

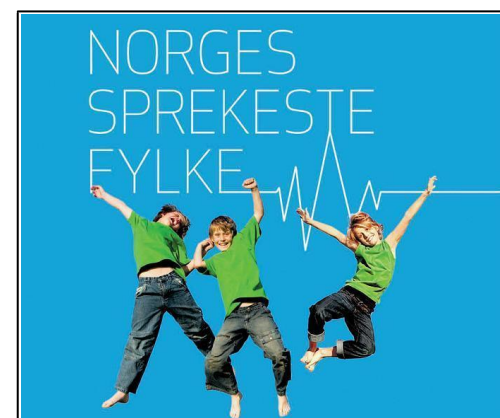
Universell utforming betyr utforming for alle.

Når et område, en bygning eller et produkt er universelt utformet skal hovedløsningen kunne brukes av alle, uten særløsninger. Dette er en viktig strategi for å oppnå et samfunn der flest mulig har anledning til å være selvstendige.

Regjeringen sier i sin handlingsplan for universell utforming at alle kommuner i Norge bør ha minst ett friluftsområde som er tilgjengelig og brukbart for flest mulig. Fordi kravene til universell utforming er høye, og kan være uoppnåelige i naturlandskapet, derfor brukes gjerne begrepet "tilgjengelig" når vi opparbeider naturområder til friluftsmål for alle.

Et tilgjengelig friluftsområde som er forsøkt universelt utformet fungerer godt for de fleste. Det behøver ikke å bli mer kostbart, men det krever litt ekstra omtanke under opparbeidelsen.

Friluftsliv og aktivitetsmuligheter i nærmiljøet er viktig for god folkehelse. Vi håper at dette lille heftet kan være med på å øke kunnskapen om hva universell utforming er, slik at vi får mange flotte turområder som kan brukes av et bredest mulig spekter av befolkningen!



Nord- Trøndelag skal bli Norges sprekeste fylke. Et viktig virkemiddel her er tilgjengelige friluftsområder. Vi oppfordrer derfor alle lag og organisasjoner som mottar friluftsmidler om å lese denne brosjyren og tenke universell utforming. Sammen kommer vi lenger!

<http://www.norgessprekeste.no/>



Nord- Trøndelag er ett av 8 pilotfylker for universell utforming. Dette er et 3-årig samarbeidsprosjekt (2010-2012) mellom Fylkesmannen og Fylkeskommunen, i regi av Miljøverndepartementet. Ett av satsningsområdene i Nord- Trøndelag er friluftsliv, og det er i denne sammenhengen "10 tips for bedre tilgjengelighet" er utarbeidet.

Forsidefoto er tatt av Jon Aksel Johnsen og Anne Caroline Haugan

Nyttige lenker på internett:

www.universell-utforming.miljo.no

www.dirnat.no/friluftsliv/reiseliv/veiledere_handboker_brosjyrer/

www.ntfk.no/Arbeidsomrader/universell%20utforming/Sider/default.aspx

UNIVERSELL UTFORMING AV FRILUFTSOMRÅDER

10 tips for bedre tilgjengelighet

- Nødvendig for noen, bra for alle!



1 Lytt til erfarne folk

Ta kontakt med det kommunale rådet for likestilling av funksjonshemmede eller lokale brukerorganisasjoner både for å få innspill og for å kvalitetssikre planer.

2 Lag gode skilt og gi tilstrekkelig informasjon

Et godt tilgjengelig friluftsområde skal være lett å finne. Skilt er viktig. Kanskje kommer flere seg ut på tur om det også ligger informasjon på kommunens hjemmeside?

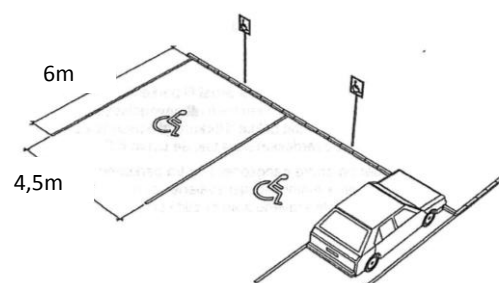
Vegmyndighetene er rette instans for skilt langs offentlig veg, men inne på området kan man lage egne skilt som forteller om fasilitetene.

Tips: Lettfattelig, lesbart, god fargebruk og tilgjengelig også for rullestolbrukere.



Kontaktinformasjon til vedlikeholdsansvarlig gjør at besøkende kan ringe og melde fra om mangler/skader.

3 Dimensjoner minst en parkeringsplass for forflytningshemmede



Illustrasjon fra Norsk Standard

Er det bilveg til området trengs det parkeringsplass. Minst en av p- plassene bør være en HC-parkeringsplass. Denne plasser bør ligge sentralt. En vanlig p-plass er 2,5 meter bred og 5 meter dyp. Fordi forflytningshemmede behøver større plass for å komme seg ut og inn av bilen må en handicaplass være minst 4,5meter bred og 6 meter dyp. Husk skilt!

4 Lag stier og veger som det er lett å rulle på

Ikke alle stier og veger i naturen kan opparbeides slik at de er tilgjengelige for alle. Men mange kan. Om ikke hele området kan bli tilgjengelig for rullende kan kanskje deler av det blir det? Faste overflater er gode både for gående og rullende. Asfalt kan være å foretrekke, men ofte passer det bedre med grus. Da er det viktig at topplaget består av tettpakka subus (fin grus med mye finstoff). Dette underlaget er lettere å komme seg fram på både med rullestoler, barnevogner og rullatorer. Subus holder gjerne lenger enn grus, og i tillegg er det rimeligere.

5 Slake og trinnfrie bakker gjør det lettere å komme seg opp og fram

Hvis det blir for bratt er det vanskelig for rullestolbrukere å komme seg fram. Kristiansand kommune har i en årrekke arbeidet med å gjøre de bynære friluftsområdene sine tilgjengelige. I samarbeid med brukerorganisasjonene har de kommet fram til at tilgjengelige stier ikke skal være brattere enn 1:12. Det betyr at du behøver 12 lengdemeter for å komme deg opp en høydemeter. Da må turvegen heller slynge seg gjennom landskapet enn å gå rett fram.



Et rekkverk/håndløper i litt bratte parti gleder mange.

6 Brede stier er bedre enn smale stier

Tenk på bredden når dere opparbeider stier, en god og tilgjengelig sti er ikke bare slak nok, den er også bred nok. Stier som er minst 1,2 meter brede gjør at også turgåere med barnevogn og rullestolbrukere kan gå sammen med andre på tur, eller at folk du møter slipper å gå i grøfta. Det kan være både trygt og trivelig å gå to i bredden. Er stien bredere enn 1,8 meter kan to rullestoler eller to barnevogner gå sammen.



Et tydelig skille mellom dekket på stien og omgivelsene rundt gjør det lettere for synshemmede å bevege seg trygt. I parti hvor det er lite fargekontrast kan det kanskje legges inn en ledelinje i form av stein, en stokk eller lignende?

7 Trinn og terskler? Nei takk!

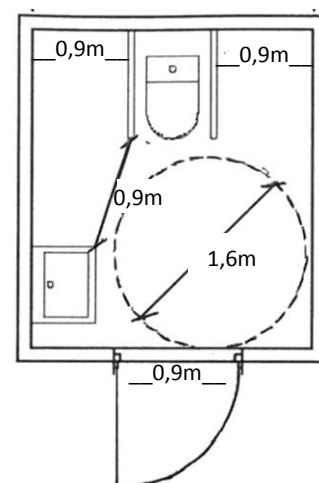
Trinn og trapper gjør det vanskelig å komme fram med rullestol, rullator og barnevogn. Unngå unødvendige trinn og terskler. En terskel på 2,5 cm kan være nok for å gjøre det uframkommelig for rullestolbrukere. Her er gjerne omtanken det viktigste redskapet!

8 Legg til rette for en pust i bakken

Flere kommer seg ut på tur om vi vet at vi kan ta en pust i bakken undervegs. Dette er spesielt viktig for turområder som brukes av eldre. Plasser gjerne benker langs turstiene.

Tilgjengelige friluftsområder skal gi "alle" muligheten til naturopplevelse og sosial kontakt. Er stien til et utsiktspunkt tilgjengelig for rullestol bør selve utsiktspunktet også være tilgjengelig. Kan du rulle deg fram til en sitteplass med bord bør også en rullestolbruker kunne sitte ved bordet.

9 Toalett og skifterom bør være brukbart for alle



Tegning basert på illustrasjon fra Norges Handikapforbund

For at et toalett/skifterom skal fungere godt også for rullestolbrukere må det være lett å rulle inn. Inngangsdøra må være minst 90 cm bred. Mellom do og dør må det være fri gulvplass til en snusirkel med diameter på minimum 1,6 m. Fordi noen rullestolbrukere er sterkere i høyre enn i venstre side, og motsatt, skal det være minimum 0,9 m fri gulvplass på begge sider av toalett. Håndstøtte på begge sider gjør det mulig å løfte seg over.

Synshemmede (og alle andre) vil ha stor nytte av at det er ulik farge på vegg og gulv. Det gjør det lettere å oppfatte rommet. Enda bedre blir det om fargen på vegg og gulv i tillegg skiller seg fra fargen på toalett og evt. vask.

10 Sørg for godt vedlikehold

Hvis et friluftsområde skal være attraktivt og brukbart også i framtida er godt vedlikehold viktig. Dette er ekstra viktig for mennesker med nedsatt syns- eller bevegelsesevne, som kan bli hemmet av selv relativt små ujevnheter i dekket.



Allerede i planleggingsfasen er det lurt å tenke gjennom vedlikeholdsbehovet, lage en vedlikeholdsplan og bli enige om hvem som har ansvaret for vedlikeholdet, både praktisk og økonomisk.