisp-street/>

Dörr <http://www.lovelylife.se/enlangblondin/category/jobba/page/7/>

Köksfönster <http://www.aftonbladet.se/nyheter/kolumnister/jenniferwegerup/article17623751.ab>

Lagnö Bo <https://lagnobo.wordpress.com/bilder/>

Trapphus <http://www.globalfast.se/storstadning-trapphus/>

Vigs ängar <http://www.ystadsallehanda.se/ystad/forenade-care-tar-over-driften-av-vigs-angar/>

Sofielunds Kollektivhus Foto: Bojana Lucak

Lagnö Bo Gård <https://lagnobo.wordpress.com/bilder/>

LT Josai <http://lt-josai.com/archives/805>

Moriyama House Foto: Dean Kaufman

Det Nye Soelund <http://www.worldarchitecturenews.com/project-images/2016/26509/c-f-m-ller-architects-and-tredje-natur/future-s-lund-in-copenhagen.html?img=2>

Äldre hemma <http://www.dagenssamhalle.se/debatt/vi-behoever-en-lag-som-ger-aeldre-raettigheter-22597>

Kollektivhuset Slottet Foto: Emma Larsson

Oldekolle Foto: Julia Lindeman

Brädspel <https://jasssharing.wordpress.com/2010/01/21/taipei-2009-daan-longshan-temple-xi-men-ding/>

Gröna växter Foto: Ulrika Olsson

