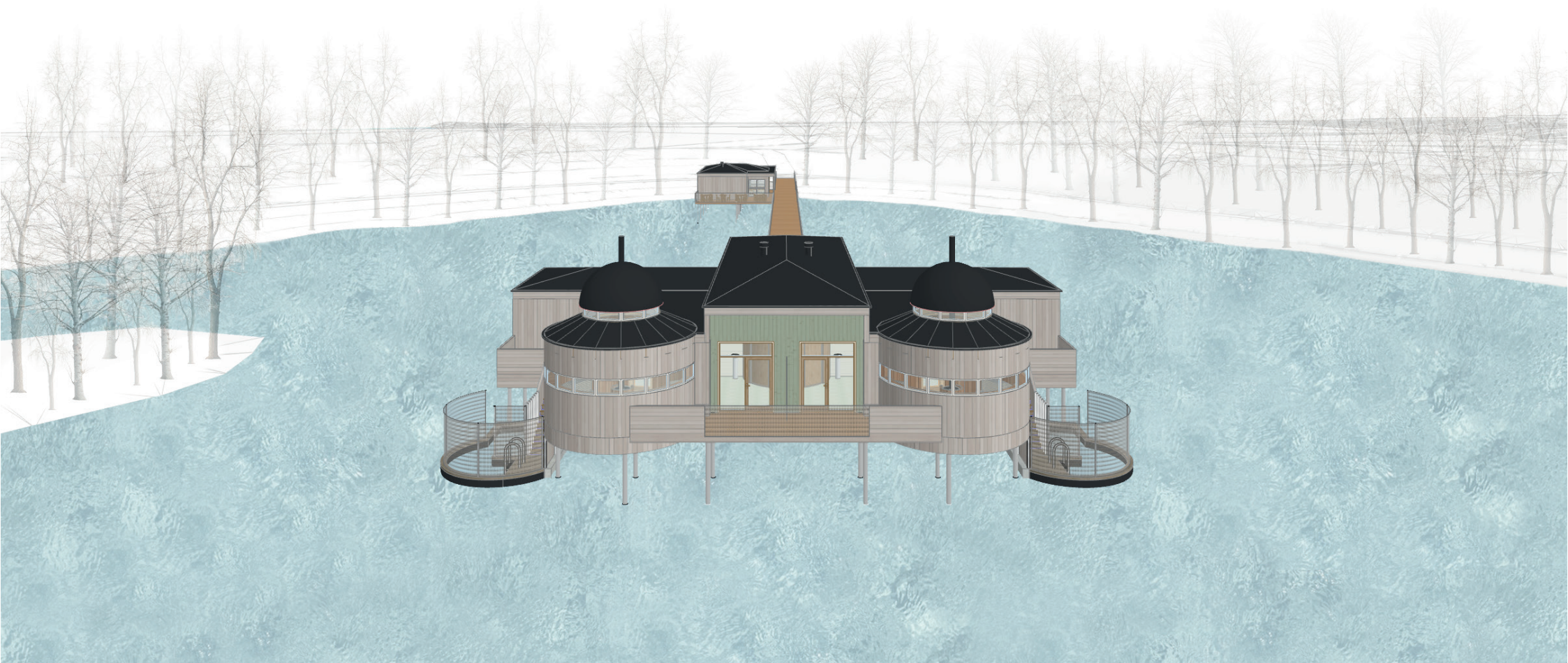


# KALLBADHUSET I STRÖMMEN

ETT EXAMENSARBETE I ARKITEKTUR AV ELLINORE HANSSON

LUNDS UNIVERSITET



## KALLBADHUSET I STRÖMMEN | THE OPEN-AIR BATH IN STRÖMMEN

AAHM01  
Examensarbete i Arkitektur |  
Degree Project in Architecture  
Lunds Tekniska Högskola  
2022

Författare: Ellinore Hansson  
Handledare: Laura Liuke  
Examinator: Johnny Åstrand

## SAMMANFATTNING

Genom Norrköpings stadskärna rinner Motala Ström, även kallad Strömmen i folkmun. Strömmen, tillsammans med det karaktäristiska industri-landskapet som stoltserar längs vattenkanten, är det som givit staden dess säregna och unika karaktär. På flera ställen i stan kan man komma i närkontakt med vattnet via bryggor, broar, slussar och promenadstråk – men överallt råder totalt badförbud. I en stad där vatten utgör en stor del av stadens identitet, ska stadsbor behöva lämna staden för att ta sig ett dopp?

Arbetet tar avstamp i denna frågeställning, och mynnar ut i ett gestaltungsförslag för ett kallbadhus i Strömmens vatten. Ett kallbadhus i en relativt smal vattenled med bitvis strömt vatten leder till att frågor kring behovet av insynsskydd och badsäkerhet måste behandlas. Arbetet resulterar i ett förslag på en hållbar och hälsosam året-runt aktivitet, som inte bara kan berika Norrköping stad utan invånare från hela kommunen.

## ABSTRACT

Motala Ström, also known as Strömmen, flows through the city centre of Norrköping. Strömmen, together with the characteristic industrial landscape that struts along the water's edge, is what has given the city its peculiar and unique character. There are several places where the urban landscape brings you into close contact with the water via jetties, bridges, sluices and walking paths - but everywhere there is a total ban on swimming. In a city where water is a major part of the identity, should its residents have to leave the city to go for a swim?

The thesis takes this question as its starting point, and results in a design proposal for an open-air bath in the water of Strömmen. An open-air bath in a relatively narrow waterway with water that is known for strong currents, leads to questions about the need for privacy and bathing safety. The thesis results in a proposal for a sustainable and healthy year-round activity that can enrich not only the city of Norrköping but residents from all over the municipality.

# INNEHÅLLSFÖRTECKNING

Inledning.....	5	Tredje fasen: Gestaltningen.....	36
Utzoomad kontext: Vart i landet befinner vi oss?.....	6-7	Arbetsprocessen Fas 3.....	37
Motala Ström.....	8	Hjälpanande inspiration.....	38
Norrköping då.....	8	Referenser med analys.....	39-40
Norrköping nu.....	9	Reflektioner.....	41
Noder i staden.....	10	Program.....	41
Huvudleder rörelse.....	11	Rumsdiagram.....	42
Grön/blå infrastruktur.....	12	Koncept och principer.....	43
Kollektivtrafik.....	13	Placering i viken.....	44
.....	.....	Urklipp från skissprocessen.....	45
Första fasen: Varför kallbadhus?.....	14	Strömsbadet och Strömsboden.....	46-57
Arbetsprocessen Fas 1.....	15	Användning.....	58
En promenad längs strömmen.....	16-19	Strömsboden.....	59
Bad i centrala Norrköping.....	20-21	Strömsbadet.....	60
Från reflektioner till beslut.....	22	Den nyfikne gästens resa.....	61-67
Närmaste kallbadhus.....	23	Detaljer.....	68
Kallbadhusets historia.....	24	Materialbeskrivning utomhus.....	69
Hälsoeffekter med att kallbada.....	25	Materialbeskrivning inomhus.....	70
.....	.....	Detaljbeskrivning.....	71
Andra fasen: Vilken plats?.....	26	Detaljsektion.....	72
Arbetsprocessen Fas 2.....	27	Flytbryggan.....	73
Potentiella platser.....	28-29	Slutreflektion.....	74-78
Från reflektion till beslut.....	30	Källförteckning.....	79-81
Platsen i bilder.....	31	.....	.....
Platsens omgivning.....	32	.....	.....
Sagan om Kneippen.....	33	.....	.....
Vad är då Femöresbron?.....	34	.....	.....
Tankar inför gestaltungsfasen.....	35	.....	.....

# INLEDNING

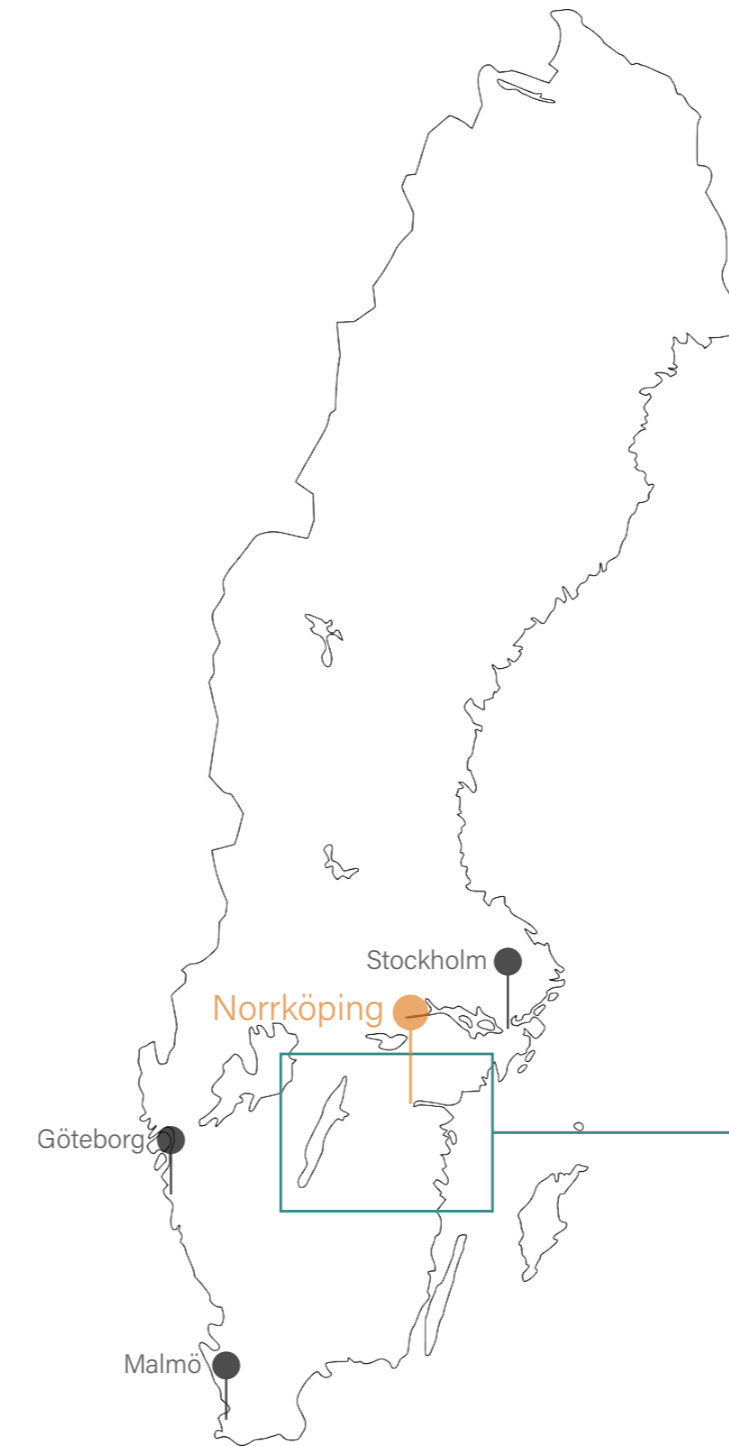
Sommaren 2021 var tankarna många och spretande kring examensarbetet som stundade med höstens antågande. Ofrånkomligt för tankarna till den rådande pandemin och hur den påverkat likväl vår vardag som vårt arbete och levnadsätt. Det finns inget ont som inte har något gott med sig, som ordspråket säger. Och en positiv bieffekt har varit det faktum att fokus tvingats skifta från det globala till det mer lokala. "Hemester" hade fått sig ett rejält uppsving. I och med detta började jag fundera kring mitt omedelbara närområde, och till staden jag endast hunnit kallat hem i ett par månader; Norrköping.

Var det någonting som staden saknade? Vad för typ av projekt skulle kunna gynna staden i sin helhet?

Svaret behövde inte vänta länge. En sommarkväll gick jag med min sambo längs ett av Strömmens alla promenadstråk. Vi passerade en diskret liten stentrappa som ledde ner till vattnet, varpå min sambo berättade att där hade han badat en olidligt varm dag sommaren 2018. Min direkta respons var att fråga om det var tillåtet. Som svar fick jag en axelryckning med orden "nöden har ingen lag". Efter en Google-sökning stod det klart att det mycket riktigt rådde badförbud i Strömmen. Där och då föddes idén om att innerstaden är i stort behov av fler badmöjligheter. När en stad innehar den tillgången till naturligt vatten som Norrköping har, måste det finnas fler sätt att ta tillvara på det än enbart för synens skull.

UTZOOMAD KONTEXT:

## VAR I LANDET BEFINNER VI OSS?

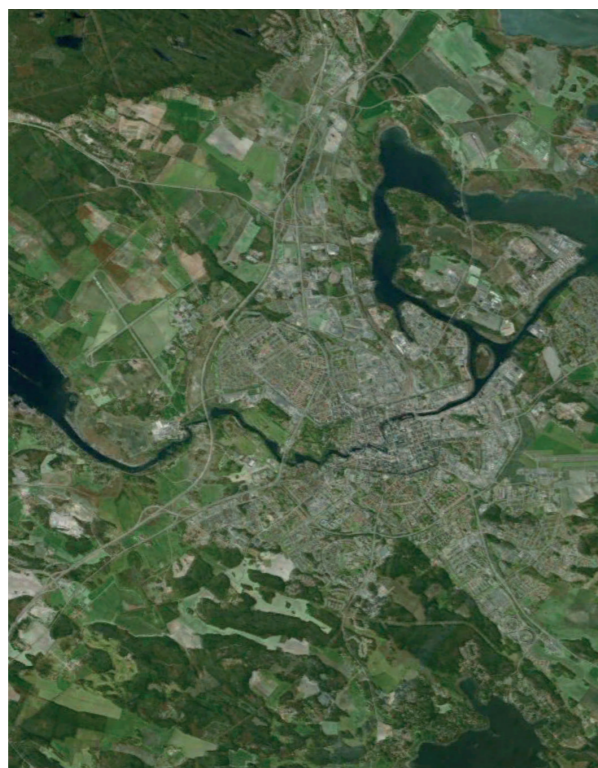


För att kunna placera projektet i sin kontext visar markeringen på kartan till vänster var i Sverige Motala Ström och Norrköping är belägna. Utsnittet är en inzoomad bild av kartan som visar vägen Motala Ström tar genom landet, från källa till mynning.



## MOTALA STRÖM

Motala ström, eller som tidigare nämnt Strömmen, är ett vattendrag som rinner igenom Östergötland. Vattnet börjar sin resa i Vättern och mynnar efter ut i Bråviken i Östersjön. Totalt färdas vattnet runt 100 km från källa till mynning. (Motala Ström u.å.) Därtill har Strömmen ett avrinningsområde på över 15 000 km<sup>2</sup> (ibid) Genom arkeologiska utgrävningar har man kunnat estimerat att Strömmen forsat fram genom landet i cirka 9200 år. (Norrköpings historia u.å.b) Under hela denna tid har det strömma vattnet givit liv och kraft till områdena som det passerar. Redan på medeltiden tog man tillvara på vattenkraften genom att bygga kvarnar utmed vattenkanten, och nyttjandet av vattnets effekt har fortsatt ända sedan dess. (Festin u.å.)



*Strömmen rinner som en blå korridor genom Norrköping. Sista sträckan, som syns på bilden, går mellan sjön Glan, rakt genom staden för att slutligen mynna ut i Bråviken i Östersjön.*

## NORRKÖPING DÅ

Vid mynningen av Motala Ström växte med åren Norrköping fram. Tack vare vattnet och kraften det medförde utvecklades staden till att bli en framstående industri- och fabriksstad, vilket fortfarande syns tydligt i stadens karaktär. Det gamla industrilandskapet skvallrar om att Norrköpings benämning som Sveriges Manchester inte är gripet ur luften. (Droste 2008) Redan under 1600-talet var fabriker med vapentillverkning i full gång. (ibid) Därtill växte bland annat pappersbruk och textilfabrikerna fram, med vattnet som gemensam nämnare. Just klädes- och textiltillverkningen hade en blomstrande tillväxt på 1800-talet. Under en tid stod Norrköpings fabriker för över 80% av landets ylleproduktion. (ibid) Fabrikerna och textilindustrin fortsatte att genomsyra staden en bra bit in på 1900-talet. Och även om textilindustrin helt lades ner under seklets sista hälft, är det många bevarade fabriksbyggnader som står kvar än idag med nya syften och funktioner.



*Nästan samma vinkel, samma fors och till stor del samma byggnader - fast olika tidsepoker. Bilden ovan är tagen 2021. Vilket år exakt som bilden nedan är tagen gick tyvärr inte att tyda, men att det skiljer flertalet decennier mellan fototillfällena är det ingen tvivel om.*



*Bildkälla: Norrköpings historia u.å.b*

## NORRKÖPING NU

Idag är Norrköping med sina över 143000 invånare Sveriges nionde största kommun. (Statistiska Centralbyrån 2021). Istället för industrin är det kommunen, regionen och andra statliga myndigheter så som SMHI, Kriminalvården och Sjöfartsverket som erbjuder flest arbetstillfällen i staden. (Norrköpings kommun 2020) Däremot utgör pappers- och förpackningstillverkningen fortfarande en viktig sektor inom näringslivet. (Norrköping u.å.) Exempelvis är Holmen paper AB, som har anor från 1600-talet, (Holmen 2022) idag Norrköpings största privata arbetsgivare (Norrköpings kommun 2020)

Bevarandet och transformationen av det gamla industrilandskapet har gjort staden gott, då det inte bara är en unik miljö i Sverige utan i hela Europa. (Norrköpings Stadsmuseum u.å.) Utöver industrilandskapet lockar även närliggande Kolmården hundratusentals besökare varje år med

bland annat Nordens största djurpark och Bamses Värld. (Kolmården u.å.)

Att Norrköpings hjärta slår för kultur och musik är något staden stoltserar med. Konserthallar, teatrar och andra spelplatser finns det gott om runt om i innerstaden. Kommunens ambition och vision är att år 2035 vara en ledande kulturstad och Sveriges musikhuvudstad. (Norrköpings kommun 2020)



*Louis de Geer konsert & kongress*

## NODER I STADEN

På kartan visas noder och viktiga stadsfunktioner i Norrköping. Majoriteten av dessa punkter ligger kanske inte helt oväntat inne i stadskärnan och med närhet till Strömmen.

Vissa punkter kräver lite förtydligande då det är lokalt kända namn och fenomen. En av dessa är Knäppingsborg, som är en kvartersstruktur av bevarade fabriker från 1700-talet. (Knäppingsborg u.å.) I detta historiska kvarter som myllrar av liv, hittar du idag restauranger, caféer och butiker längs de smala gränderna och små torgen.

Även Gamla fängelset är en anläggning från 1700-talet. Byggnaden upprättades som ett spinnhus, vilket var ett kvinnofängelse vars arbetskraft skulle bidra till stadens textilindustri. (Wallentinsson u.å.) Fastigheten står idag tom i väntan på verkställande planer, då Riksbyggen är igång med att undersöka möjligheter om att förvandla det nedlagda fängelset till bostäder. (Riksbyggen 2019)

Campus Norrköping tillhör Linköpings Universitet.



## HUVUDLEDER RÖRELSE

På kartan visas Norrköpings huvudleder. Med andra ord de mest flitigt använda lederna både för bilar, kollektivtrafik och fotgängare. De större orange linjerna visar huvudlederna för kollektivtrafik och fordon. De mindre ljusare linjerna visar på ofta använda vägar för cyklister och fotgängare.

Det går inte att prata om huvudleder i Norrköping utan att nämna Promenaderna, som även dessa blivit en del av stadens identitet. Sedan slutet av 1800-talet Södra Promenaden, Östra Promenaden och Norra Promenaden utgjort ramen för Norrköpings innerstad. (Norrköpings kommun u.å.b) Promenaderna är breda, ståtliga alléer som är kantade av stora lindar. (ibid) Förutom att vara huvudleder för trafiken, gör bredden och grönskan att promenaderna blir attraktiva även för fotgängare och cyklister.



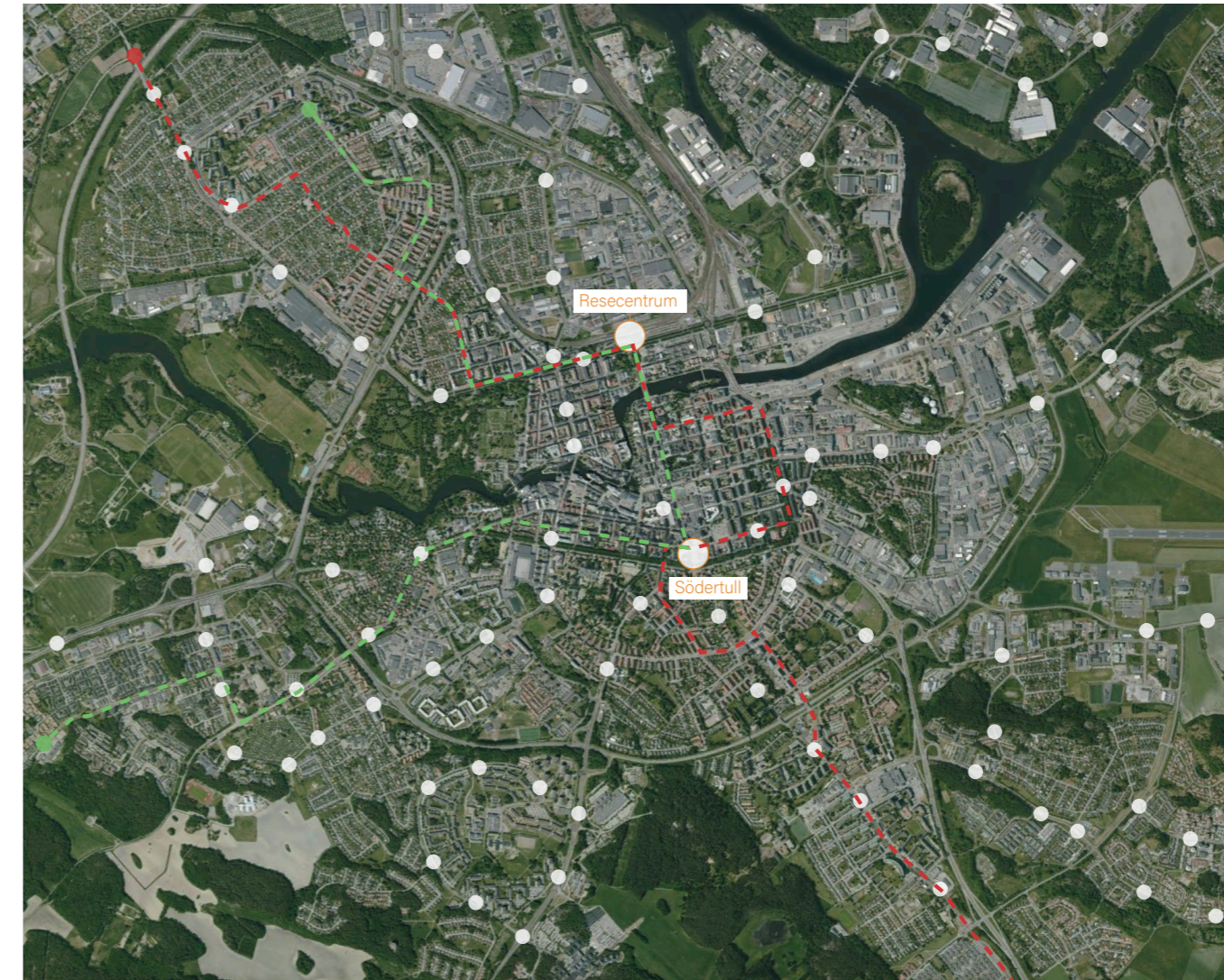
## GRÖN/BLÅ INFRASTRUKTUR

På kartan visas parker och grönområden i Norrköping. Även industrilandskapet längs Strömmen är markerat. Det är en viktig del av Norrköpings karaktär men även för stadens blåa infrastruktur.

Parkerna ligger relativt väl utspridda i staden. Mycket växlighet är även insprängt mellan byggnader, kvartersstrukturer och längs vägar. Promenaderna som innan nämnts fungerar som gröna korridorer i tätorten.

Grönområden som sticker ut är Vrinneviskogen i söder. Detta är ett naturreservat som sträcker ut sig på 277 hektar. (Norrköpings kommun u.å.c)

Väster om stadskärnan finns staden största park, Folkparken, som erbjuder lekplatser, minigolf och frisbeegolf för att nämna några aktiviteter. I princip vidrörande Folkparken ligger Åbackarna, som är ett cirka tre kilometer långt promenadstråk vid Strömmen. (Norrköpings kommun u.å.d) I förlängning västerut av både Folkparken och Åbackarna brer slutligen det vidsträckta, gröna Himmelstalundsfältet ut sig.



## KOLLEKTIVTRAFIK

På kartan visas Norrköpings stadstrafik. I staden finns två större samlingspunkter där kollektivtrafiken utgår ifrån. Den ena är resecentrum dit tågen ankommer och en del bussar utgår ifrån. Hit ankommer bland annat den regionala Östgötapendeln, som går till Linköping och vidare mot Mjölby och Tranås. Även SJ-tågen, Snälltåget och Mälartåget stannar här. Den andra samlingspunkten för kollektivtrafiken i Norrköping är Södertull. Detta är en knutpunkt för bussar och spårvagnarna.

Ett viktigt, och karaktäristiskt, transportmedel för staden är spårvagnarna. Det finns två olika linjer; tvåan som är den röda linjen, och trean som är den gröna linjen. De är representerade med sina respektive färger i kartan bredvid.

Det som inte täcks av spårvagnlinjerna, står stads- och landsbussarna för och på kartan visas dessa hållplatser med vita punkter.

FÖRSTA FASEN:

## VARFÖR KALLBADHUS?

### ARBETSPROCESSEN FAS 1:

Arbetet startade med en övergripande inventering av Strömmen och Norrköpings stadskärna och vilken relation de har till varandra. Inventeringen handlade om promenader i staden med kartläggning av vilka kontaktpunkter som fanns att hitta mellan land/bebyggelse och vatten. Kartläggningen dokumenterades med hjälp av bilder och analyserande anteckningar. Inventeringen omfattade likaledes att söka information på internet beträffande hur badmöjligheterna såg ut i staden idag men även ur ett historiskt perspektiv och framtidsvisioner. Sedermera blev informationssökandet mer och mer koncentrerat kring fenomenet kallbadhus samt dess historia.



# EN PROMENAD LÄNGS STRÖMMEN



Som tidigare nämnt går det inte att missa Strömmens närvaro i Norrköpings innerstad. Vattnet ger extra liv till det urbana landskapet och visar upp en ändlös show som ständigt utspelas i periferin. Ständigt så närvarande, men samtidigt så otillgängligt. Och det var tankarna kring detta tämligt otillgängliga vatten som blev startskottet för detta examensarbete.

Efter att ha promenerat medströms längs Strömmen märker man att mötet mellan land och vatten varierar beroende på vart i centrum man befinner sig. Vattnet skiftar i karaktär under sin resa genom staden. Baserat på min analys tillät jag mig att dela upp vattenvägen i fem olika etapper:

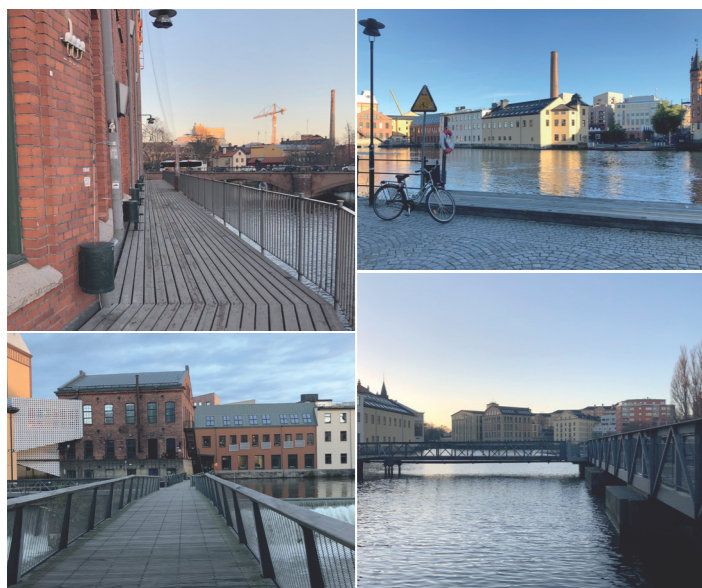
1.

Den första sträckan som Strömmen möter på sin väg genom Norrköping är **lummig** och kantas av **naturstigar**. Folkparken, som är stadens största park, sträcker sig längs ena sidan. Här kan man för stunden glömma bort att man befinner sig i en tätort. **Naturen** har övertaget och vid vattenkanten flockas gräsänder och andra fåglar. Stigarna används flitigt av joggare, hundrastare och människor som går powerwalk. Vattnet känns **lugnt** och området **andas rekreation** – bortsett från ett tydligt undantag. För att fullända rundan och komma över på andra sidan vattnet, finns endast ett alternativ som ligger inom rimligt avstånd. Alternativet är Riksbron, och där får man traska sida vid sida med en tungt trafikerad väg.



## 2.

Det blir en markant skillnad när Strömmen sedan tar sig in i det gamla **industrilandskapet**. Vattnet som innan upplevts som lugnt, forsar här igenom den första slussen för att sedan fortsätta med en väsentlig fart mot ytterligare slussar lite längre bort. Kraften som vattnet besitter blir påtaglig, både för synen och hörseln. Trots det **forsande vattnet** går det ändå att ta sig nära via markfasta bryggor längs vattenkanten. I denna etappen är det upplyfta **träspångar** som dominerar mötet med vattnet. De sträcker sig längs husfasader och de agerar broar över de vattenfyllda **slussarna**. Även här stöter man på en och annan joggare, men den överhängande känslan är att huvudanvändarna här är på väg någonstans. De är på väg från punkt A till punkt B. Med reservation för bryggorna, är känslan att man inte stannar upp här en längre tid.



## 3.

Strömmen fortsätter längre in i **industrilandskapet**, och upplevs nu mer **integrerad med staden**. Vattnet delar sig i mindre kanaler och letar sig in i det myllrande folklivet på flera olika nivåer. Ibland har man vattnet precis jämsides, för att det i nästa sekvens har slussats ner till en lägre nivå. På vissa ställen är vattennivån till och med högre än gångbron man går på. Det tillför en **spännande dynamik** i staden. Vattnet går från vad som upplevs som nästintill stillastående vatten till bullrande vattenfall. Här varvas vattenkanalerna med **uteserveringar, museum och konserthallar**. Känslan är att människorna i denna etappen spatserar och verkligen upplever den ofta överraskande omgivningen. Den unika miljön som vattnet skapar tillsammans med bebyggelsen känns som **huvudattraktionen** för många som befinner sig i området.



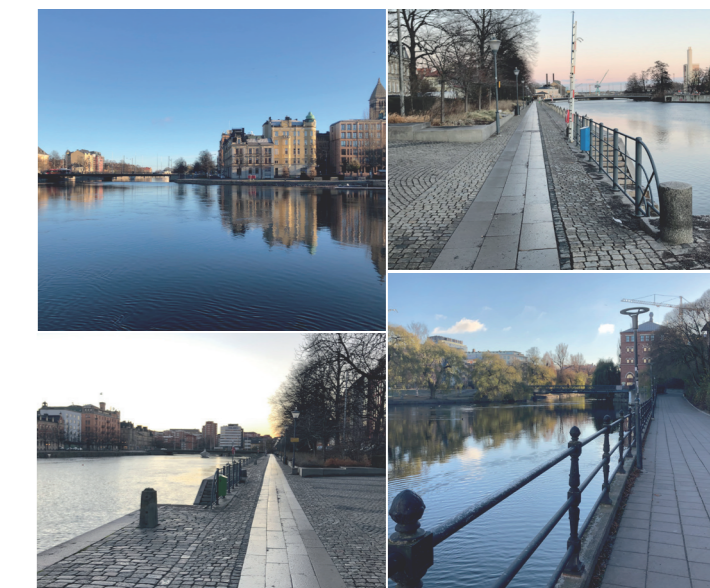
## 4.

Nästföljande etapp är en övergångsfas där vattnet åter samlas i en storslagen bassängsekvens. Denna etapp präglas av **stadsparkkänsla**. Den **blå och gröna infrastrukturen** har med hjälp av människans kraftansträngning kombinerats och skapat miljöer som känns **bearbetade** i syfte att tillfredsställa öga och sinne. Exempel på det är Strömsparken som sträcker sig längs vattnets östra strand. I mitten av parken rinner en konstgjord bäck som avslutas i en laxtrappa. Det centrala läget ger känslan av att dessa miljöer utgör en stor del av många stadsbors vardag. Miljöerna förhöjer upplevelsen av exempelvis promenaden till jobbet eller så är det hit man går efter jobbet med sina barn. Särskilt Strömsparken upplevs som en **populär** plats i staden – för vuxna, för barn och onekligen även för gräsänderna.



## 5.

I den sista etappen övergår karaktären till den av **storstadskaraktär**. Strömmen breder ut sig och man upplever att distansen mellan de två sidorna ökar. Vill dock poängtera att detta enbart är en känsla, då inga mätningar och jämförelser över vattnet har gjorts. Vattnet upplevs även här som väldigt lugnt. Kanterna är fint **tillrättalagda** med stenblock, och på varje sida sträcker sig promenadstråk som för tankarna till en sydeuropeisk **hamnpromenad**. Av alla etapper är detta den etapp som **upplevs som mest folktom**. Den spännande dynamik som innan funnits mellan stad och vatten går här lite förlorad. En gångbro finns för att ta sig över till andra sidan, annars är det enbart stora, vältrafikerade broar som alternativ.



# BAD I CENTRALA NORRKÖPING

Den efterföljande researchen gällande badmöjligheter i centrala Norrköping gav några intresseväckande träffar. I och med att jag valt att fokusera på utomhusbadande, hittade jag snabbt det aktuella utbudet. Två ställen erbjöd utomhusbad under sommarsäsongen med pooler för allmänheten. Det var Himmelstalundsbadet samt stadens simhall, Centralbadet, som under säsong kompletterar sin verksamhet med en utesektion. (Medley 2022)

Det som främst fångade mitt intresse var det faktum att det funnits ett kallbadhus mitt inne i staden. Annan intressant information som kom fram ur mina sökningar var att kommunen i skrivande stund faktiskt planerar för bassänger i Strömmen i samband med utvecklingen av en helt ny stadsdel, Inre hamnen.

## NUTID



Bildkälla:  
Norrköpings kommun

Bildkälla:  
Medley

## DÅTID

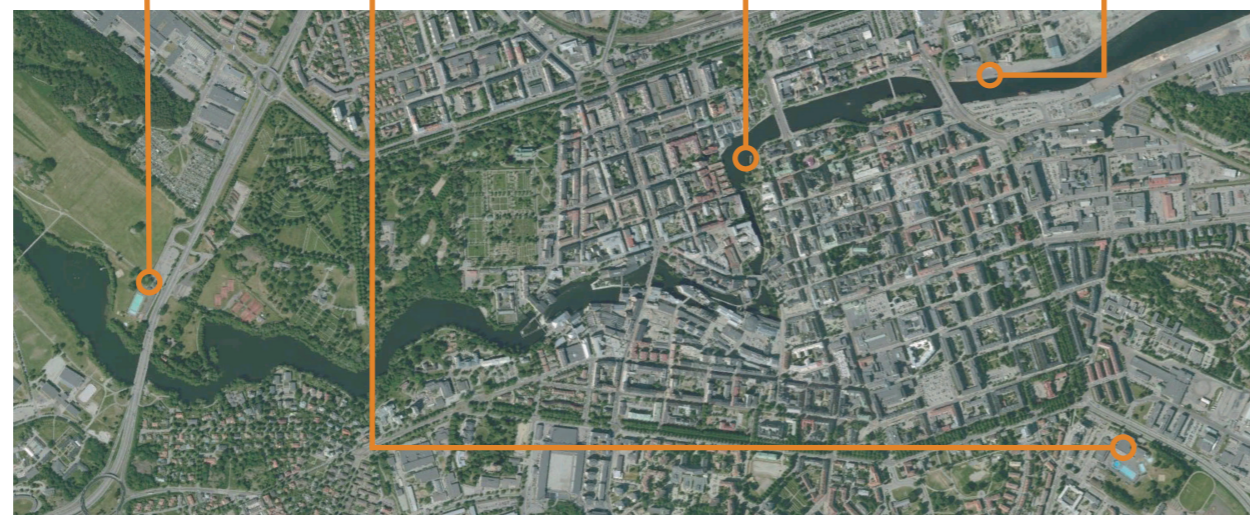


Bildkälla:  
Lars Fredrik Lovén,  
Östergötlands museum

## FRAMTID



Bildkälla:  
Inre hamnens hemsida



Bildkälla: Lars Fredrik Lovén, Östergötlands museum

## NORRKÖPINGS KALLBADHUS

Enligt Peter Kristenssons krönika "Badhusen en fråga om renlighet" har där funnits flertalet badhus med anknytning till Strömmen. Stadens första badhus för allmänheten öppnades 1819 och bestod av fyra rum med badkar. Tillhörande detta var en trappa som ledde ner i Strömmen. (Kristensson 2019)

Det som syns på bilden är ett kallbadhus som uppfördes 1868 efter ritningar av arkitekten Gustav Erik Zander. (ibid) Kallbadhuset lät byggas då föregående kallbadhus på platsen förstörts i vårfloden året dessförinnan. (ibid) Byggnaden hade tydliga influenser av den moriska stilen med kupoltorn. Inuti kallbadhuset fanns en inbyggd bassäng, där både simskola och simtävlingar hölls. 1915 revs byggnaden, (ibid) högst troligt som följd av det allt mer förorenade vattnet som industrierna orsakade.



Visionsbilder av Inre hamnen visar hur stadsdelen möter Strömmen - med bassänger, bastu och bad.  
Bildkälla: Inre hamnens hemsida



## INRE HAMNEN

Inre hamnen är en helt ny stadsdel i Norrköping som i skrivande stund är under planering och uppbyggnad. Som namnet tyder har marken innan varit dedikerad till hamnarbete och andra diverse industrier och verksamheter. (Inre hamnen u.å.) På grund av det attraktiva läget längs vattnet, med närhet till både innerstad och centralstation, planeras området genomgå en total transformation. Inre hamnen planeras i flera etapper, där första spadtaget på etapp 1 gjordes under 2019. Enligt hemsidan ska uppförandet av bostäder vara igång sedan mitten av 2021. (ibid) Stadsdelen ska i slutändan rymma 3000 bostäder varvat med verksamheter som bl. a. restauranger, butiker och skolor. (ibid) Mellan bebyggelsen ska parker och kanaler skapa spännande och trivsamma miljöer. Här planerar man att ta vara på närheten till Strömmen genom tre bassänger av olika karaktär och användningsområden. Där kommer byggas en bastu för allmänheten samt anläggas en liten sandstrand. (Inre hamnen 2019.) På en fråga gällande vattenkvaliteten bekräftar projektledaren att föroreningarna från de gamla industrierna inte längre är märkbara. (ibid) De problem som kan uppstå är smutsen som ofrånkomligt sköljs ner i Strömmen vid skyfall. Han försäkrar dock att man ska känna sig trygg att bada, då kommunen kommer ha regelbundna kontroller av vattnet. (ibid)

## FRÅN REFLEKTIONER TILL BESLUT

Redan när jag läste första raden om att Norrköping en gång haft ett kallbadhus inne i centrum, visste jag att det var det mitt examensarbete skulle handla om. Den historiska aspekten i sig är en stark motivering till varför ett kallbadhus borde återinföras i staden. Men med informationen som jag samlat på mig i bagaget kände jag att argumenten var betydligt fler än så.

- Att kommunen planerar för bassänger i Strömmen, med Strömmens naturliga vatten, är en tydlig indikation på att vattnet har återhämtat sig efter industri-eran. Vattenkvaliteten är med andra ord inte längre ett argument till att inte kunna bada i Strömmen.

- Utbudet när det kommer till utebad, både det som finns i dagsläget och det som planeras för i och med Inre hamnen, är främst inriktad på bad under sommarsäsong. Ett kallbadhus är en året-runt aktivitet som med fördel används under de kallare säsongerna. Det kommer därför komplettera dagens utbud istället för att konkurrera med det.

- Strömmen är en relativt smal vattenled med bitvis strömt vatten, och därför är det viktigt att med hjälp av design omgärda det området där människor ska vistats och bada. Kallbad handlar ofta om snabba dopp, och sim-arean behöver därför inte vara så stor.

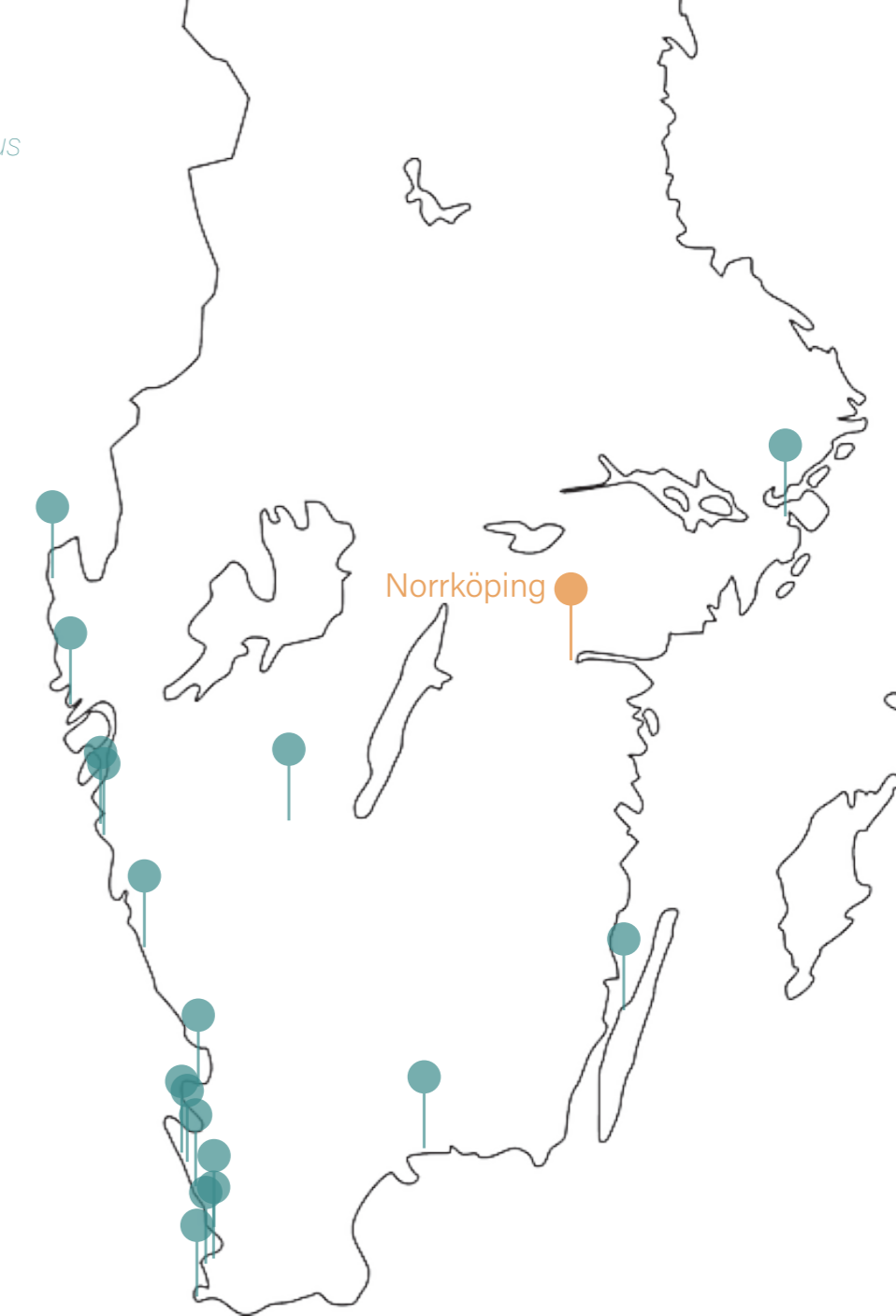
- "Vi skapar livskvalitet genom upplevelser och stolta miljöer" går att läsa i Norrköpings vision för 2035. (Norrköpings kommun 2016) Med i visionen står även om skapandet av mötesplatser och möjligheter till reaktion. Enligt mig tickar ett kallbadhus i alla dessa boxar.

- Slutligen hade ett kallbadhus bidragit med en hållbar aktivitet som Norrköpingsborna inte hade behövt lämna staden för att ta del av.

 = Existerande kallbadhus

## NÄRMSTA KALLBADHUS

För att grunda beslutet om att återinföra ett kallbadhus i Norrköping ännu mer, bestämde jag mig för att se vart närmaste kallbadhus var beläget. Det resulterade i kartan bredvid, på vilken jag har markerat ut alla kallbadhus som finns att hitta i södra Sverige. Det blir tydligt att kallbad är betydligt mer förekommande på västkusten. Kartan visar också tydligt att det är ett strategiskt bra läge att placera ett kallbadhus i Norrköping, sett till vart de andra kallbadhusen är utplacerade längs östkusten. Detta gav ytterligare bekräftelse att det skulle vara rätt beslut att återinföra ett kallbadhus i staden igen.



# KALLBADHUSETS HISTORIA

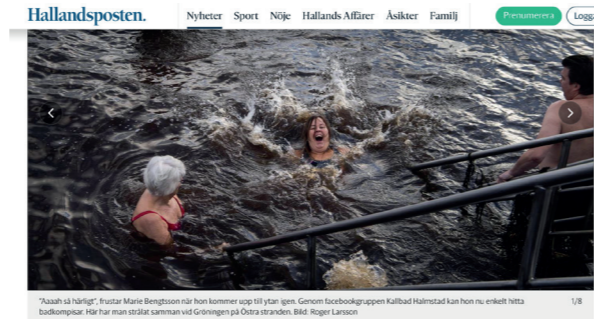
Bad är något som vi människor har sysslat med sedan forntiden. Genom tiderna har ändamålet inte enbart motiverats av hygieniska skäl. Badet har även spelat en roll inom exempelvis religion, genom olika badritualer, samt i medicinska syften och gör det än idag.(Bad u.å.)

Grunderna till de offentliga baden vi har idag lades för över 2000 år sedan i de antika kulturerna(ibid) Främst är det antikens Grekland och Romarriket som satte badväsendet på kartan. Det började som enkla kallbadhus som anlades kring 400-talet f.Kr. i Grekland, vilka sedan utvecklades med tiden till bad där vattnet kunde värmas. (ibid) I Rom anlades kring år 0 de första termerna, vilka var offentliga badhus. Vissa av anläggningarna var enorma, upp till 140 000 m<sup>2</sup>. (ibid) De offentliga baden blev en viktig social mötesplats i samhället. Baden vidareutvecklades och spred sig världen över, bl.a. till Mellanöstern som på 600-700 talet började anlägga muslimska badhus som kallas hamam. (ibid)

Badinrättningar blev med tiden allt mer populärt. Från 1100-talet och framåt byggdes flertalet badhus runt om i

Europa.(ibid) Efter några sekel hade dock dessa badhus förvandlats till förlusteställen där könssjukdomar började spridas.(ibid) Detta resulterade i att många badhus med tiden lades ner. Vidare ersattes bad istället med parfymering under 1600- och 1700 talen. (ibid)

Med 1800-talets framfart ökade även medvetandet kring hygien. I mitten av seklet gick det att hitta antingen kallbadhus eller badbryggor i de flesta svenska städer som låg i anslutning till vatten. (ibid) Stormar förstörde dock många av våra tidiga kallbadhus, som exempelvis i Varberg där det första kallbadhuset byggdes 1866. (Kallbadhuset Varberg u.å.) Kallbadhuset som står på plats idag byggdes 1903 efter att en kraftig storm dragit över västkusten året dessförinnan.(ibid) Detta kallbadhus lockar idag till sig tusentals besökare årligen. Faktum är att kallbad har fått sig ett rejält uppsving de senaste åren. I städer belägna vid vatten, som exempelvis Halmstad, samlas kallbadsentusiaster och önskar tillägg i staden i form av kallbadhus.(Persson 2020) Om det är pandemin eller ett förnyat fokus på hälsa som ligger till grund är svårt att avgöra, men kallbadhusets renässans är här.



## Tusen coola vinterdoppare drömmer om ett kallbadhus

Halmstad • Uppfriskande, utmanande – eller bara gale? På kort tid har kalla bad blivit en het trend i Halmstad och en nystartad Facebookgrupp har fått över 1 200 medlemmar. Inte konstigt att det nås drömmar om att Halmstad äntligen ska få ett kallbadhus.

Skärmdump av en artikel från Hallandsposten 2020. Skrivet av Yvonne Persson.



Skärmdump av en artikel från Dagens Industri 2020. Skrivet av Johanna Lundsgård.

# HÄLSOEFFEKTER

KAN HJÄLPA KRONISK SMÄRTA

ÖKAR BLODCIRKULATIONEN

SÄNKER BLODTRYCKET

MOTVERKAR NEDSTÄMDHET

BÄTTRE STRESSHANTERING

ÖKAR ENDORFINERNA

Att bada kallbad sägs ha många positiva effekter på hälsan. Forskning och studier har visat att doppa sig i kallt vatten kan hjälpa oss både mentalt och fysiskt. (Salomonsson 2019) Kallbad ska ha en positiv effekt på nedstämdhet och depression samtidigt som det hjälper kroppen att bättre kunna hantera stress. Fysiskt ska kallbadet bidra till en mindre risk för infektioner,(ibid) sänka blodtrycket samtidigt som det hjälper till att öka blodcirkulationen.(Kry 2021) För exempelvis kroniskt smärta som reumatism ska det kalla badet även ha smärtlindrande effekt. (ibid)

Alla dessa positiva effekter kommer som ett resultat av att kroppen reagerar på den hastiga nedkyllningen. Nedkyllningen tvingar kroppen att förbereda sig på överlevnad, vilket kickar igång våra stresshormoner som bl.a. adrenalin och noradrenalin. (Salomonsson 2019) Adrenalinet

pumpar i oss energi, vilket kan fortsätta kännas även efter badet. (Kry 2021) Noradrenalin är ett hormon som förbättrar koncentrationsförmågan. (ibid) Även andra hormoner som exempelvis endorfiner, som får oss att må bra, ökar i kroppen i samband med detta. (ibid).

Kallbadet resulterar med andra ord i en sensation av olika hormoner som flödar i kroppen, både under och efter badet. Reaktionen vi fått av kroppen gör att vi känner oss piggare, gladare och starkare i sinnet. (ibid)

Det ska dock nämnas att kallbad inte är en mirakelkur för alla, utan ska ske i rådgivning med läkare för personer med högt blodtryck eller med rådande hjärtsjukdomar (ibid)

ANDRA FASEN:

## VILKEN PLATS?

### ARBETSPROCESSEN FAS 2:

Tillvägagångssättet under denna fas blev väldigt lik metoden i föregående fas. Promenaderna under fas ett hade redan givit en bra inblick i Strömmens olika miljöer och därmed även potentiella platser för projektet. Under denna fas blev därför fokus att återvända till specifika platser som fångat mitt intresse. Väl på plats gjordes mer ingående analyser på omgivning, volymer samt platsens styrkor och svagheter. Fler och mer detaljerade bilder togs. När den slutgiltiga platsen var vald söktes mer specifik information kring platsens omedelbara kontext. Detta främst via internet, men fick även betydande information genom att prata med personer i min närhet som känner till platsen väl.



### FEMÖRESBRON

- + Lummigt område i förlängning av Folkparken som andas rekreation
- + En vik där vattnet inte är så strömt
- + Nära till större parkeringar och kollektivtrafik
- + Begränsad insyn från omgivning
- + Kan arbetas ihop med en återuppfoelse av Femöresbron
- Lite off från centrala innerstan
- Känslig natur med rikt fågelliv
- Nära Himmelstalundsbadet



### INDUSTRILANDSKAPET

- + Karaktäristisk omgivning som kan sätta unik prägel på kallbadhuset
- + Tillgängligt läge mitt i stan som synliggör aktiviteten
- + Nära till kollektivtrafik
- + Begränsad insyn från omgivning
- Väldigt strömt vatten
- Högljudda vattenslussar som kan uppfattas som buller



### REFVENS GRUND

- + Historiskt kopplat läge
- + Tillgängligt läge mitt i stan som synliggör aktiviteten
- + Nära till kollektivtrafik
- + Inte så strömt vatten
- Insyn från omkringliggande bostäder
- Nära Inre hamnen där bassänger och bastu planeras
- Området saknar charmig karaktär

## FRÅN REFLEKTIONER TILL BESLUT

Kombinationen av att vara nybliven Norrköpingsbo och arkitektstudent resulterade för mig i en omedelbar förälskelse i det gamla industrilandskapet. Därför var jag till en början helt inställd på att välja en plats i den kontexten. Tänk att kunna skapa en oas där man kan ta sig ett uppfriskande dopp och samtidigt vara omgiven av vackra gamla fabriker!? Ett kallbadhus helt unikt i sitt slag. En plats jag brukade återkomma till var en brygga som låg precis i utkanten av industrilandskapet. Den gången jag kom dit i syfte att analysera platsen för projektet, insåg jag med stor uppgivenhet två saker. Det ena var att det forsande vattnet i närliggande slussar uppnådde en väldigt hög ljudvolym. Efter att ha uppehållit mig på stället ett tag började det att bli påtagligt för både hörseln och huvudet. Den andra insikten kom därefter som en naturlig påföljd – vattnet var så strömt att det inte skulle vara realistiskt att varken bygga eller bada här på ett säkert sätt.

Jag fick tänka om. Platsen där det gamla kallbadhuset hade legat, vid Refvens grund, är enligt mina observationer den mest populära fiskeplatsen i stan.

Detta i kombination med att platsen är totalt blottad för insyn, både av förbipasserande men även av boende i husen intill, gjorde att jag istället riktade blicken uppströms. Blicken riktades då mot området som andades rekreation och mot viken som låg omgiven av natur och växlighet. Med den naturnära kontakten och det lugnet som platsen erbjöd, kändes den ytterst lämpad för ändamålet.

Med detta i bakhuvudet lät jag tankarna vandra till en skylt som jag sett längs naturstigen – Femöresbron. Av min sambo fick jag reda på att det var en uppskattad gångbro som kommunen hade tagit bort för några år sedan utan att ersätta. Gångbron hade alltså varit den sammankopplande länk mellan sidorna, vars frånvaro nu tvingat upp fotgängare på Riksbron. Skulle det vara möjligt att koppla samman en ny femöresbro med kallbadhuset? Kunde kallbadhuset bli en del av den efterlängtdade länken som återigen skulle förena sidorna för fotgängare?

Och valet var med ens gjort...

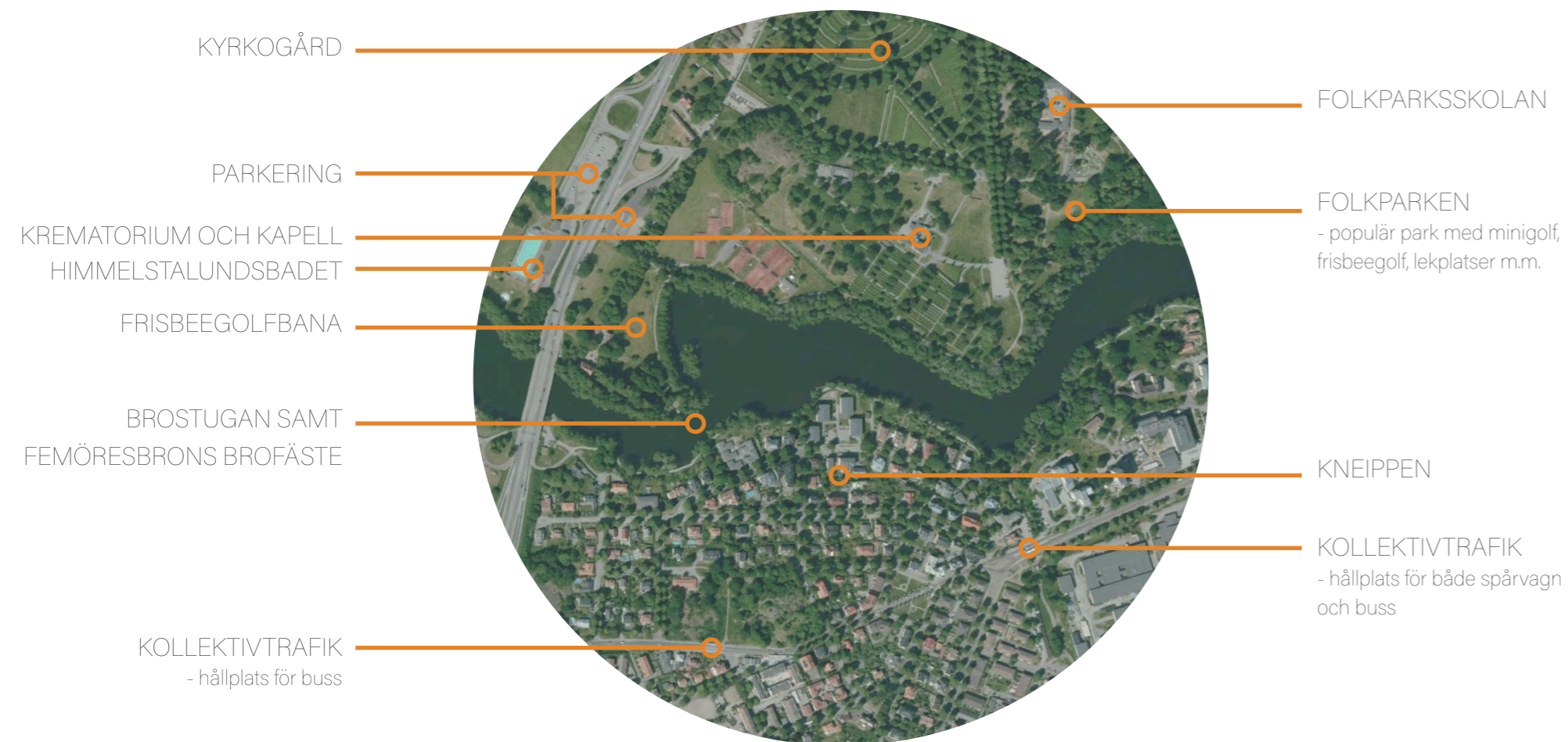


## PLATSEN I BILDER





## PLATSENS OMGIVNING



## SAGAN OM KNEIPPEN



Längs med vikens södra strandkant är stadsdelen Kneippen belägen. Något som flugit under min radar fram tills nu var att även denna stadsdel hade en stark koppling till Norrköpings badhistoria. Det var en del av stadens badhistoria som pågått parallellt med det gamla kallbadhuset. Denna stadsdel hade nämligen haft sin upprinnelse som en myllrande kurort, dit badgäster kom långväga för att ta del av kallvattenbehandlingar och andra hälsokurer som involverade vattnet. (Kristensson 2020)

I slutet av 1800-talet grundades vattenkuranstalten. (ibid) Platsen låg vid denna tiden en bit utanför stadens gränser. Det hade innan använts som utflyktsmål av Norrköpingsborna som kommit ut för att uppleva den fina naturen som sluttar ner mot vattnet. (ibid) Kuranstaltens huvudbyggnad, se bild till höger, ritades av arkitekten Werner Northun. Byggnaden hade tydliga influenser av moriskt stil med sina lökkupol-klädda torn och öppna verandor. Samma arkitekt låg bakom flertalet andra byggnader tillhörande badinrättningen, bl.a. Grand restaurang (Södergren 1999). Tack vare kuranstaltens blomstring började allt fler byggnader resas runt om i

området. Hotell och pensionat byggdes för att tillgodose de ankommande badgästerna med husrum. Även villor uppfördes för privatpersoner som ville bosätta sig i det växande samhället. (Kristensson 2020)

Efter inte mer än två decennier var glansperioden för kuranstalten över, och 1918 fick verksamheten slå igen sina portar. (Södergren 1999) I mitten av 1930-talet blev villastaden som vuxit fram officiellt en stadsdel i Norrköpings stad. (Kristensson 2020) Kneippen är idag ett populärt område i staden, där man fortfarande kan se tydliga spår från den blomstrande kurortstiden i den bevarade bebyggelsen.



Bildkälla: Norrköpings stadsarkiv, Gustaf Lidberg

## VAD ÄR DÅ FEMÖRESBRON?

Under kuranstaltens storhetstid myllrade det av badgäster i området. Mitt över vattnet, med samma placering som idag, låg Folkparken, och lockade till besök. För att hjälpa gästerna att korsa vattnet sattes där först in en turfärja som roddes med mänsklig arbetskraft. När kurorten fortsatte växa och gästerna blev fler, blev det ohållbart med färjan. Istället invigdes Femöresbron, 1901. Som namnet antyder kostade det fem öre att passera. (Norrköpings historia u.å.a). Det betalades till brovaktaren, som bodde i den lilla brostugan på norra sidan. (Brostugans örtagård u.å.).

Femöresbron togs bort 2016 då den till följd av rostskador inte längre ansågs som säker. Bron är väldigt saknad av Norrköpingsborna. Kommunen jobbar därför i skrivande stund med projektering av en ny bro som kommer uppföras inom de närmsta åren. (Norrköpings kommun u.å.a) Brostugan finns däremot kvar än idag, och är byggnadsminnesförklarat tillsammans med området runt omkring den. (ibid)



Bildkälla: Kulturarv Östergötland



Bildkälla: Norrköpings historia u.å.a



Bildkälla: Sveriges Radio, P4 Östergötland

## TANKAR INFÖR GESTALTNINGSFASEN

### NAKET ELLER BADKLÄDER?

Kallbadhuset i Strömmen vill jag ska vara en plats där alla ska kunna trivas och vara bekväm oavsett om man är en inbiten kallbadare eller testar kallbad för första gången. Därför har detta varit en fråga jag tacklats med redan från början. Den generella regeln för kallbadhus är att bastandet och badet sker utan badkläder. Kallbad ska ge en frihets känsla, men det grundar sig även i hygieniska skäl. Dessutom kyler fuktiga badkläderna ner kroppen. En annan aspekt att tänka på är att även människor som passerar förbi i området ska känna sig bekväma. Med tanke på att platsen kantas av frekvent använda naturstigar måste det även tas hänsyn till hur de uppfattar situationen. **Kan man genom design och gestaltningen av kallbadhuset hitta en gyllene medelväg så alla kan känna sig trygga och bekväma – både människor som passerar på land samt kallbadhusets brukare?**



### SÄKERHETEN

Som känt bjuder Strömmen bitvis på kraftiga strömmar och forsande slussar längre ner mot stan. Detta kommer vara viktigt att ha i åtanke under gestaltningens gång, då det är nyckeln till att projektet ska kunna verkställas på riktigt. **Hur utformas en säker badplats för ett kallbadhus i Strömmen?**

### KULTURMINNEN OCH NATUR

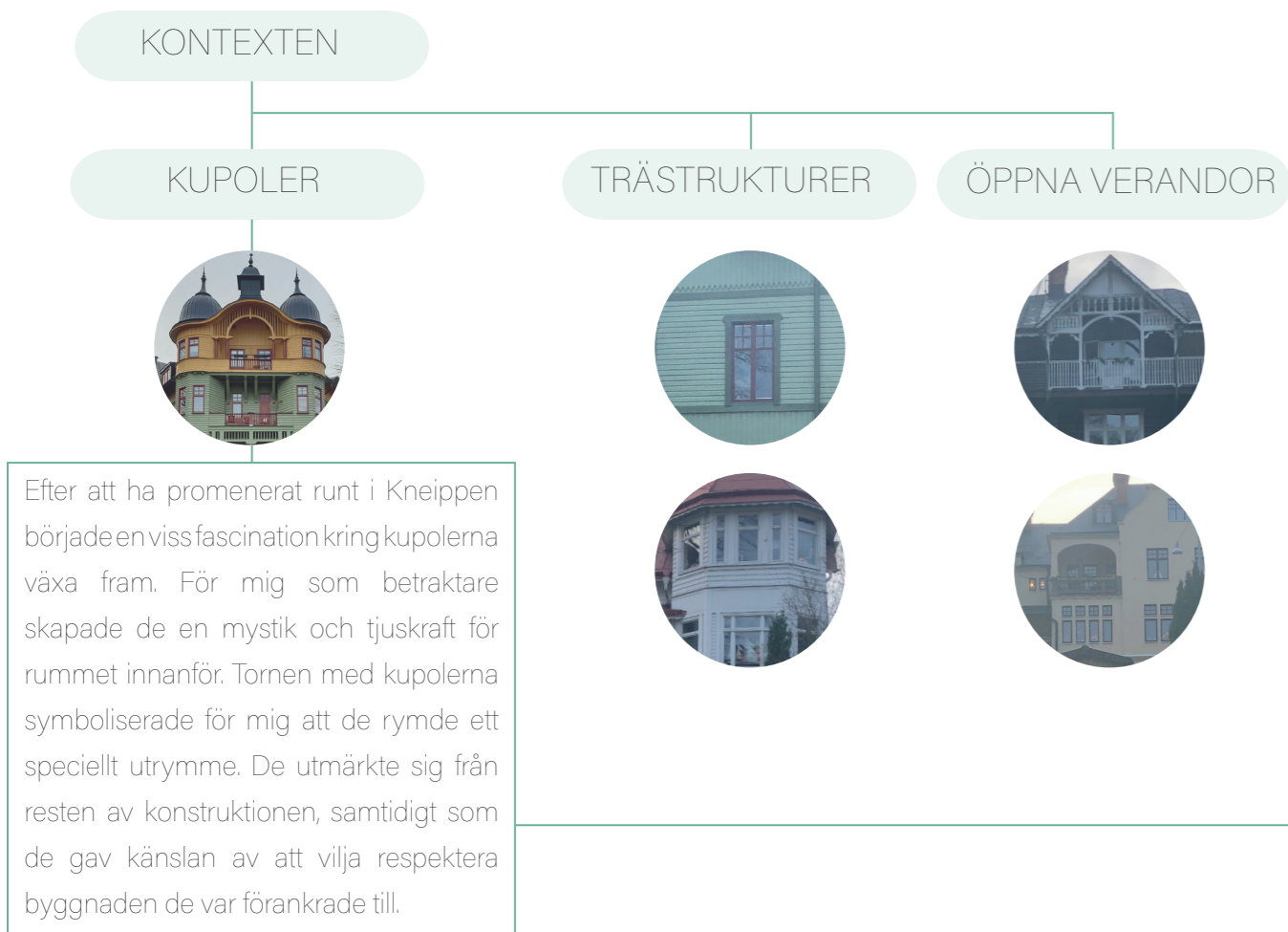
Vid kommande Femöresbrons norra fäste finns en oas av växlighet och vatten. En biotop som agerar husrum åt bland annat flera olika fågelarter. Den gamla brostugan är kulturminne, vilket även gör marken kring denna extra känslig för bearbetning. **Går det att kombinera ett kallbadhus med dessa känsliga platserna utan att skada några befintliga värden?**

## TREDJE FASEN: GESTALTNINGEN

### ARBETSPROCESSEN FAS 3:

Nu var det dags att leta efter referensprojekt och inspiration. Referenser analyserades på planlösningar, detaljer, material och omgivning. Utifrån dessa gjordes rumsdiagram och diagram över hur rummen ska relatera till varandra. Det var även nu tankar uppkom kring hur underhåll och ekonomi vid verkställande av projektet skulle hanteras. Kommunen kontaktades och gav information gällande området och femöresbron. De tillhandahöll mig även med underlag som DWG-fil över platsen. Handskisser i skala på omgivningen hjälpte mig att hitta rätt placering för byggnaden. Regelbundet hjälptes projektet framåt genom givande diskussioner med handledare. Olika former på byggnaden testades initialt genom handskiss, men främst genom skissande i Illustrator på datorn. Med hjälp av datorprogram gjordes skissandet i skala, och fortsatte till en mer och mer detaljerad nivå av byggnaden.

# HJÄLPANDE INSPIRATION



## VEDELDA BASTUKÅTA



Bildkälla: Klappträna

Varför inte använda kupolen för att framhäva en av de centrala delarna av kallbadhuset - bastun? Som förlängning av denna tanke bana kom jag över bastukåtan. Där är det vedeldade bastuaggregatet utrymmets mittpunkt och rummet samlar sig kring detta. I tankarna dyker ord som gemenskap, omslutande och lugn upp. Känslan blev direkt att detta skulle vidareutvecklas.

# REFERENSER MED ANALYS



Ribersborgs Kallbadhus Bildkälla: Sveriges Radio, P4 Malmöhus



Arctic bath, Harad Bildkälla: Visit Sweden

Genom att studera andra redan byggda kallbadhus, från äldre till moderna, hjälpte det mig att vidareutveckla tankarna kring mitt eget projekt. Det som studerades var bl.a. den grundläggande uppbyggnaden av kallbadhusen, byggnadernas flöde, vilka material som används och hur kallbadhusen förhöll sig till sin omgivning.

Snabbt gick det att se att det ofta förekommer gemensamma attribut för kallbadhusen här i Sverige. Nästan som att kallbadhus skulle vara sin egen solitära byggnadstyp. Exempelvis nås den övervägande delen av alla kallbadsanläggningar via en brygga. Detta verkar gälla både för nyare kallbadhus (som ex. Arctic Bath och Karlshamns Kallbadhus) liksom för de äldre (som ex. Ribersborgs- och Varbergs kallbadhus). Likaså verkar detta gälla oavsett om kallbadhuset ligger vid havet (som ex. Ribersborg), vid en sjö (som ex. Ulricehamn) eller vid en älv (som ex. Arctic Bath). Bryggan vägleder tryggt badgästerna hela vägen fram till kallbadhusens entré. Den känns så vanligt förekommande att jag tolkar

bryggan som en del av upplevelsen. Att vandringen på bryggan är en del av kallbadritualen. Som badgäst lämnar du land bakom dig, och beger dig ut till en plats där endast vatten omringar dig. Det går att tolka som en tydlig gest och påminnelse för badgästerna om att distansera sig från sin vardag och istället vara här och nu. Bryggan inviterar till en vandring med ett fokus och det är byggnaden som reser sig ur vattnet framför dig. Längden på bryggan verkar i sin tur vara anpassad efter platsen. Vid långgrunda stränder kan den sträcka sig ett par hundra meter ut, för att hitta djupare vatten.

Att kallbadhusens upplägg ofta bygger på en stor del symmetri är ett annat attribut som skulle kunna räknas in under kallbadhusets solitära byggnadstyp. Högst troligen kommer detta som en naturlig följd av att kallbadhusen allt som oftast utgår från en herr- och damsida, vilka är en spegelbild av varandra för att ge sidorna liknande förutsättningar. Symmetri är något som kan bidra med lugn och harmoni till en byggnad.

En annan tydlig gemensam nämnare för de flesta av referensprojekten, är att de är belägna på platser som oproblematiskt tillåter byggnaden att öppna upp sig helt mot minst ett väderstreck. Majoriteten av alla kallbadhus ligger längs en kust, där havet på ena sidan erbjuder helt fria utsikter. De så ofta förekommande stora glaspartierna antyder att kopplingen till naturen utanför och frihets känslan är viktiga aspekter för kallbadare.

Ytterligare en reflektion kring referensprojekten är att kallbadhusen vänder sig åt olika håll när det kommer till badet. Vissa byggnader vänder sig inåt (som ex. Varbergs kallbadhus och Arctic Bath) där byggnadskroppen omsluter badgästen när den går ner i vattnet. Andra kallbadhus vänder sig utåt (som ex. kallbadhusen i Ulricehamn och Karlshamn) där badgästen istället har byggnaden tryggt i ryggen när den kastar sig ut i det öppna vattnet.

Att studera referensprojekt fick mig även att börja tänka

på hur driften av kallbadhuset skulle fungera. Det jag kunde se utifrån referenserna var att driften påverkade i sin tur gestaltningen. Antingen var driften automatiserad med självbetjäning (som ex. Karlshamns kallbadhus), vilket innebär en mindre anläggning som endast fokuserar på kallbadandet. Det andra alternativet för drift verkade vara att ha kompletterande verksamheter som spa eller restaurang för att göra personlig bemanning möjlig (som ex. kallbadhuset på Ribersborg och Arctic Bath). Ytterligare funktioner utöver kallbadet i programmet innebär en större anläggning.



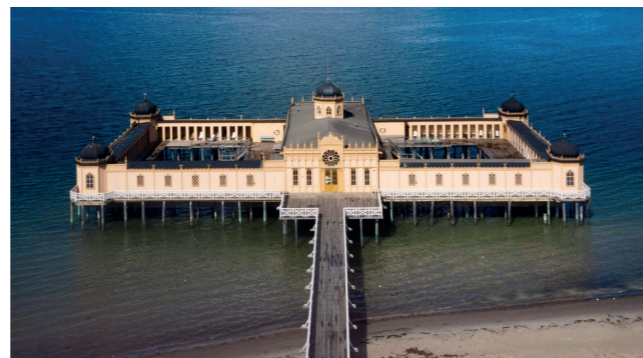
Karlshamns kallbadhus

Bildkälla: White Arkitekter



Ulricehamns kallbadhus

Bildkälla: Sune Broman



Varbergs kallbadhus

Bildkälla: Varbergs kallbadhus

## REFLEKTIONER

En liten sammanfattning av vad jag främst får med mig från analysen av referensprojekt:

- Insynsproblematiken är något jag kommer vara tvungen att ta i beaktning. Istället för att jobba med panoramavyer, blir min utmaning att hitta utblickar och öppningar som gör att frihets känslan inte går förlorad.

- I och med att jag blivit inställd på vedeldad bastu tack vare bastukåtan, visste jag att mitt projekt skulle behöva bemanning på plats under kallbadhusets öppettider. Därför insåg jag att en kompletterande verksamhet skulle vara nödvändig för att göra projektet ekonomiskt hållbart.

- För att hålla ner storleken på kallbadhuset ute i vattnet, kom jag fram till beslutet att separera verksamheterna. Detta skulle möjliggöra för kafé/receptionen att placeras närmare land, och därav locka fler kunder att spontant svänga förbi.

## PROGRAM

- **Café/reception** med försäljning av inträde till kallbadhus samt lättare mat och dryck.

- Främst inriktat på take-away

- Sittplatser för ca 12 personer

- Minimal tillagning sker på plats

- Personalutrymme för 1-2 arbetande personal

- **Kallbadhus** för totalt max 40 personer

- Separerade avdelningar för dam och herr

- Möjlighet till gemensamt bad

- Rullstolsanpassat

- Möjlighet till sittplatser både ute och inne

- Vedeldad bastu med nära anknytning till badmöjlighet

BRYGGAN UT

SYMMETRI

FRIHETSKÄNSLA

UTBLICKAR

KOPPLING TILL  
OMGIVANDE NATUR

DRIFTEN

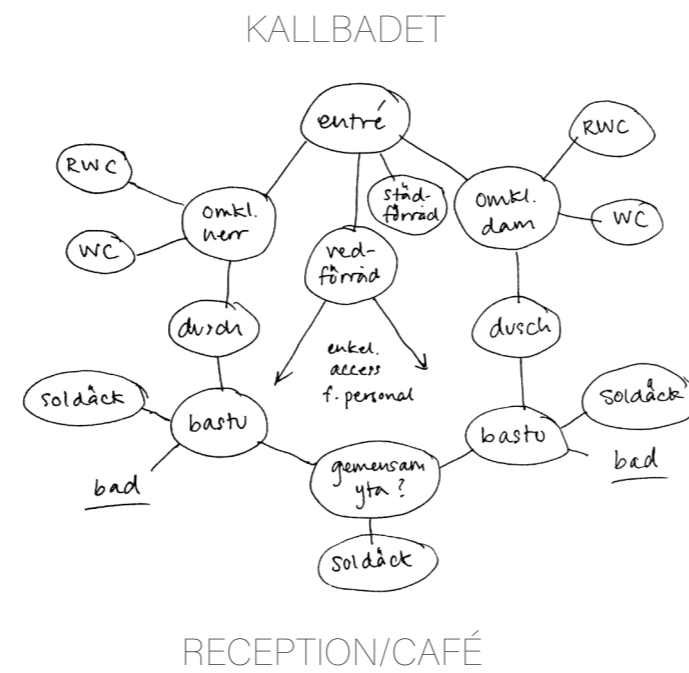
KOMPLETTERANDE  
VERKSAMHET

TRÄMATERIAL

# RUMSDIAGRAM

RECEPTION/CAFÉ	m <sup>2</sup>
Servering	20
Kök	10
Personal	6
Förråd	5
RWC	5
WC m. Dusch	4
Avfallshantering	6
<b>TOTALT</b>	<b>56</b>
inkl. kommunikationsytor (+20%)	67,2

KALLBADET		m <sup>2</sup>
Bastu	x2	40
Omklädningsrum	x2	30
Duschrum	x2	20
WC	x2	6
Relaxrum (ev. gemensamt)		30
RWC	x2	10
Städförråd	3	3
Vedförråd	6	6
Teknik	3	3
Entré		4
<b>TOTALT:</b>	<b>152</b>	<b>152</b>
inkl. kommunikationsytor (+20%)		182,4



# KONCEPT OCH PRINCIPER

## BASTUN - KALLBADHUSETS NAV

Bastun är en central och viktig del i kallbadets ritual. Den ska därför få den framträdande roll som den förtjänar.

## VEDELDA BASTU

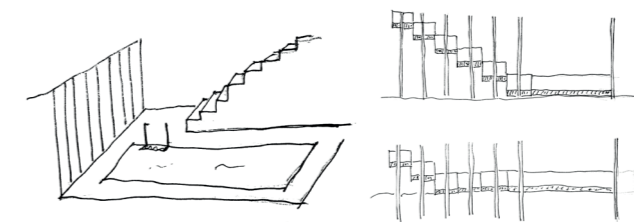
Elektriskt bastu hade av praktiska anledningar varit ett lättare val. Men som innan nämnt utgör bastun navet i ett kallbadhus, och upplevelsen ska stå i centrum. En vedeldad bastu tillför så många ovärderliga mervärden. **Doften** av det brinnande träet, tillsammans med det fantastiska **ljudet** av vedträ som sprakar är en svårslagen kombo. Dessutom blir värmen som uppstår av naturlig eld en mer **behaglig och mjukare värme**. Jag anser därför att den vedeldade bastun är en viktig faktor för att ta kallbadhuset till en ny nivå gällande rekreation och avkoppling.

## INSYNSSKYDD

Med bekvämlighet och trygghet i fokus för samtliga i området, kallbadare som förbipasserande, ska insynsskydd ingå i gestaltningen. Viktigt med insynsskyddet är att det inte ska förta frihetskänslan av badet.

## FLYTBRYGGGA

Tankar kring en flytbrygga som omringar bassängen för säkert bad. Trappan kan konstueras för att följa med i bryggans rörelse som följer vattennivån.



## UTBLICKAR

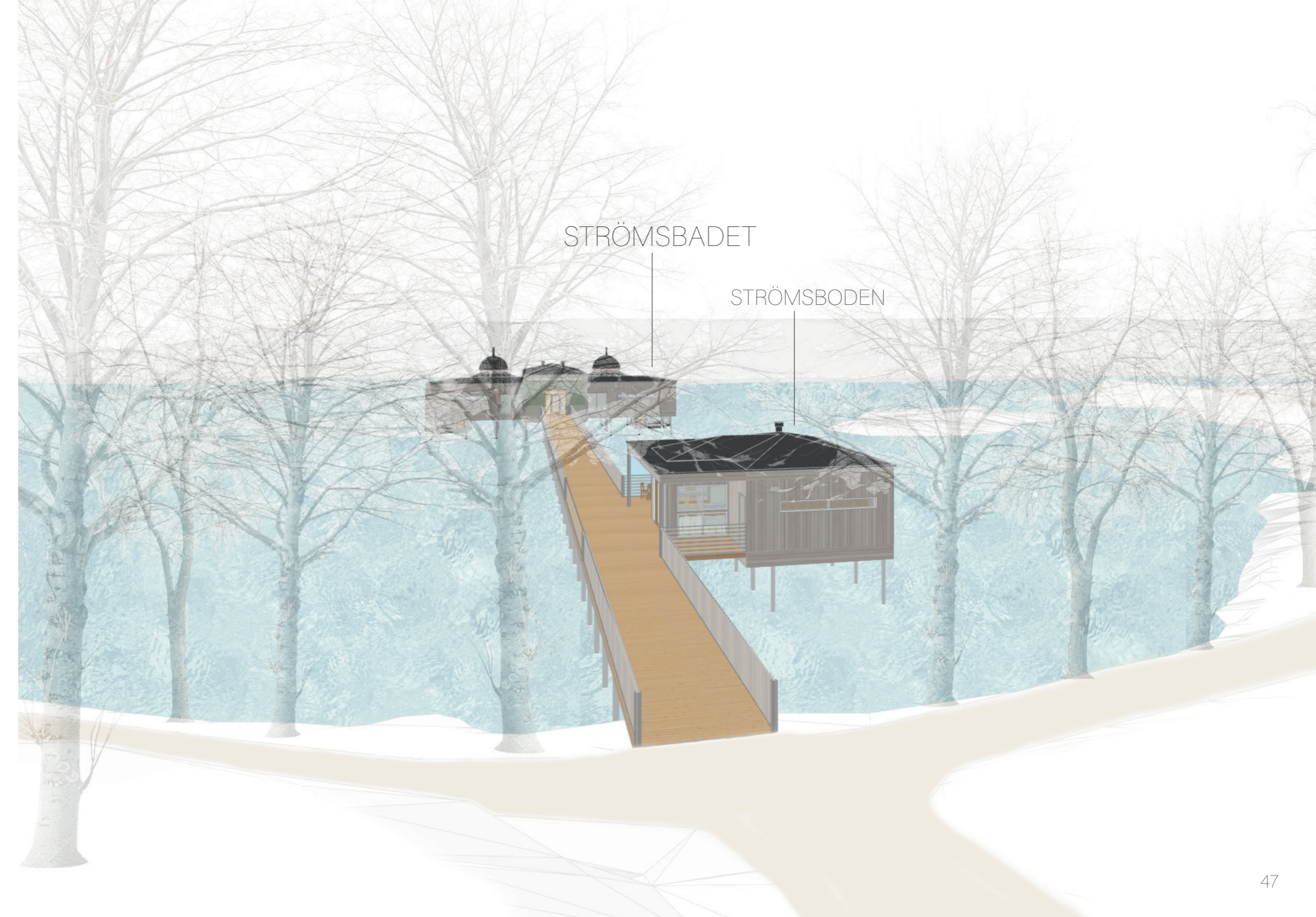
Genom utblickar som sammankopplar insidan av bygganderna till sin omgivande natur ska upplevelsen förstärkas. Fokus på att kunna se ut ur varje rum som besöks och i olika riktningar.

## SEPARERA KALLBADHUS OCH RECEPTION/CAFÉ

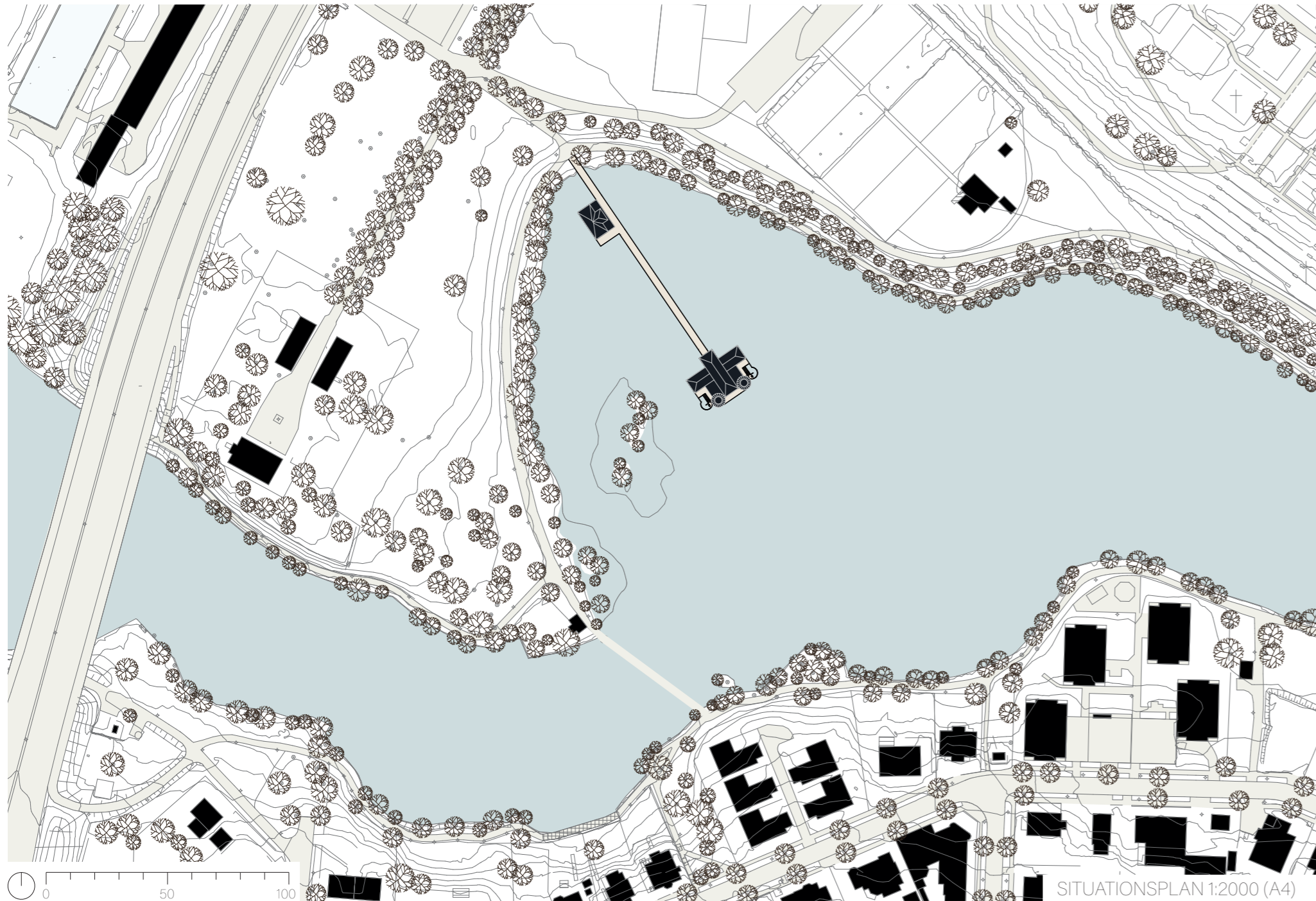
Att separera kallbadhuset och med den kompletterande verksamheten har två fördelar. Detta möjliggör att receptionen/cafét kan placeras i anslutning till land. Fler spontana besök av förbipasserande kan därmed lockas och verksamheten kan nyttjas utan att det behöver förknippas till kallbadhuset. Två separata byggnader gör även att storleken för kallbadhuset kan minskas, och det blir därför en diskretare pjäs i viken.



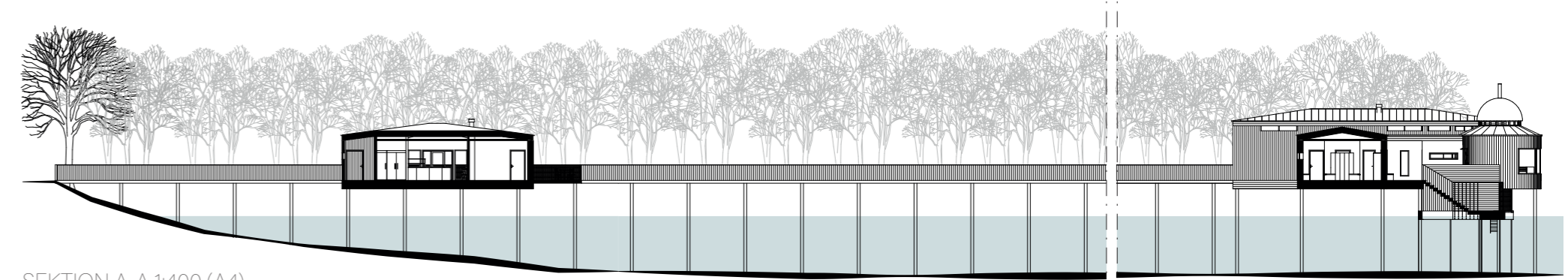
# STRÖMSBADET OCH STRÖMSBODEN



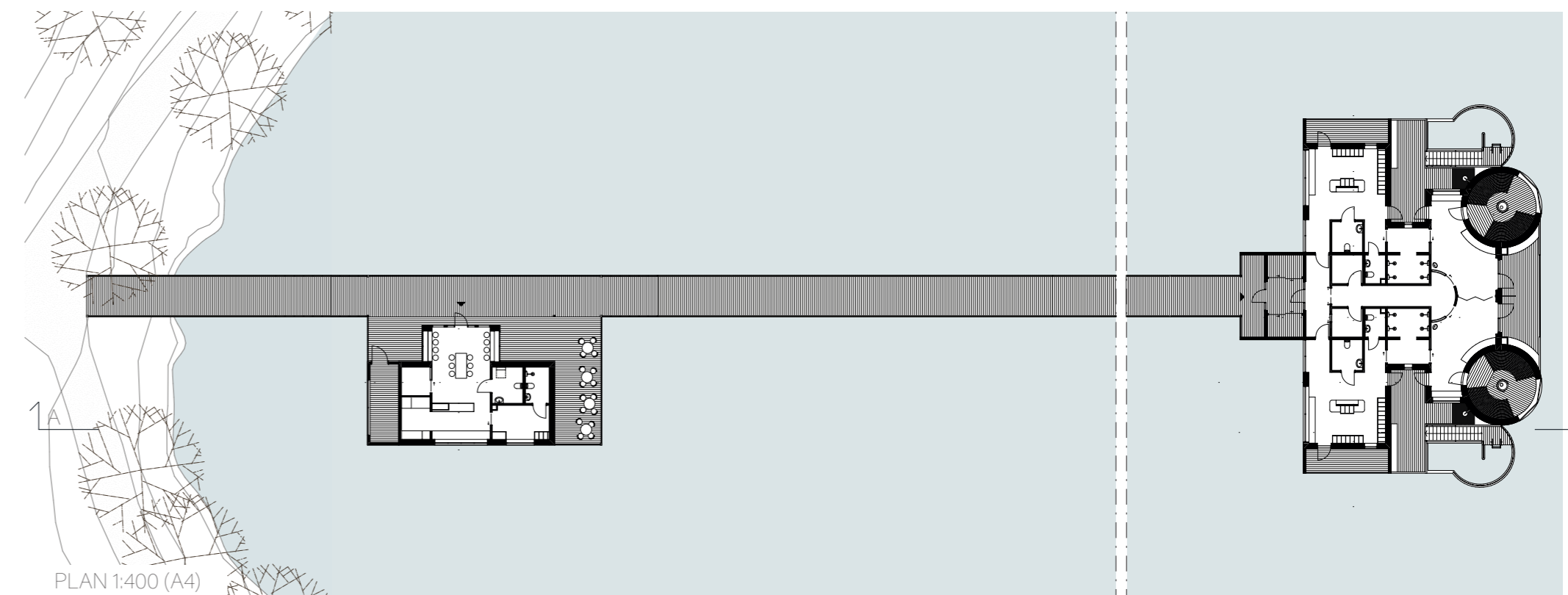




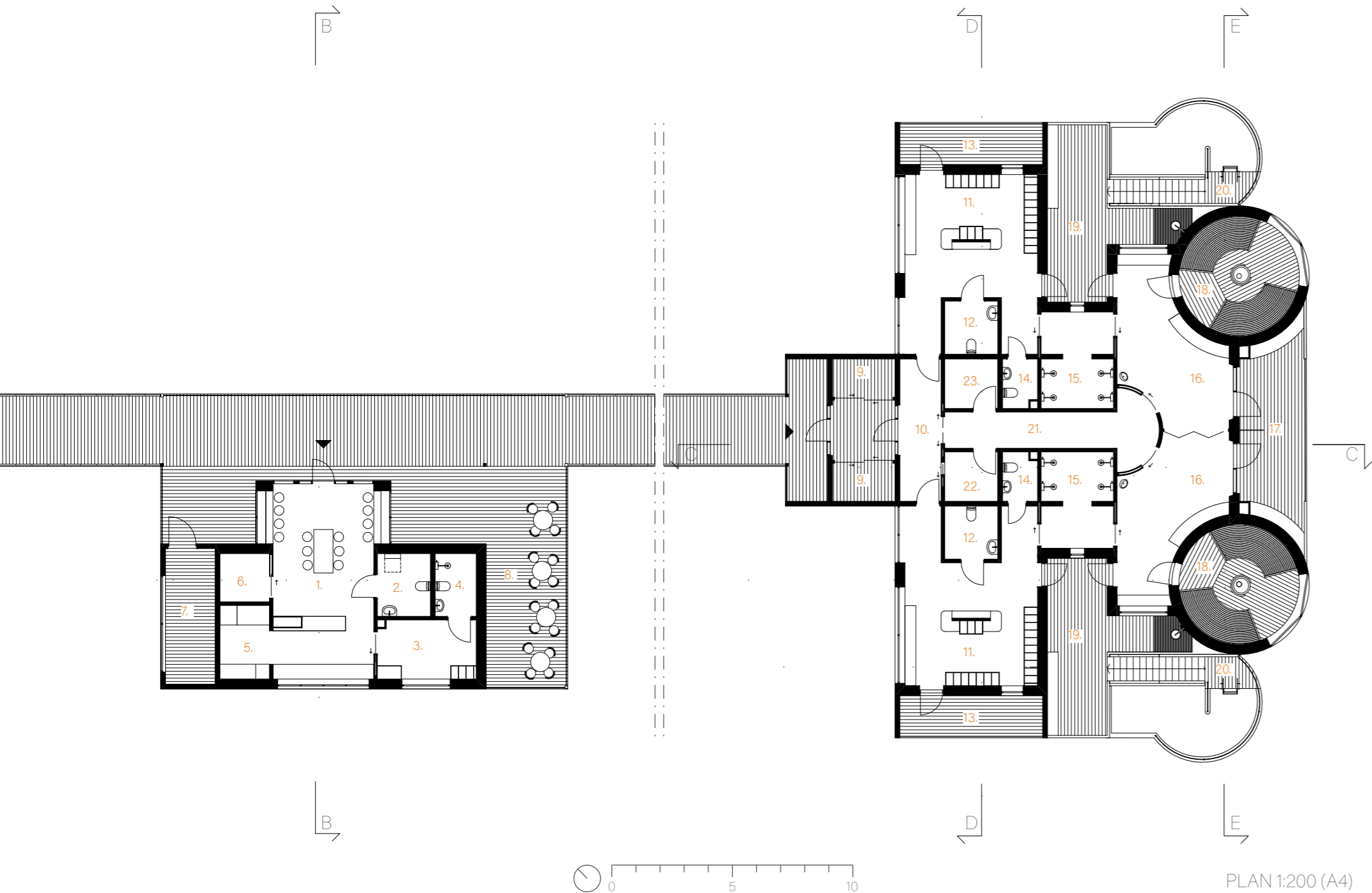
SITUATIONSPLAN 1:2000 (A4)



SEKTION A-A 1:400 (A4)



PLAN 1:400 (A4)

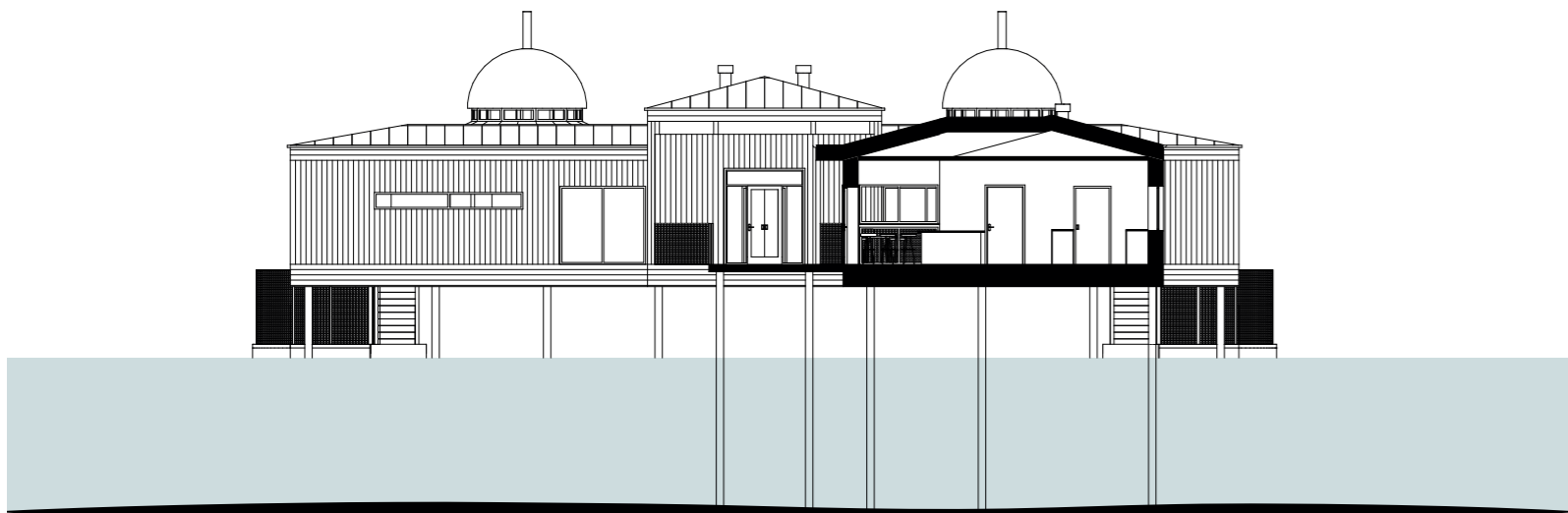


### STRÖMSBODEN

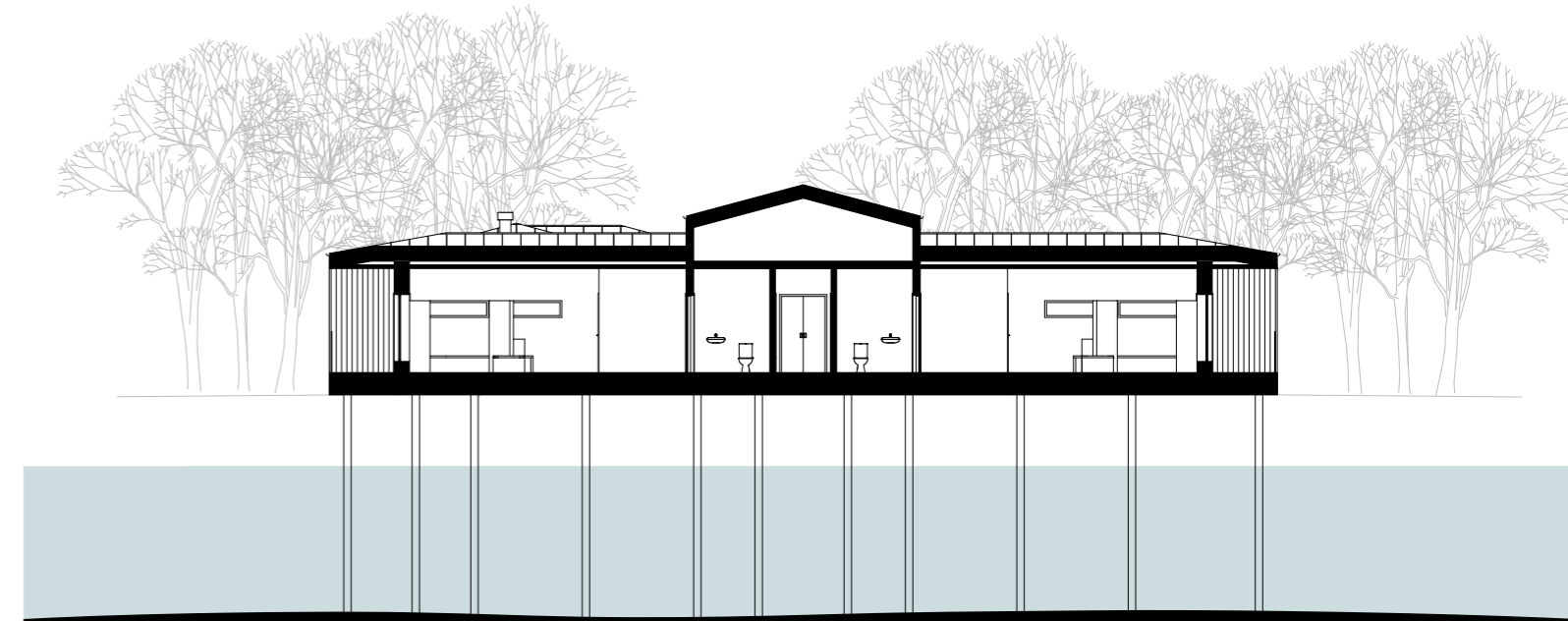
1. Café/Reception med servering
2. RWC besökare
3. Personalyta med klädskåp samt skåp för handdukar/badrocker för uthyrning.
4. Personal-WC med duschmöjlighet
5. Köksutrymme med diskmaskin och matförvaring
6. Städförråd med extra förvaring
7. Avfallsrum
8. Uteservering

### STRÖMSBADET

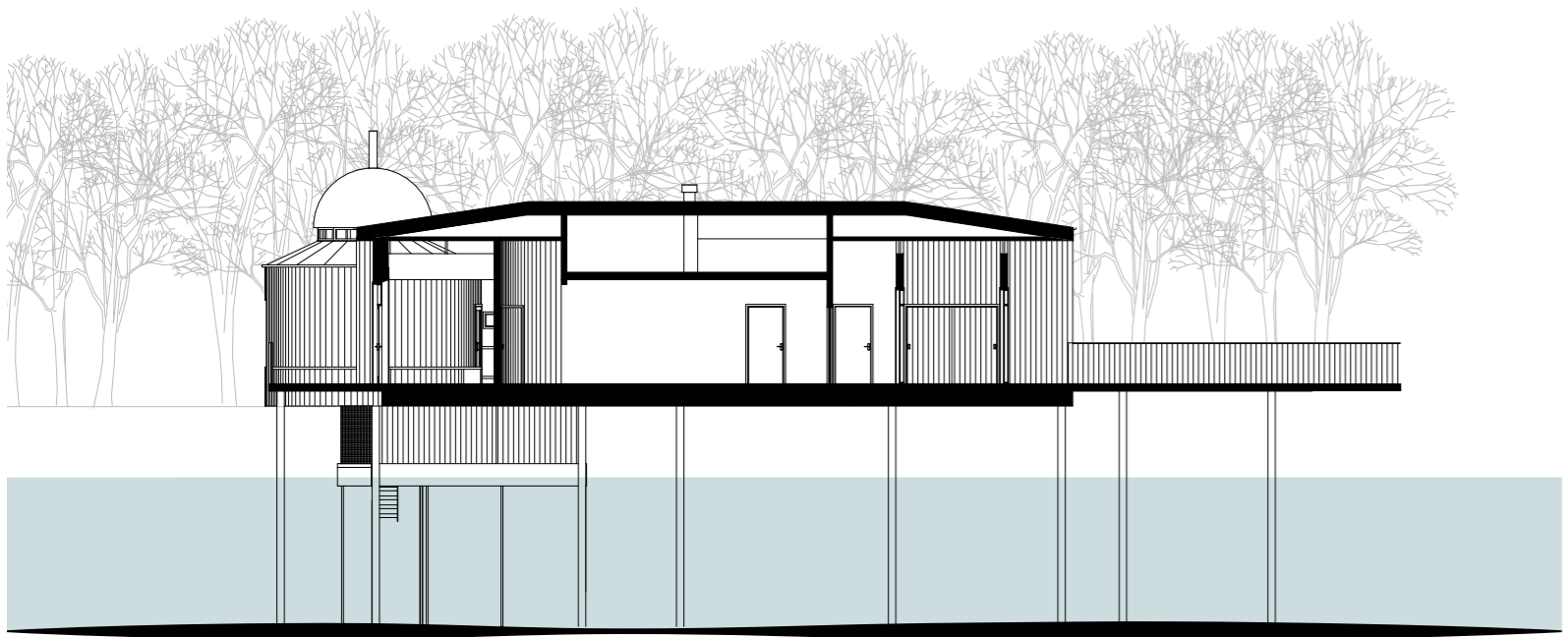
9. Vedförråd
10. Entré med överljus
11. Omklädningsrum
12. RWC
13. Öppen veranda
14. WC
15. Dusch med överljus
16. Relaxyta som separeras med viddörr
17. Gemensamt soldäck med sittbänkar
18. Vedeldad bastu
19. Soldäck med sittbänk och duschhink
20. Flytande badbrygga
21. Personalgång
22. Tvättrum
23. Städförråd/teknik



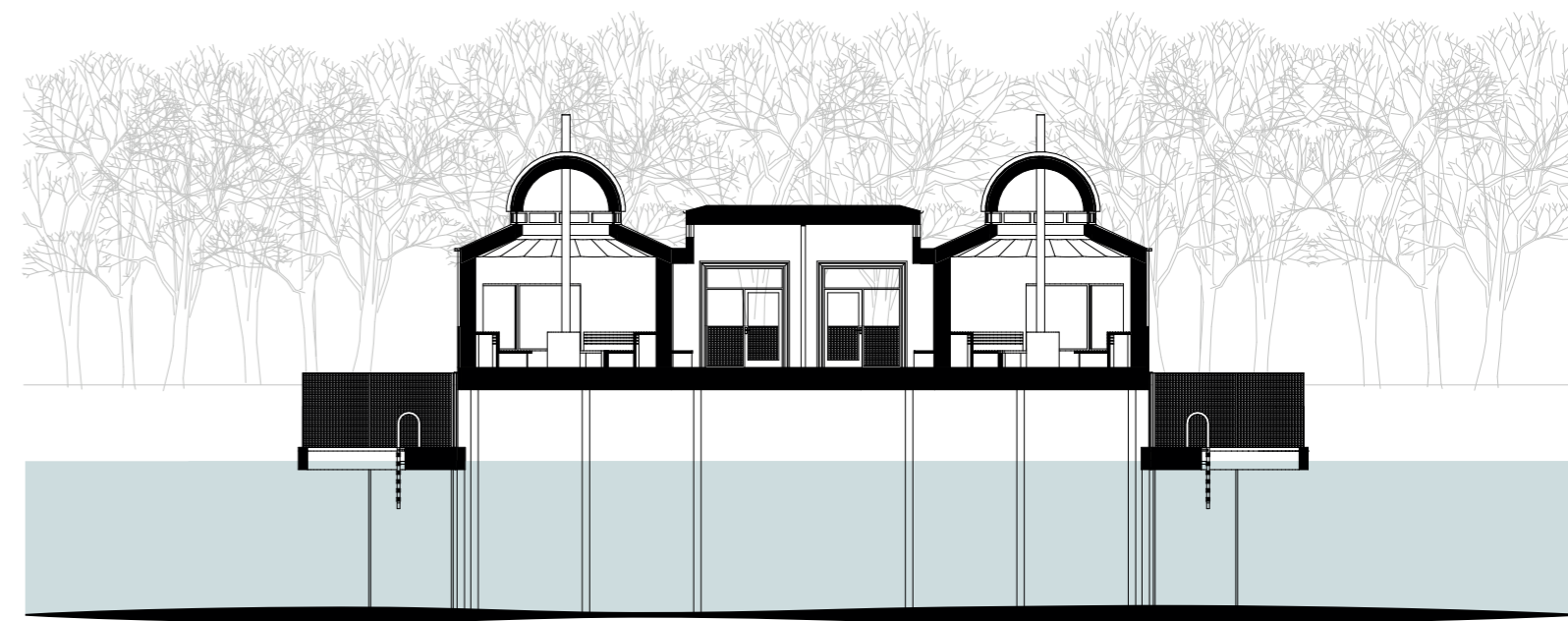
SEKTION B-B 1:200 (A4)



SEKTION D-D 1:200 (A4)



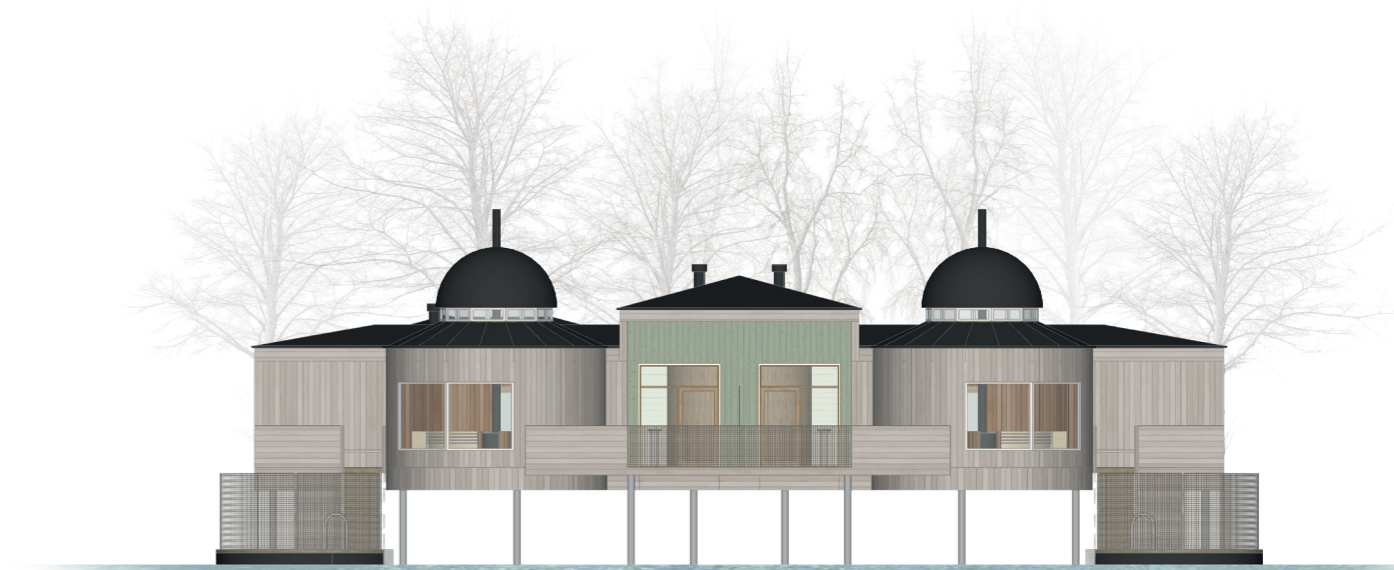
SEKTION C-C 1:200 (A4)



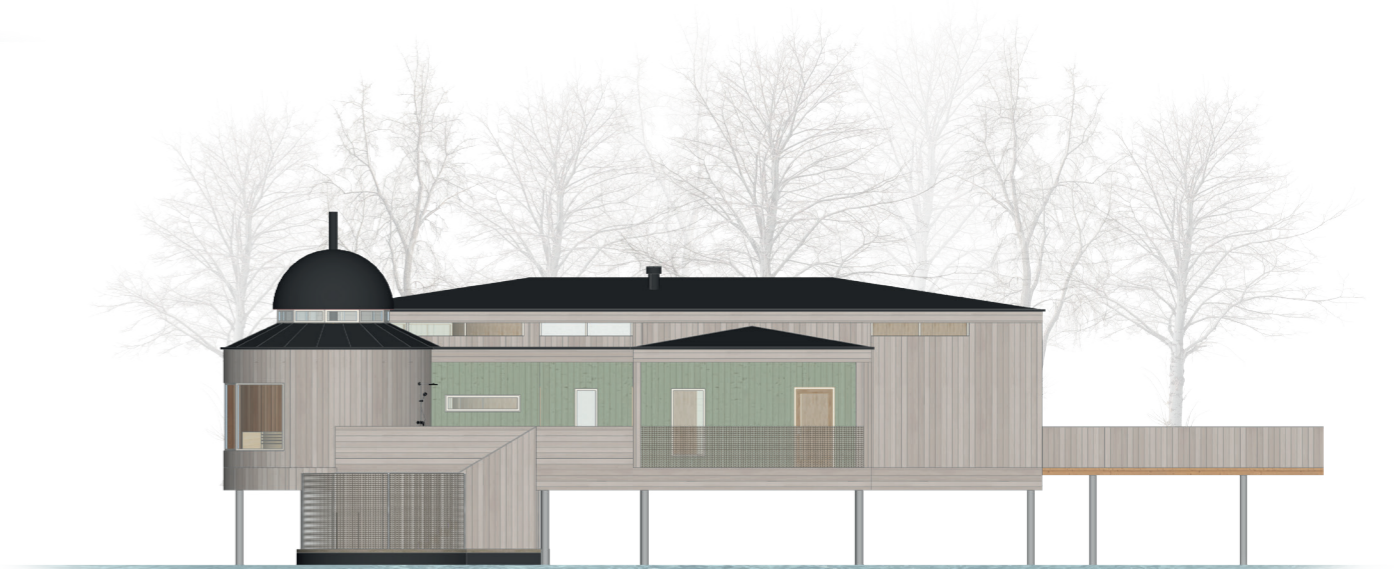
SEKTION E-E 1:200 (A4)



FASAD STRÖMSBADET 1:200 (A4)  
NORR



FASAD STRÖMSBADET 1:200 (A4)  
SÖDER



FASAD STRÖMSBADET 1:200 (A4)  
ÖSTER (VÄSTER)



Vertikal panel av ThermoWood,  
behandlad med patineringsolja.



Vertikal panel av ThermoWood,  
behandlad med lasyr av färgen Mjörn  
från Caparol



Fönster och dörrfoder i kulören NCS  
1102-Y10R



Horisontell panel av ThermoWood,  
behandlad med patineringsolja.



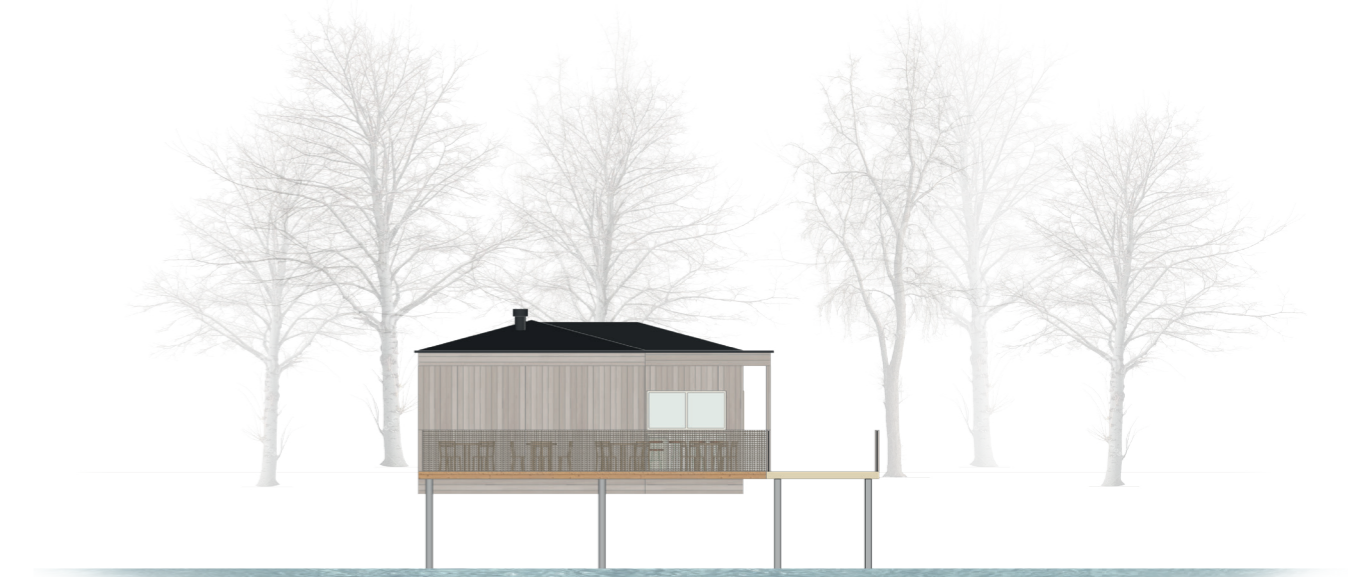
Perforerad plåt av corten, ytbehandlad  
med pulverlack.



Dörrkarm och dörrblad i oljat granträ  
med borstad yta.



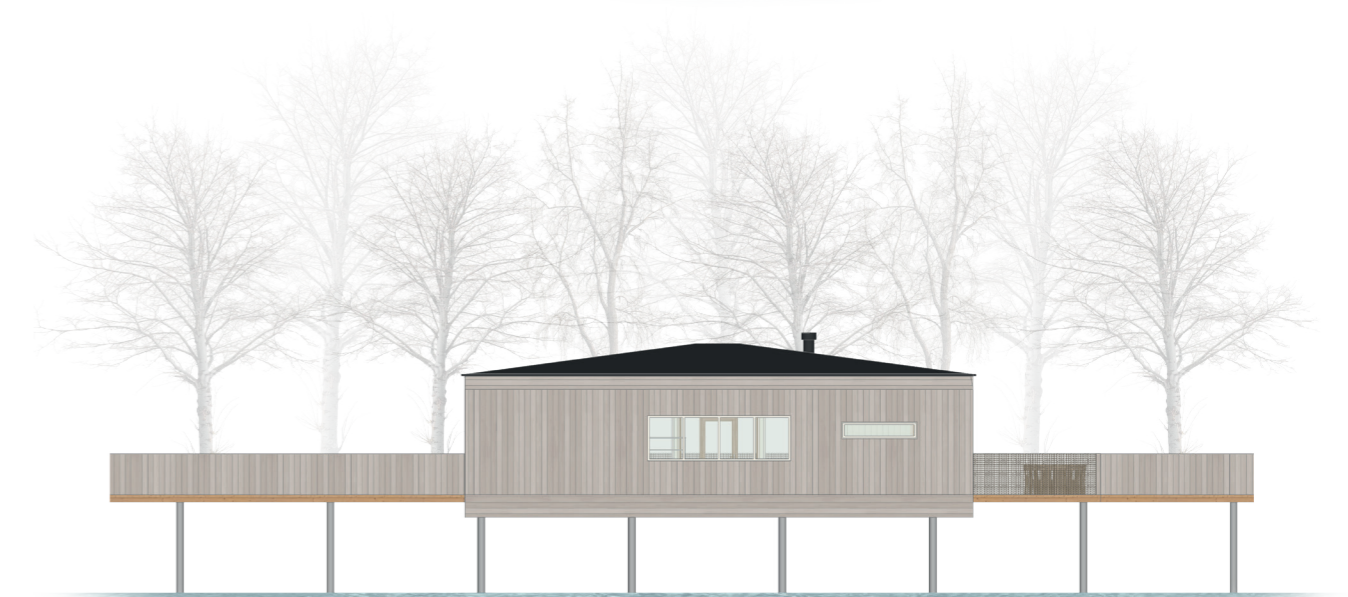
FASAD STRÖMSBODEN 1:200 (A4)  
NORR



FASAD STRÖMSBODEN 1:200 (A4)  
SÖDER



FASAD STRÖMSBODEN 1:200 (A4)  
ÖSTER



FASAD STRÖMSBODEN 1:200 (A4)  
VÄSTER

# ANVÄNDNING

*Inträdesalternativen för Strömsbadet som införskaffas i Strömsboden:*

**STAMMIS  
ÅRSKORT**

**LADDAT MED  
10 INTRÄDE**

**DAGSKORT**

# STRÖMSBODEN

Det är Strömbodens kompletterande verksamhet som möjliggör bemanning på plats. Här kan badgäster köpa inträde till Strömsbadet i form av årskort, "klippkort" för 10 gånger samt engångskort. För att främja en avkopplande och återhämtande atmosfär, men främst för säkerhetens skull är åldern som gäller för kallbadhuset från 13 år i målsmans sällskap.

Även uthyrning av badrock- och handdukspaket är en service som erbjuds här. Vid uthyrning av ett sådant paket återlämnas det av badgästen genom luckan i Strömsbadets entré.

Utöver att fungera som personalutrymme och reception för kallbadhuset, är Strömsboden även ett litet café med försäljning av lättare förtäring. Fokus ligger på Take Away, för att underlätta för badgästerna att medbringa mat och dryck vidare in till Strömsbadet. Även om Take Away är det

främst förekommande försäljnings sättet, erbjuder Strömsboden sittplatser för upp till 14 personer.

Sallader och smörgåsar går att köpa året om, men caféet har även utbud efter säsong. I oktober till mars serveras soppor och varma drycker. Under den varmare säsongen, i april till september, erbjuds istället läskande smoothies och kalla drycker.



*Vyn som möter dig när du går in i Strömsboden. Illustrationen visar delar av serveringen samt café- och receptionsdelen, där personalen står och tar emot både badgäster och matgäster.*

# STRÖMSBADET

Badgästerna besöker Strömsbadet för att varva värmen i den vedeldade bastun med ett uppfriskande dopp i vattnet. Kallbadhuset är uppdelat i en dam- respektive herravdelning, och kan totalt rymma upp till 40 badgäster åt gången.

Bastun är rullstolsanpassad och alla ska känna sig välkomna att ta del av kallbadhuset. Vissa dagar erbjuds även gemensamt bad, enligt anvisningarna som syns till höger. Vid dessa tillfällen öppnas vikedörren som annars separerar relaxytorna mellan de två avdelningarna. Det är då fritt fram att basta och bada på båda sidor.

## ÖPPETTIDER STRÖMSBADET & STRÖMSBODEN

OKT - MARS

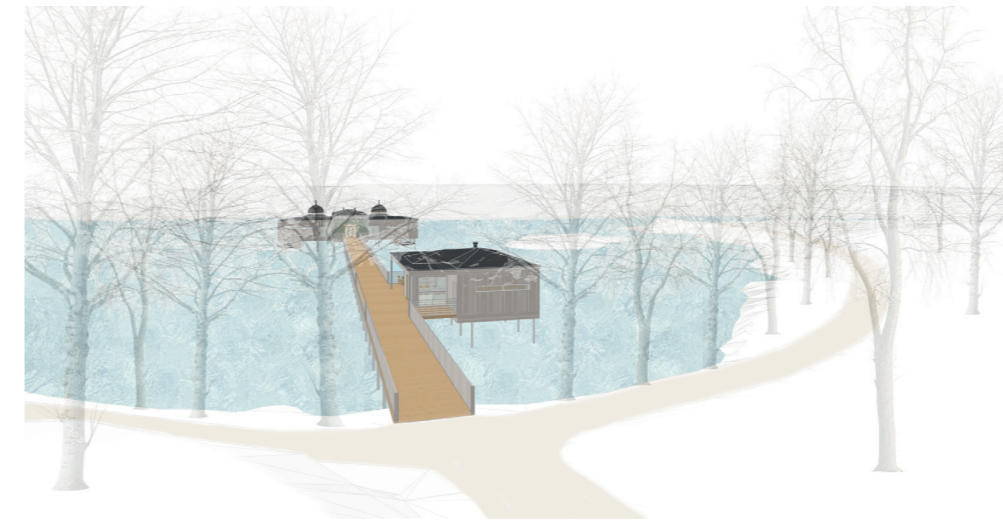
APRIL - SEPT

ALLA DAGAR  
8 - 18

ALLA DAGAR  
7 - 20

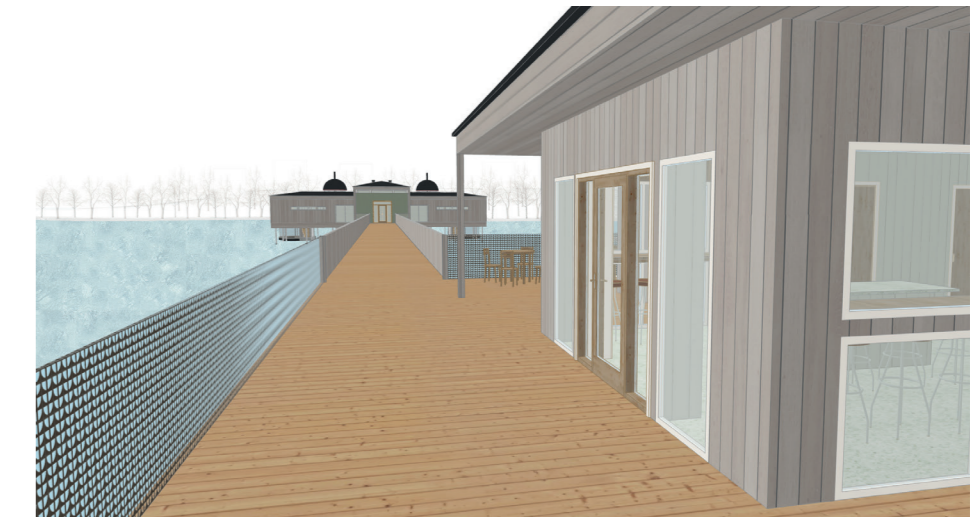
GEMENSAMT BAD  
ONS & LÖRD  
Från kl. 13 - stängning

GEMENSAMT BAD  
MÅN, ONS & LÖRD  
Från kl. 13 - stängning



*Vyn på övergången mellan land och brygga. Bryggan lockar nyfikna gäster att distansera sig från land och därmed även verkligheten för en stund. Detta för att låta sig ledas ut i viken och ut på vattnet.*

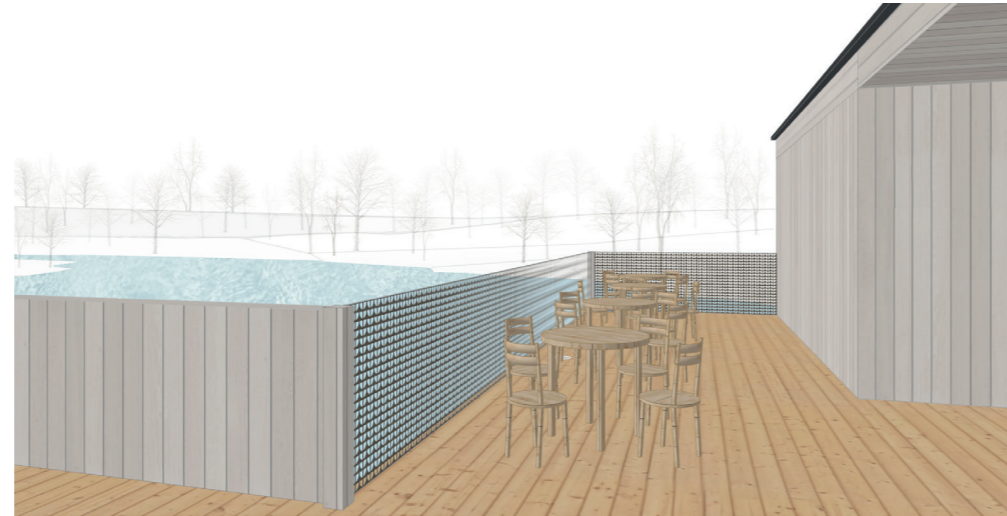
# DEN NYFIKNE GÄSTENS RESA



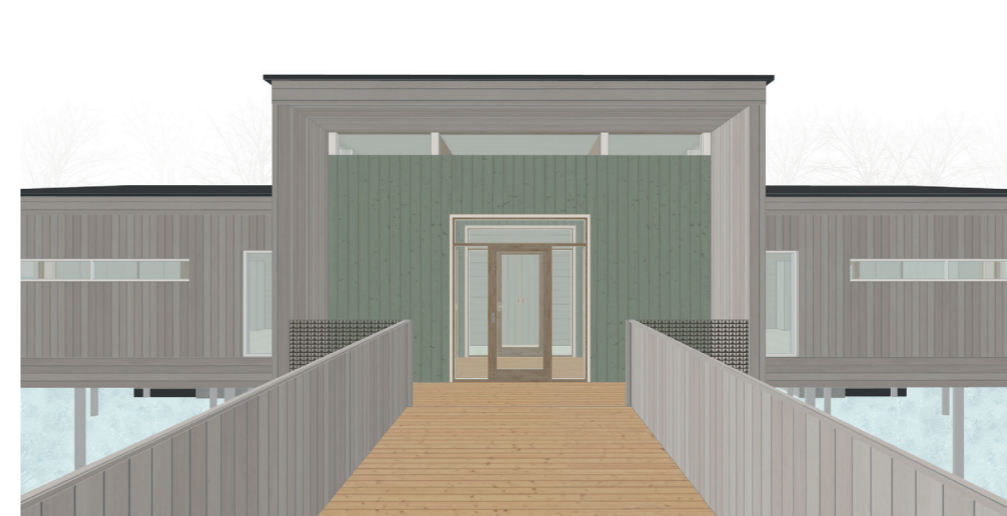
*Den nyfikne gästen följer kaffedoften som leder denne fram till Strömsbodens entré. Genom fönsterna syns nygjorda smörgåsar som ligger framme i disken och bara väntar på få smakas. Den nyfikne gästen kan inte motså frestelsen och går in.*



*Väl inne i Strömsboden kan den nyfikne gästen beställa den mat och dryck som behagas. Istället för att sätta sig ner i den lilla serveringen väljer den nyfikne gästen att ta med sig måltiden vidare på färden.*



*Uterserveringen är ett trevligt komplement till den lilla inomhusserveringen. Tack vare den sydöstliga riktningen bjuder platsen på många soltimmar. Här kan matgästerna sitta och gassa så fort den värmande vårsolen letar sig fram.*



*Den nyfikne gästen rör sig vidare mot Strömbadets entré. Så fort gästen öppnar entrédörren slås den av en doft av nyhuggen ved från vedförråden som ligger längs med vindfångets sidor.*

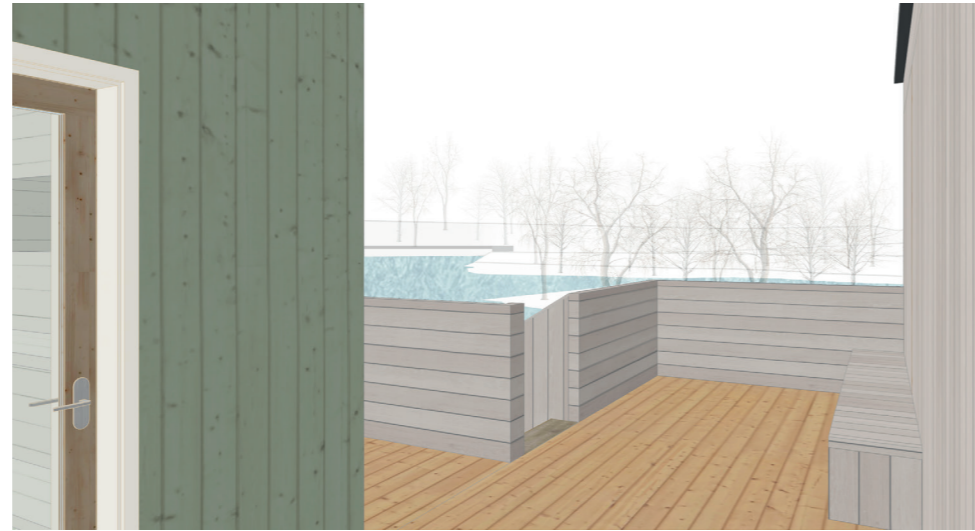


*I omklädningsrummets entré kan den nyfikne gästen blicka tillbaka mot bryggan denne precis vandrat på och mot land. Rakt fram hittas även dörren ut till den öppna verandan. Där kan den nyfikne gästen sitta en stund, andas frisk luft och finna lugn.*





Omklädningsrummet bjuder på rymliga klädskåp och sittplatser. Efter att ha bytat om till badrock kan den nyfikne gästen bege sig ut på soldäcket och vidare ner till badbryggan, eller ta korridoren in till vänster som leder till duschrummet.



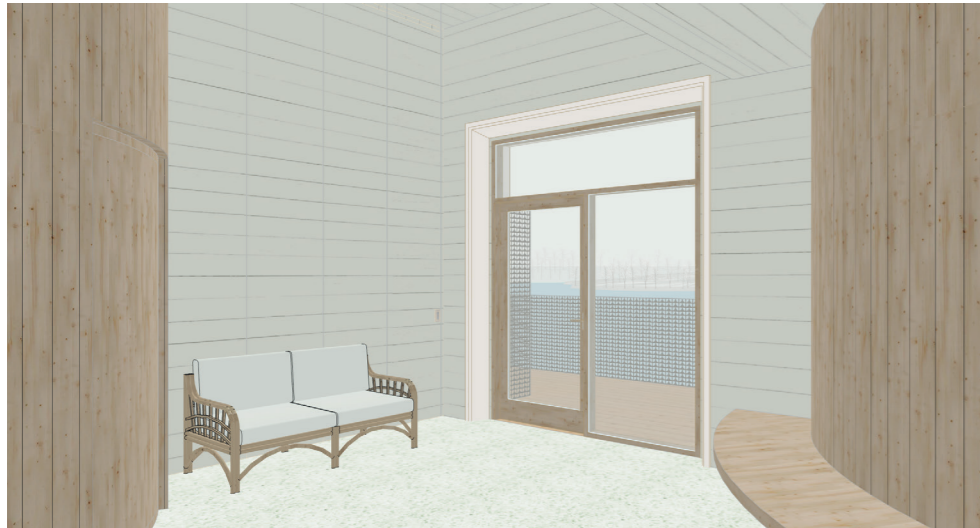
Soldäcket ligger liksom uteserveringen i sydöstlig riktning och har därför många soltimmar att bjuda på. Efter ett dopp i det svalkande vattnet kan den nyfikne gästen sätta sig på bänken och låta solens strålar sakta värma upp kroppen igen.



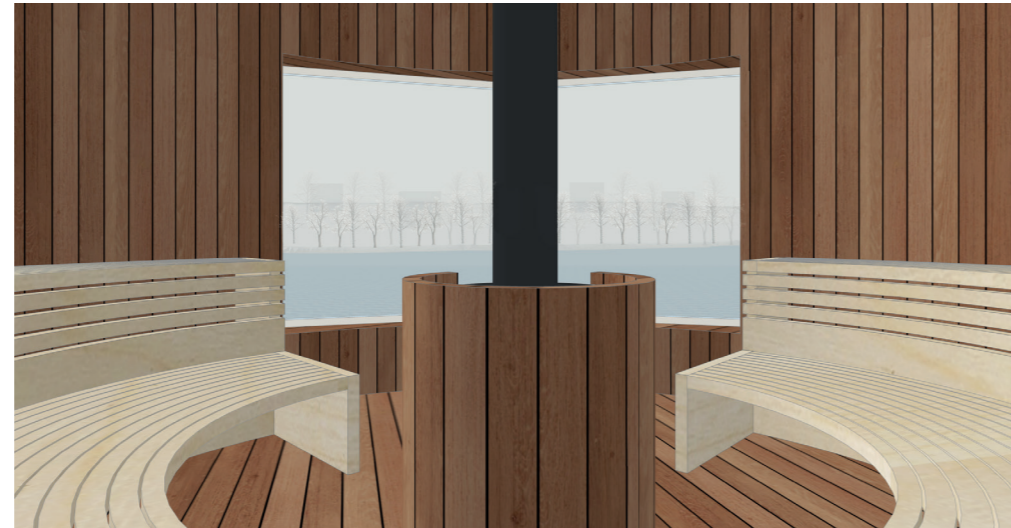
Trappan från soldäcket leder ner den nyfikne gästen till badbryggan där denne vidare kan ta stegen ner i vattnet. Känner inte gästen för att doppa sig i vattnet, finns även alternativet att använda kallduschen på soldäcket som är tillgänglig för alla.



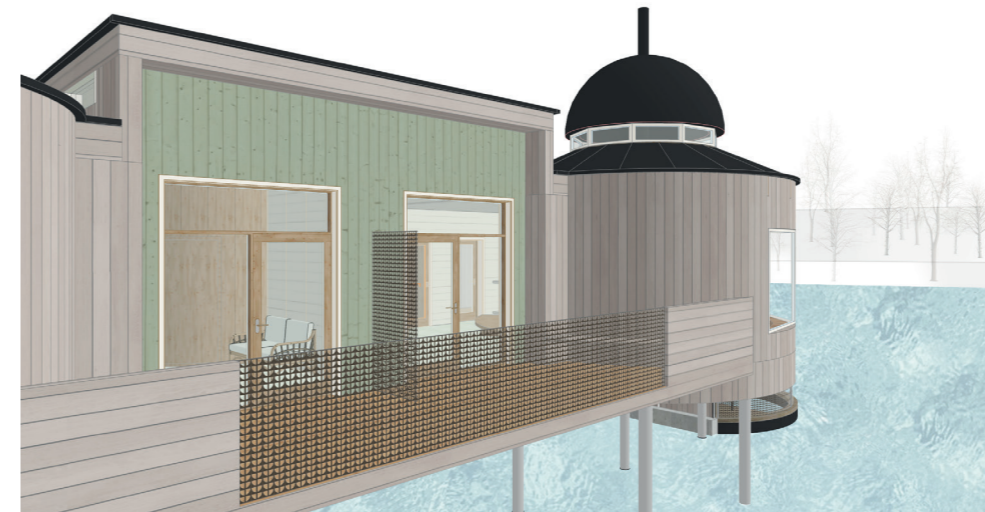
På badbryggan nedanför soldäcket kan den nyfikne gästen tryggt hänga av sig sin badrock, då bryggan omsluts av ett insynsskydd. Härifrån kan gästen ta sig ner i vattnet i lugn och ro, och vänta på att endorfinerna ska börja flöda.



*Från relaxytan kan den nyfikne gästen nå det gemensamma soldäcket, avdelningens egna soldäck med badbrygga och självklart även bastun. Vikdörren som separerar relaxytorna öppnas vid gemensamt bad och bjuder då på en stor social yta.*



*Den behagliga värmen tillsammans med doften från det brinnande träet i den vedeldade bastun gör att den nyfikne gästen kan koppla av. Denne tittar ut på vattnet utanför fönstret medan det sprakar från vreden som brinner i bastuaggregatet.*



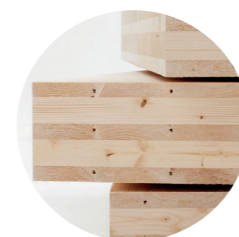
*Det gemensamma soldäcket bjuder gästerna på en enastående utsikt över Kneippens vackra vyer. När den nyfikne gästen behöver en paus från bastuns värme kan denne, tillsammans med andra badgäster, slå sig ner här och njuta av solens värmande strålar.*

*Med en känsla av att vara upprymd, avstressad och fylld av ny energi lämnar den nyfikne gästen Strömsbadet.*

*”Det må vara första, men absolut inte sista gången jag besöker detta stället”, tänker denne för sig själv och får ett leende på läpparna.*

## DETALJER

## MATERIALBESKRIVNING UTOMHUS



### STOMME

Byggnadernas stomme är gjord av KL-trä som bärande element. Materialets lättare vikt underlättar monteringen på plats, samtidigt som det är formstabilt och ett hållbart val ur miljösynpunkt. Träet fortsätter binda koldioxid under hela livslängden. (Martinsons u.å.)



### VÄGGAR OCH TRALL

ThermoWood är furuträ som värmebehandlats för extra motståndskraft mot röta och blir i proceduren även mer formstabilt. (Moelven 2022b) ThermoWood får en gråare nyans med tiden. Patineringsolja innehåller bl.a. grå färgpigment som ger byggnaden patina från dag ett. (Moelven 2022a) Fasaden kommer därför inte kräva mycket underhåll. I takt med att patineringsoljans effekt falnar, tar den naturliga patinan vid. ThermoWood kan både oljas och målas. (ibid) Trallen på bryggan är även den ThermoWood, och har den naturliga, gyllenbruna färgen.



### TAK

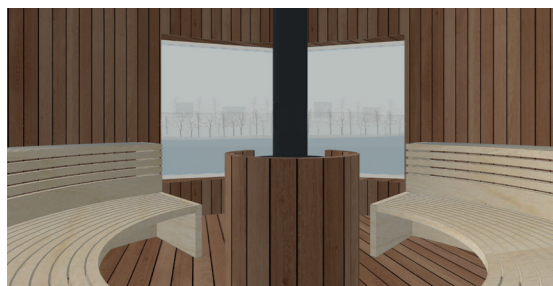
För både byggnadernas och miljöns skull är taken utrustade med solceller. Till taken används Lindabs SolarRoof, som är ett plåttak vars integrerade solceller knappast är synliga för ögat. (Lindab 2021) Soltimmarna är många över viken där projektet är beläget, och självklart ska det tas tillvara på!



### INSYNSKYDD OCH STAKET

Insynsskyddet är gjord av perforerad cortenplåt som pulverlackats och omringar badstegen. Som staket dekorerar plåten även de öppna verandorna och runt caféet för att signalera att här ska man stanna upp. Mönstret är inspirerat av en träfasad som förekommer på hus i Kneippen. (se INSPIRATION)

## MATERIALBESKRIVNING INOMHUS



### BASTUN

Bastuns väggar och golv är klädd med termo-asp. Trots att det är samma träslag får termo-asp en mörkare nyans som kontrasterar fint det oljade aspräet som lavarna är gjorda av. Asp passar särskilt bra att ha i bastu på grund av sin låga värmeledningsförmåga. (Kärnsund Wood Link u.å.)



### VÄGGAR

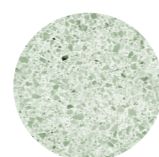
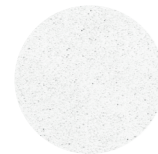
Oljad granpanel



Målad träpanel i NCS 1102-Y10R



Vit terrazzo i duschutrymmena



### GOLV

Grön terrazzo



### DETALJER

NCS 2005-G10Y  
ex. klädska, bordsskiva

### FÖNSTER OCH DÖRRAR

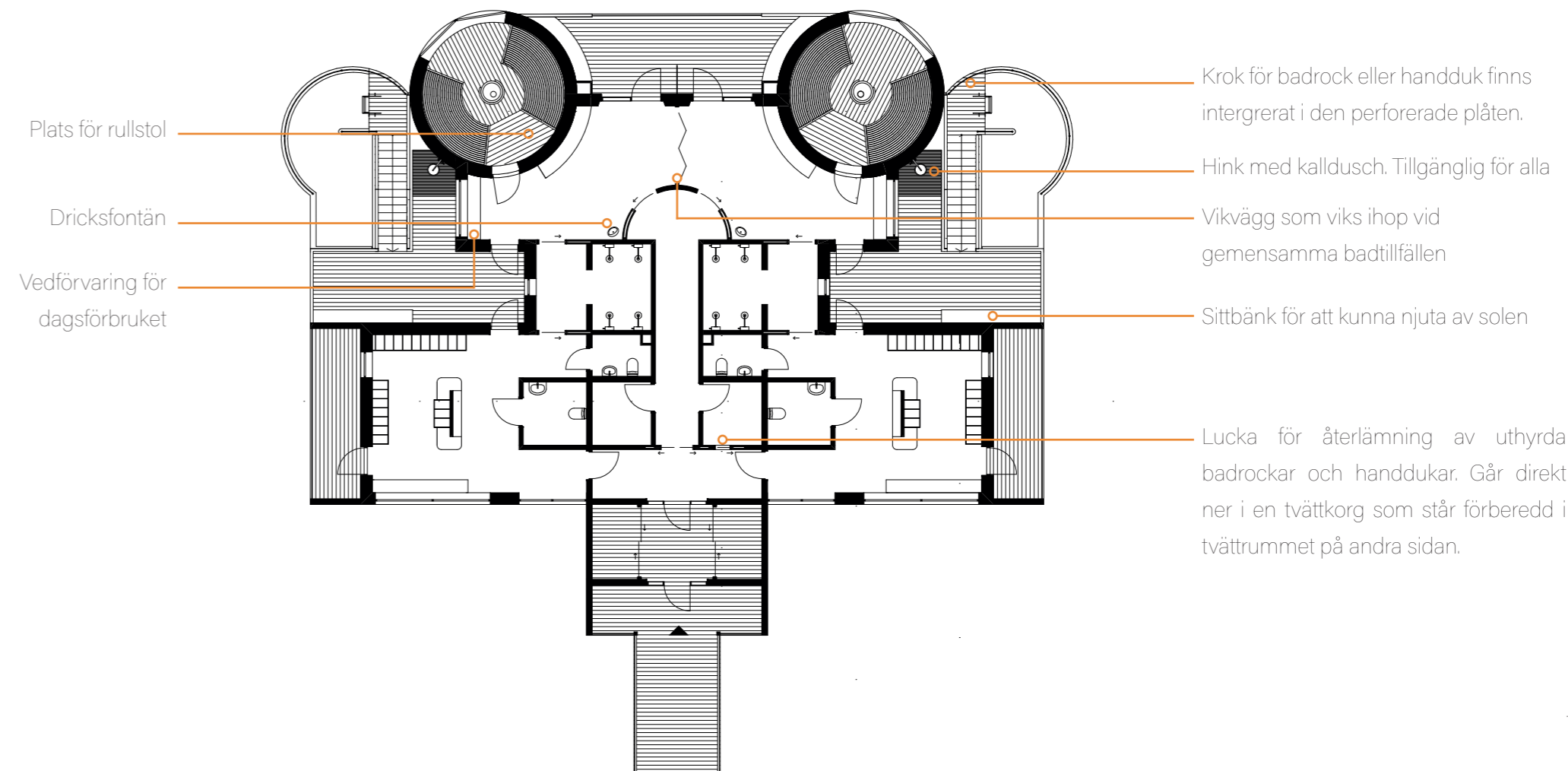


Dörrkarm och dörrblad i oljat granträ med borstad yta.

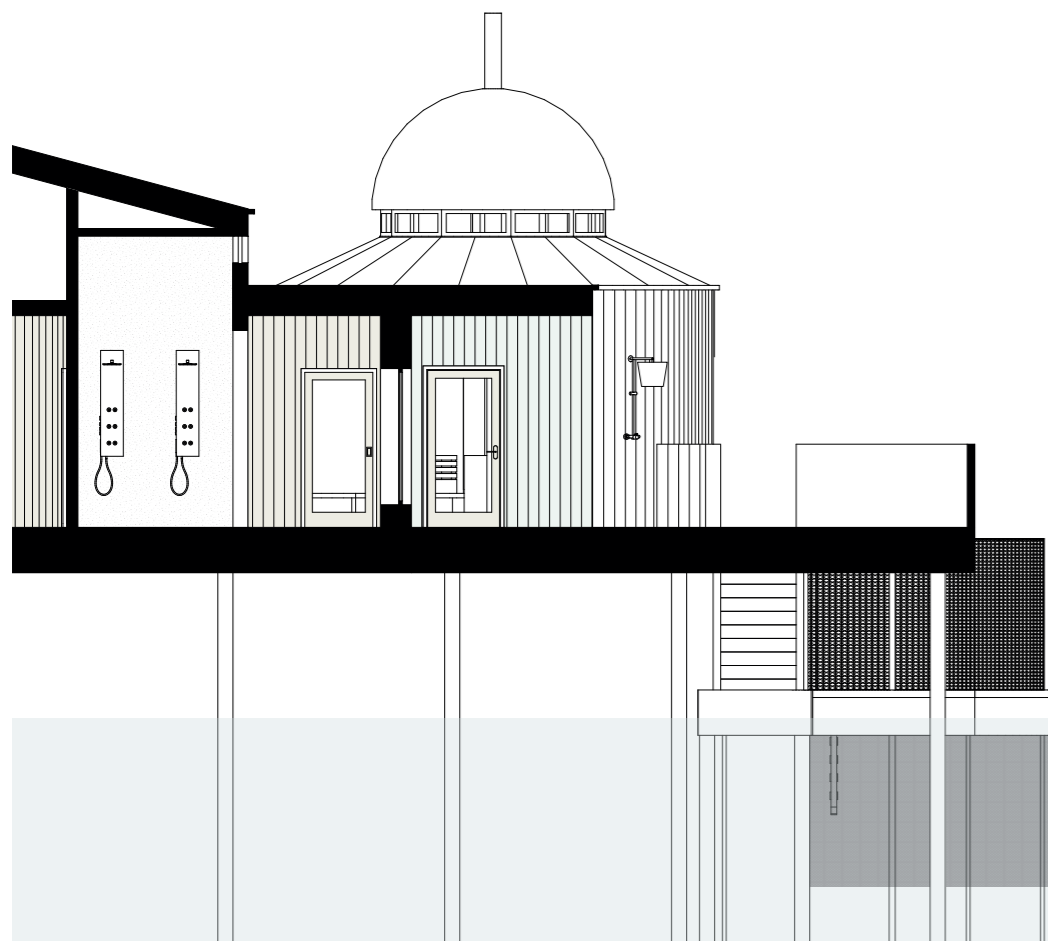


Fönster och dörrfoder i NCS 1102-Y10R

## DETALJBESKRIVNING



## DETALJSEKTION



### SLÄPANDE ÖVERLJUS

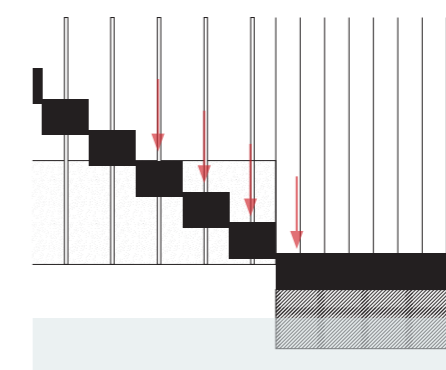
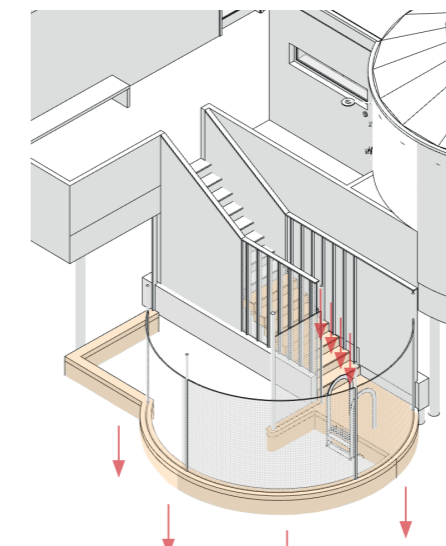
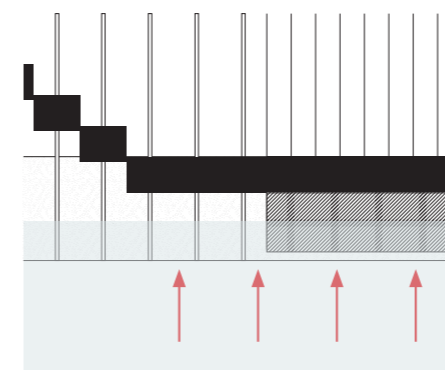
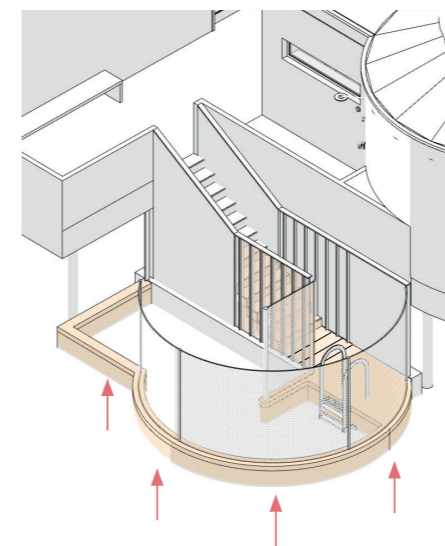
Det högt sittande fönsterna släpper in solljuset i duschrummen och framhäver den förhöjda takhöjden. Takhöjden märks först av när du stiger in i duschutrymmet. **Rymden tillsammans med överljuset skapar en känsla av lättnad och andrum.**

### HINK MED KALLDUSCH

En svalkande kalldusch som är tillgänglig för alla finns på soldäcket. I hinken pumpas det upp vatten från Strömmen.

### NÄT FÖR SÄKERHET

Ett nät är fastspänt längs flytbryggans underkant för att förhindra kallbadare att dyka under bryggan och på så vis åka vidare i Strömmen. Nätets små hål ska förhindra att fiskar fastnar.



## FLYTBRYGGAN

### HÖJS OCH SÄNKS MED VATTENNIVÅN

Via respektive avdelnings soldäck, når badgästerna trappan som leder de vidare ner mot vattnet. På den lilla plattformen står de omringade av den perforerade cortenplåten. Här kan de tryggt hänga av sig handduken eller badrocken och känna sig fria ta sig ett dopp. Bassängen är ett avgränsat område för att badgästerna ska känna sig trygga och inte riskera att komma fel vidare ut i det strömma vattnet.

De sista trappstegen är tillsammans med flytbryggan konstruerade att följa med vattenståndet. Bryggan är fäst via stålpelare som är förankrade i botten och därmed låst från att röra sig sidledes. Detta lämnar flygbryggan således fri att röra sig i det vertikala ledet. Höjs vattennivån, åker bryggan med uppåt. Och om vattennivån sänks, sänker sig bryggan likaså.

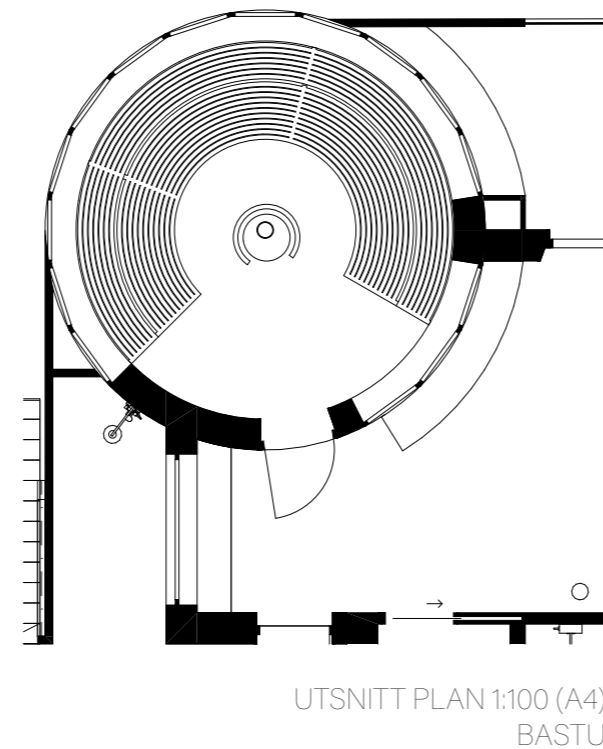
# SLUTREFLEKTION

Under presentationstillfället uppstod frågor genom extern kritisk granskning som har visat sig att nu i efterhand bli otroligt nyttigt både för min egen inlärningskurva men också för detta examensarbete. Frågorna som lyftes fick mig att inse att jag inte gått till botten med vissa av projektets viktiga ståndpunkter. Att jag nöjt mig utan att egentligen ifrågasätta vad som låg till grund för mina beslut och vad diverse beslut skulle innebära för upplevelsen av projektet. Detta gällde både i den stora skalan, men även gällande detaljnivå och rumslighet. Vid presentationstillfället var detta något som jag insåg att jag inte tänkt tillräckligt på under arbetsprocessens gång. Nu ser jag det istället som en betydelsefull lärdom inför framtidens arbete. Så vilka var frågorna som lyftes?

En sak som ifrågasattes och diskuterades var anledningen till varför mitt kallbadhus i Strömmen hade hamnat under samma solitära byggnadstyp som mina referensprojekt. Majoriteten av referensprojekten ligger som tidigare framkommit av rapporten längs med en havskust eller

liknande, där insyn inte är ett problem. Kanske skulle jag, som arbetat utifrån en helt annan kontext (en mer unik sådan i sammanhanget baserat på referenser), frångått det traditionella kallbadhuset mer? Möjligheten fanns till att skapa en fristående byggnadstyp, som baserades på platsens särpräglade egenskaper istället för kallbadhusets föregångare.

Nu i efterhand hade det definitivt varit ett intressant projekt att ta sig an. Resultatet hade med all sannolikhet sett väldigt annorlunda ut, vilket hade gjort att Kallbadhuset i Strömmen hade stuckit ut ännu mer i mängden. Ändå är en del av mig glad över att jag valde att förädla många av de gemensamma attributen som folk känner igen från kallbadhus runt om i landet. Det skapar en igenkänningsfaktor som gör att människor vet vilken typ av aktivitet som pågår i viken strax väster om Norrköpings stadskärna. Med tanke på att det finns så få kallbadhus längs östkusten tror jag ändå Strömsbadet skulle bli ett dragplåster för Norrköping. Strömsbadet



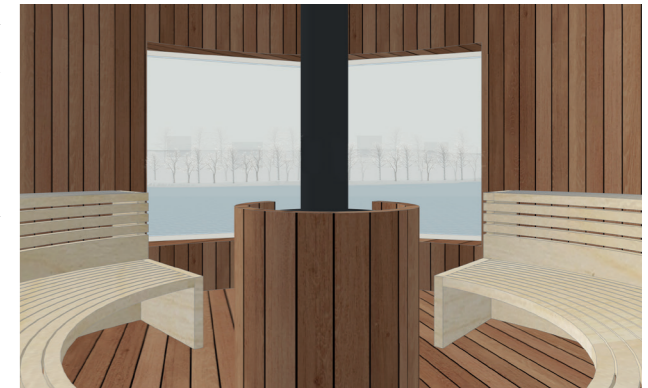
skulle även bli en nod i staden som kan locka ut fler människor från stadskärnan och därmed hjälpa till att aktivera det omkringliggande området.

En annan fråga som diskuterades var den runda bastun. Jag hade inte helt fått fram vilken rumslighet den runda bastun kunde erbjuda kallbadarna. Även fönstersättningen ifrågasattes då den åter igen talade mycket med det traditionella kallbadhuset. Direkt när denna fråga kom upp insåg jag att jag till och med själv saknade argument utöver det traditionella till varför fönsterna placerats där de gjort. Inte heller till varför fönsterna hade den storleken de hade. Jag insåg att jag hade låtit mig fastna i referensernas ram. Även min begeistring till bastukåtan sedan projektets början hade låst mig till att inte pröva mig vidare. Den hade låst mig till att inte bråka vidare med utgångsläget. Vilken ögonöppnare detta blev! Så fort möjlighet fanns satte jag mig och tittade över bastun. Varför inte ta vara på vad den runda formen har att erbjuda? Om det istället

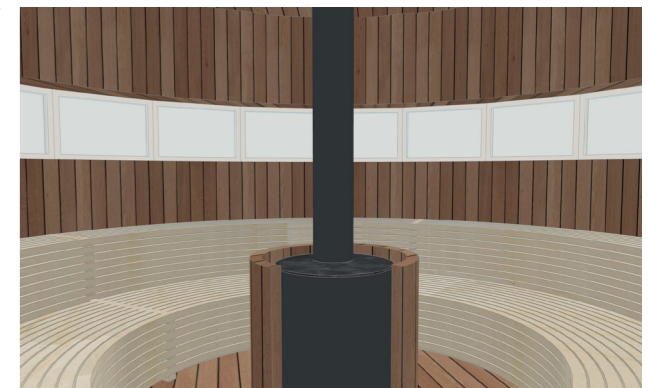
för två stora fönster blir ett högre sittande fönsterband av mindre fönster som följer bastuns vägg, innebär det att alla oproblematiskt och bekvämt kan titta ut, utan att behöva vrida huvudet. Oavsett vart du sitter i bastun har du en koppling till utsidan. På undre laven ser du träden och himlen, och på övre kan du titta ner på vattnet om du så önskar. Inifrån bastun kan du genom fönsterbandet även hålla dig uppdaterad om vad som händer i relaxytan utanför samt på soldäcken. Att ändra fönsterplacering förhindrar även den insyn som skulle kunna förekomma i föregående förslag. Ytterligare en fördel är att bastun får en naturligare layout med sittplatser och öppna ytor. Då bastulavarna nu kan bli till en sammanhängande enhet som fortsätter längs hela väggen innebär det större sittyta. Bastun får också en mer koncentrerad mittpunkt, bastuaggregatet, som samlar ihop det runda rummet.

Illustrationerna till höger visar skillnaden mellan den gamla fönstersättningen och den nya. Nedersta bilden visar den slutgiltiga designen av den runda bastun.

GAMMAL FÖNSTERSÄTTNING  
BASTUN



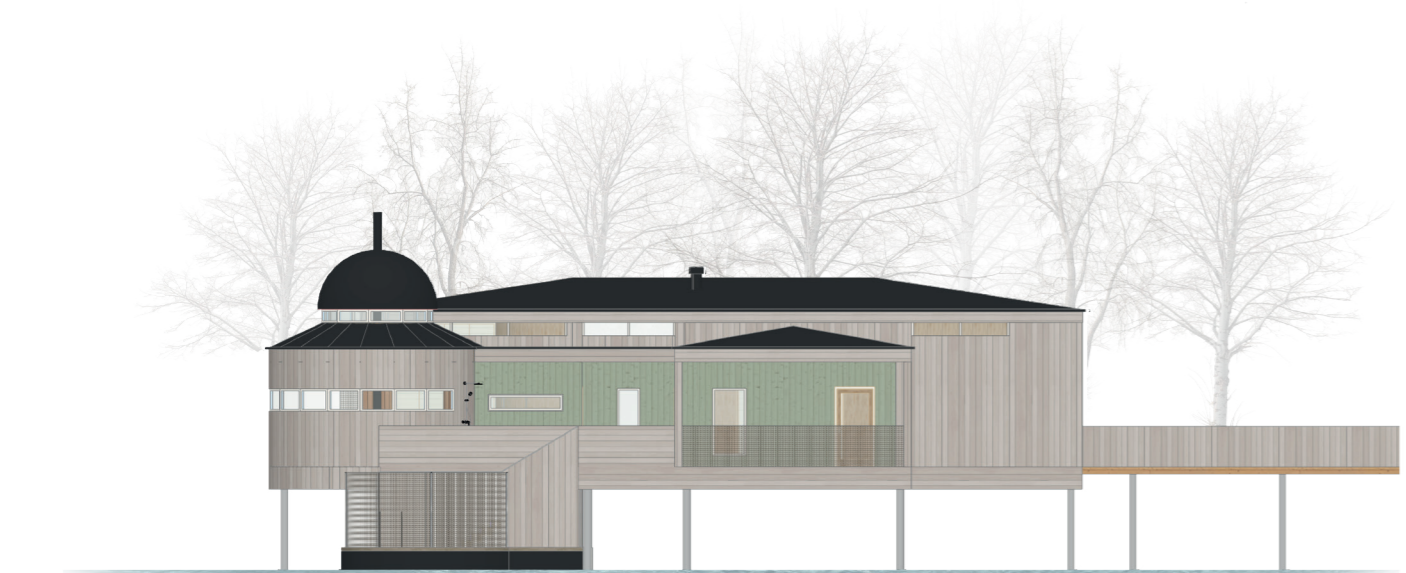
NY FÖNSTERSÄTTNING  
BASTUN





*Fasader med ändrad fönstersättning i bastun. Det nya fönsterbandet talar med det existerande överljuset i bastun, och skapar därför en mer harmonisk fasad.*

FASAD STRÖMSBADET 1:200 (A4)  
SÖDER



FASAD STRÖMSBADET 1:200 (A4)  
ÖSTER (VÄSTER)

*Även fönstersättningen i café-delen i Strömsboden insåg jag med hjälp av andra kritiska ögon att den behövde tas ytterligare ett varv för att falla på plats. Att ha fönsterband hela vägen över en bardisk insåg jag inte var så praktiskt. Det skapade heller inte någon större dynamik för upplevelsen i rummet. Alternativet jag landade i var att ersätta en del av bardisken med ett högt fönster som sträckte sig från golvet. Bardisken som ersattes stod ändå malplacerad för sig själv, och fyllde ingen större funktion. På detta sättet effektiviserades baren för personalen då den koncentrerades mer kring ett ställe. De två sidorna av baren talar nu med varandra. Utöver att delar av väggen nu är fria att användas i praktiska syften för caféet, skapar de separata fönsterna mer dynamik för rummet. Fönsterna har olika storlekar och utseende, som i sin tur erbjuder två olika typer av utblickar.*

*Illustrationerna till höger visar skillnaden mellan den gamla fönstersättningen och den nya. Nedersta bilden visar den slutgiltiga designen av café-delen*

*Summa summarum är det bl.a. en viktig lärdom jag tar med mig efter denna arbetsprocessen. Man ska grunda sina beslut ordentligt, för annars är det lätt att omedvetet låsa sig själv innanför vissa ramar eller fixera sig vid en viss idé. Alla beslut mår bra av att ifrågasättas, för det grundar anledningen bakom dem desto mer. Eller så inser man, som i mitt fall, att den bästa lösningen inte är nådd och man får köra det i huvudet en runda till. Till nästa gång hoppas jag att mina egna kritiskt ifrågasättande frågor kommer mer automatiskt. Att exempelvis inte bara stanna vid det faktum att jag kan titta ut genom ett fönster, utan även tänka på vad ser jag när jag tittar ut genom fönstret? Vad är fönstrets funktion? Är fönstret rätt storlek för dess tilltänkta funktion? Osv.*

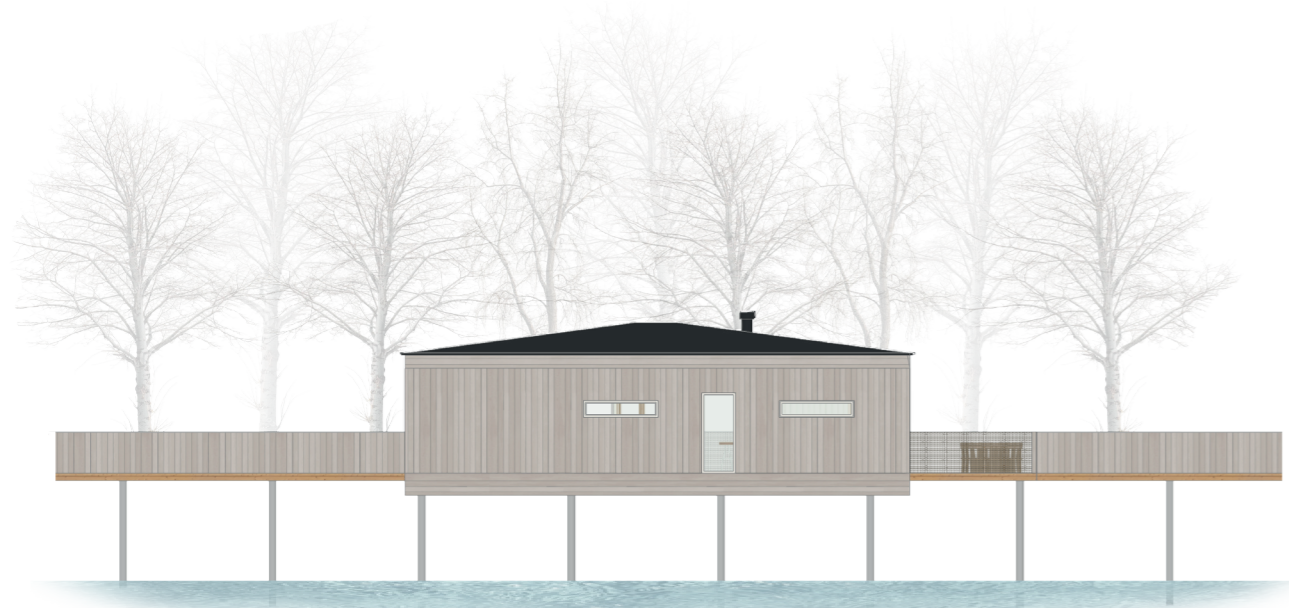
*Det kommer såklart vara en utmaning, men jag hoppas och tror att jag blivit lite klokare i och med detta arbete.*

GAMMAL FÖNSTERSÄTTNING  
CAFÉT



NY FÖNSTERSÄTTNING  
CAFÉT





*Fasad med ändrad  
fönstersättning i café-delen.*

FASAD STRÖMSBODEN 1:200 (A4)  
VÄSTER

## KÄLLFÖRTECKNING

Bad (u.å.) I *Nationalecyklopedin*

<https://www-ne-se.ludwig.lubl.u.se/uppslagsverk/encyklopedi/lång/bad> [2022-02-25]

Brostugans Örtagård (u.å.) *Historik*

<http://www.facere.se/brostugan/> [2022-01-21]

Droste, Heiko (2008) *Norrköpings historia*

<http://ortshistoria.se/stad/norrkoping/historia> [2022-02-02]

Festin, Bonnie (u.å.) *Norrköpings Industrilandskap vid Motala Ström*

[faktablad] <https://www.norrkopingsstadsmuseum.se/wp-content/uploads/NorrkopingsIndustrilandskap.pdf> [2022-02-20]

Holmen (2022) *Historia*

<https://www-ne-se.ludwig.lubl.u.se/uppslagsverk/encyklopedi/lång/norrköping> [2022-02-20]

Inre hamnen (2019) *Bad, bryggor och kanaler - här kan alla hitta sin plats vid vattnet*

<https://inrehamnen.norrkoping.se/artiklar/portratt-norrkopings-kommun> [2022-01-28]

Inre hamnen (u.å.) *Här bygger vi Sveriges härligaste stadsmiljö*

<https://inrehamnen.norrkoping.se/om-inre-hamnen> [2022-01-28]

Kallbadhuset Varberg (u.å.) *Historia*

<http://www.kallbadhuset.se/historia/> [2022-02-25]

Knäppingsborg (u.å.) *Kvarterens historia*

<https://knappingsborg.se/historia/> [2022-02-20]

Kolmården (u.å.) *Kolmården - en vild idé*

<https://www.kolmarden.com/parken/om-kolmarden> [2022-02-20]

Kristensson, Peter (2019) *Badhusen en fråga om renlighet*

<https://folkbladet.se/nyheter/norrkoping/badhusen-en-fraga-om-renlighet-om6273738.aspx> [2022-01-28]

Kristensson, Peter (2020) *Peter Kristensson: Tyska kneippkuren skapade villastad utanför Norrköping*

<https://folkbladet.se/artikel/wl69okwl> [2022-01-28]

Kry (2021) *Kallbad - bra eller dåligt enligt forskningen?*

<https://www.kry.se/din-halsa/kallbad-bra-eller-daligt-enligt-forskningen/> [2022-02-25]

Kärnsund Wood Link (u.å.) *Termopanel Asp*

<https://www.karnsund.se/termopanel-asp/> [2022-01-23]

Lindab (2021) *Solceller från Lindab - SolarRoof*

<https://www.lindab.se/losningar/byggkomponenter/solcellstak---solarroof/> [2022-01-23]

Martinsons (u.å.) *Det här är KL-trä*

<https://martinsons.se/byggnader-i-tra/limtra-och-kl-tra-for-byggnadsobjekt/kl-tra/> [2022-01-23]



# BILDKÄLLOR

*Fotografier där ingen annan bildkälla är hänvisad är tagen av författaren själv.*

Medley (2022) *Utomhusbad i Norrköping*  
<https://www.medley.se/vara-anlaggningar/centralbadet/utomhusbad-i-norrkoping> [2022-01-26]

Moelven (2022a) *Behandla och underhåll naturliga träfasader*  
<https://www.moelven.com/se/produkter-och-tjanster/ytterpanel/Mala-behandla-och-underhall-ytterpanelen/> [2022-01-23]

Moelven (2022b) *ThermoWood – värmebehandlad furu*  
<https://www.moelven.com/se/produkter-och-tjanster/thermowood/> [2022-01-23]

Motala ström (u.å.) I *Nationalencyklopedin*  
<https://www-ne-se.ludwig.lublu.se/uppslagsverk/encyklopedi/lång/motala-ström> [2022-02-15]

Norrköping (u.å.) I *Nationalencyklopedin*  
<https://www-ne-se.ludwig.lublu.se/uppslagsverk/encyklopedi/lång/norrköping> [2022-02-20]

Norrköpings historia (u.å.a) *Femöresbron*  
<https://www.norrkopingshistoria.se/femoresbron/> [2022-01-26]

Norrköpings historia (u.å.b) *Motala ström föddes under stenåldern*  
<https://www.norrkopingshistoria.se/motala-strom-foddes-under-stenalder/> [2022-02-15]

Norrköpings kommun (u.å.a) *Femöresbron*  
<https://www.norrkoping.se/boende-trafik-och-miljo/planer-och-byggprojekt/byggprojekt/projekt/femoresbron> [2022-01-26]

Norrköpings kommun (u.å.b) *Norrköpings promenader*  
<https://www.norrkoping.se/kultur-och-fritid/parker-och-lekplatser/norrkopings-promenader> [2022-02-20]

Norrköpings kommun (u.å.c) *Vrinneviskogens naturreservat*  
<https://www.norrkoping.se/kultur-och-fritid/friluftsomraden/naturreservat/vrinneviskogens-naturreservat> [2022-02-20]

Norrköpings kommun (u.å.d) *Åbackarna*  
<https://www.norrkoping.se/kultur-och-fritid/parker-och-lekplatser/abackarna> [2022-02-20]

Norrköpings kommun (2020) *Norrköping i siffror 2020*  
[faktablad] [https://www.norrkoping.se/download/18.1fbd536d176f5a7cec21926/1611907506584/NKPG\\_isiffror2020\\_sve.pdf](https://www.norrkoping.se/download/18.1fbd536d176f5a7cec21926/1611907506584/NKPG_isiffror2020_sve.pdf) [2022-02-20]

Norrköpings kommun (2016) *Vision 2035*  
[broschyr][https://www.norrkoping.se/download/18.3ef6b1d158f1bd46e115bc1/1485263061712/kommun\\_vision2035-broschyr\\_1604.pdf](https://www.norrkoping.se/download/18.3ef6b1d158f1bd46e115bc1/1485263061712/kommun_vision2035-broschyr_1604.pdf) [2022-01-21]

Norrköpings stadsmuseum (u.å.) *Norrköpings industrilandskap*  
<https://www.norrkopingsstadsmuseum.se/upplev/miljoer/kulturhistoriska-miljoer/industrilandskapet/> [2022-02-20]

Persson, Yvonne (2020) *Tusen coola vinterdoppare drömmer om ett kallbadhus*  
<https://www.hallandsposten.se/nyheter/halmstad/tusen-coola-vinterdoppare-drömmer-om-ett-kallbadhus-1.38530285> [2022-02-25]

Riksbyggen (2019) *Fängelset*  
<https://www.riksbyggen.se/ny-bostad/aktuella-projekt/ostergotland/fangelse/> [2022-02-20]

Salomonsson, Robin (2019) *Vinterbad – en positiv chock för kroppen*  
<https://www.svd.se/vinterbad-en-positiv-chock-for-kroppen> [2022-02-25]

Statistiska Centralbyrån [SCB] (2021) *Folkmängd, topp 50*  
<https://www.scb.se/hitta-statistik/statistik-efter-amne/befolkning/befolkningens-sammansattning/befolkningsstatistik/pong/tabell-och-diagram/topplistor-kommuner/folkmangd-topp-50/> [2022-02-02]

Södergren, Lasse (1999) *Kneippen – en kurortsdyll*  
<https://web.archive.org/web/20170627165259/http://www.nt.se/img/2008/9/16/4208143.pdf> [2022-01-28]

Wallentinsson, Leif (u.å.) *Norrköpings spinnhus*  
<http://k-arv.se/posts/3373> [2022-02-20]