

BACHELOR OPPGAVE

Emne: BOP3100

Innlevering: 25.05.2016

Eksamensnummer: 985388



”Denne oppgaven er gjennomført som en del av utdannelsen ved Høgskolen Kristiania. Høgskolen Kristiania er ikke ansvarlig for oppgavens metoder, resultater, konklusjoner eller anbefalinger.”

Forord.

Denne oppgaven er utarbeidet våren 2016 som avsluttende prosjekt i bachelorstudiet interiør, prosjektstyring og bærekraftig design ved Høgskolen Kristiania i Oslo. Prosessen og utføringen av denne oppgaven har vært krevende, utfordrende, spennende og lærerik.

Jeg vil takke min veileder, Anne Cecilie Hoppsokk for god støtte under prosessen. Takk til virksomhetsleder, Anne Fraugerud Norman ved Gressvik Sykehjem i Fredrikstad. Takk til Stenseth Grimsrud arkitekter AS for tegninger og informasjon om bygget. Takk til Øivin Tollefsen, daglig leder ved Norsk Aero. Takk til Kari Aarøen, mor og høskolelektor ved Høgskolen i Østfold for personlig veiledning. Takk til alle respondenter under undersøkelsesprosessen. Takk til medstudenter, en spesiell takk til Murad Khan og Kine Reitan.

Sammendrag.

”La beboerne på sykehjemmene være like viktig som gjestene på restaurantene” sier Heidi Aagaard i et intervju med Fredrikstad blad i september 2015.

Omsorg- og helsetjenesten må samarbeide med kokkene. Maten må leveres fra kokkene og til sluttbruker. Det er mange gode løsninger på bedre kost- og næringsinnhold i maten de eldre får server. Jeg tror allikevel at det ikke kun er dette det står på. Vi må skaffe nok ressurser og mennesker med nok kunnskap slik at vi ikke gjør de eldre sykere enn det de faktisk er. Vi må gi de muligheten til å ta mer del i sin egen hverdag.

- 5 av 5 respondenter sikter til media og aviser når de har et negativt syn på aldershjem slik de er utformet i dag.
- 2 av 5 påpeker viktigheten av helsefagarbeidere og mener at fokuset på å få flinke folk i arbeid ligger på grunnskolen.
- 3 av 5 nevner mat som en viktig resurs. (5 av 5 sier seg enig)
- 5 av 5 synes HB15 er en god idé.
- 1 av 5 er noe skeptisk i henhold til funksjon og sykdom.

Mitt forslag er å endre kantine- og måltidsmønsteret til Gressvik sykehjem i Fredrikstad. De eldre skal selv få bestemme når de skal spise middag og de skal selv få bestemme hva de ønsker å spise.

Beboerne på sykehjemmet skal kunne velge om de vil spise middagen sin på rommet sitt, i fellesstuen eller i sykehjemmets egen restaurant der maten blir laget på stedet.

En restaurant for alle mennesker i alle aldere. Et sted man kan samles for å nyte et bedre måltid og prate. Prate om hverdagen og fortelle historier. Historier om gamledager og hvordan ting en gang så ut. Ting som har forandret seg og ting som er bevart. Målet er å bevare humøret, selvstendigheten og det sosiale felleskap.

Innholdsfortegnelse.

1.0 Innledning.....	6
2.0 Bakgrunn for valg av tema.....	7, 8
3.0 Formål med oppgaven.....	8
4.0 Problemstilling.....	9
5.0 Kort om Gressvik Sykehjem.....	9, 10
6.0 Mat.....	10
6.1 Eldrehjem i Norge og deres matvaner.....	10
6.2 Det sosiale spisemiljøet i sykehjem.....	10,11
7.0 Nytt fokus og inspirasjon.....	11
7.1 Lotte Pleiehjem.....	11, 12
7.2 Lyst på livet.....	12
8.0 Rettigheter.....	13
9.0 Forslag til en mer verdifull aldring.....	13, 14, 15
10.0 Målgruppen.....	15
11.0 Markedsføring.....	15, 16, 17, 18
12.0 Samfunnsansvar.....	18, 19
13.0 Universell utforming.....	19, 20
13.1 Hørsel.....	20
13.2 Syn.....	20, 21
13.3 Funksjonshemming.....	21
14.0 Bærekraftighet.....	22
15.0 Redegjørelse for faglige valg.....	23
15.1 Form.....	23
15.2 Farge.....	23
15.3 Material.....	23, 24
15.4 Lys.....	24
16.0 Arkitektoniske virkemidler.....	24, 25
17.0 Avgrensinger.....	25
18.0 Metode.....	25, 26

19.0 Kreative metoder.....	26
19.1 Skisserull.....	26
19.2 Tankekart.....	26
19.3 Drømmesituasjon.....	26, 27
19.4 Utprøving av soner.....	27, 28
20.0 Undersøkelsens formål.....	28
21.0 Metode for innsamling av data.....	29
22.0 Fokusgruppe.....	29, 30
23.0 Undersøkelsens svakheter.....	30
24.0 Litteraturliste/Kildehenvisning.....	31, 32, 33, 34, 35

Vedlegg:

Vedlegg 1 - Rapport

1.0 Innledning.

Gressvik sykehjem holder sted på motsatt side av Fredrikstad sentrum, i forhold til elven. Bygget ligger på en bakketopp med utsikt over deler av sentrum, men i hovedsak Fjeldberg båthavn. Bygget ble reist i 2008 og er i forholdsvis god stand. Det er tre avdelinger for beboerne på sykehjemmet, disse finner vi i andre, tredje og fjerde etasje. I min bacheloroppgave vil fokuset ligge på fellesarealene i første etasje, de øvrige areal og etasjer forblir slik de er i dag.

Mange er misfornøyd med hvordan mor eller far har det når de flytter inn på syke- eller eldreheim. Det står stadig i avisen og andre medier at kosten, omsorgen og mulighet for et sosialt fellesskap er for dårlig.

I denne bachelor oppgaven vil jeg legge frem et forslag for å bedre dette. Jeg ønsker å vise hvordan vi kan gjøre den siste tiden i livet mer verdig, samtidig som håpet er å minske unødvendig bruk av ressurser.

Det skal nevnes at Gressvik sykehjem ikke har fått inn klager om kost og- eller omsorgssvikt. I denne bacheloroppgaven blir det kun benyttet for å lage et generelt forslag for bedring.

2.0 Bakgrunn for valg av tema.

”Mangelfull pleie og omsorg, overgrep og forsømmelser er en del av hverdagen i norske sykehjem” (Malmedals, Wenche 2013, 7).

”Mellom 20 og 60 % av brukere i eldreomsorgen er underernærte, eller i risikozonen for å bli det” (Helsedirektoratet, 2015).

”To av tre pleiere og ledere forteller at de eldre på sykehjem i Norge får uforsvarlig og uverdigg behandling på grunn av for lite ressurser.” (Falch-Olsen, Ida 2013)

”Jeg går hjem med dårlig samvittighet hver dag” (Gremmertsen, Marit, 2013)

”Helsepersonellet presser mat inn i beboernes munn, samtidig som de snakker i mobiltelefonen.” (Forskningsmiljøene, 2014)

”La beboerne på sykehjemmene være like viktige som gjestene på restaurantene” (Aagaard, Heidi 2016)

Mediene skriver stadig om hvordan sykehjemspasienter utsettes for unødvendige lidelser som underernæring, ignorering og overmedisinering. Det utdypes at underbemanning er en av hovedårsakene til at dette forekommer. (Sykepleien, 2014)

Hvordan kan vi som samfunn være med på å gjøre en endring for de eldre?

Det er ikke bare de som er gamle i dag det gjelder, men våre besteforeldre, våre foreldre og en dag vi som er unge nå.

I henhold til ernæring og kosthold er det små endringer og kalkuleringer som kan gjøres. Her er det snakk om å se hvert enkelt individ og hva akkurat denne personen trenger. Hvis dette blir gjort riktig vil kommunene spare masse penger og ressurser som kan benyttes til for eksempel bedre og mer næringsrik mat. Riktig kost kan nemlig forhindre en rekke sykdommer. (Aagaard, Heidi 2016)

At de eldre skal kunne bo hjemme lengst mulig, at de skal kunne klare seg selv i sitt eget hjem, at de skal kunne beholde sin sosiale krets og kanskje viktigst av alt – å beholde selvstendighetsfølelsen lengst mulig er noe jeg tenker på som et viktig tema for samfunnet og Norge generelt.

Vi burde designe og utarbeide både offentlige og private bygg slik at de er tilpasset alle og enhver, uansett psykiske og fysiske utfordringer. (Sosial- og helsedirektoratet Deltasenteret, 2015) Samtidig er det mange som kommer til et punkt hvor de er avhengig av mer hjelp og må se seg nødt til å bo på et aldershjem.

Det er da det er viktig å forsøke å bevare deres stolthet. Hvis de eldre ikke blir stimulert, ikke får tilpasset kosthold, og eventuelt får medisiner de blir sløv av, kan konsekvensen bli at de blir enda mer slitne og mer hjelpetrengende. Det vil ikke bare gå ut over deres selvfølelse, men også ut over samfunnets felles ressurser og økonomi.

Mitt engasjement rundt dette fikk meg til å velge et tema og legge frem et løsningsforslag på hvordan jeg mener dette kan gjøres bedre.

3.0 Formålet med oppgaven.

Formålet er å komme opp med et forslag som er så gjennomtenkt og planlagt at kommunene i Norge vil synes det være interessant. Å engasjere helsefagarbeidere, sykepleiere og andre ansatte ved aldershjem til å åpne øynene for kreative løsninger som vil gagne alle.

Sist, men ikke minst vil formålet være å vise til et forslag som skal gjøre hverdagen til eldre som er bosatt på eldreheim og pensjonister som bor hjemme generelt litt enklere og mer verdifull, hvor de får tilgang til god og riktig kost, sosialt fellesskap og sosial stimuli.

4.0 Problemstilling.

”Vil hverdagen til de eldre være mer verdifull om de selv får velge?”

- ”Kan vi med enkelte tiltak endre spiserutiner på eldreheim slik at dette er høydepunktet om dagen?”
- ”Vil de eldre ta mer del i sin egen hverdag om vi endrer kantinemønsteret til en restaurant med folk, musikk, atmosfære, menyer og valg?”
- ”Kan sosialisering med mennesker som er i en annen situasjon enn deg selv være med på å forebygge ensomhet?”
- ”Vil intellektuelle utfordringer øke trivsel?”

5.0 Kort presentasjon av Gressvik sykehjem.

Gressvik sykehjem ligger sentralt på Gressvik i Fredrikstad. Sykehjemmet ligger i naturskjønne omgivelser med elven som nærmeste nabo. Det er flott utsikt fra bygget og siden vendt mot elven har flere terrasser som både ansatte og beboere kan benytte seg av.

Sykehjemmet har plass til 63 langstidsbrukere, fordelt på 3 avdelinger.

Avdelingene er fordelt i hver sin etasje og er oppkalt etter stedsnavn rundt virksomheten.

I første etasje finner man blant annet resepsjon, undervisningsrom og kantine/peisestue – sistnevnte brukes ved fellesarrangementer som fødselsdager og eller andre feiringer.

Det tilbys flere servicetilbud på sykehjemmet. Beboerne har blant annet tilgang på frisør, fotpleie og prest.

Gressvik sykehjem hevder at de har en god visjon når det gjelder kosthold og

ernæring. De skriver på sin hjemmeside at de er klar over at riktig kost er viktig for opprettholdelse av god helse og trivsel. Videre nevnes det at de er bevisst på å være på tilbudssiden når det gjelder beboernes individuelle behov og ønsker når det gjelder mat og drikke. (Fredrikstad Kommune, 2013)

6.0 Mat.

6.1 Eldrehjem i Norge og deres matvaner.

I et oppdrag fra helse- og omsorgsdepartementet og helsedirektoratet har Høgskolen i Østfold med førstelektor Heidi Aagaard i spissen forsket på mat og måltid på norske sykehjem og i hjemmetjenesten.

Ca. 41.000 mennesker bor i dag på sykehjem i Norge. I undersøkelsen viste det at ved de fleste av landets sykehjem er det ikke vanlig at beboerne er med på å bestemme menyen, eller kan velge mellom ulike retter til middag.

I undersøkelsen svarte 40 % av de ansatte at det ofte var beboere med dårlig ernæringstilstand ved deres sykehjem. En person med dårlig ernæringstilstand kan utvikle flere uønskede tilstander. For eksempel kan personen lettere utvikle infeksjoner, de faller lettere og får lettere brudd og liggesår. Dette er tilstander som påfører samfunnet store kostnader. Aagaard mener dette er penger som åpenbart heller burde vært benyttet til å øke matbudsjettet og bedre forholdene knyttet til måltidene. (Aagaard, 2015)

Jeg vil referere til de punktene som er relevante i forhold til min oppgave.

6.2 Det sosiale spisemiljø i sykehjem:

- ”Kan du vanligvis velge hvem du skal sitte sammen med?”
10% av beboere i sykehjem svarer ”alltid/vanligvis”.
- ”Spiser personalet sammen med dere?”
5 % av beboere i sykehjem svarer ”alltid/vanligvis”
- ”Hygger du deg under måltidet?”

46 % av beboere i sykehjem svarer ”alltid/vanligvis”

- ”Ser du fram til måltidene med glede?”
40% av beboere i sykehjem svarer ”alltid/vanligvis”
- ”Fornøyd med maten som serveres?”
53% av beboere i sykehjem svarer ”alltid/vanligvis”
- ”Maten er appetittvekkende og delikat!”
61% av beboere i sykehjem svarer ”alltid/helt enig”
(Helsedirektoratet, 2014) (Aagaard, 2015)

Det er store forskjeller i kommunenes pengebruk.

NRK skriver i sin nettavis at det er store forskjeller i hvor mye penger kommunene bruker på mat til eldre på sykehjem. Enkelte kommuner bruker fire ganger så mye penger som andre.

Ifølge helsedirektoratet er mellom 20 og 60 prosent av brukere i eldreomsorgen underernært, eller i risikozonen for å bli det.

Forbrukerdirektør Randi Flesland minner om at god ernæring er avgjørende for å helbrede og forebygge sykdom, og for å opprettholde funksjonsevnen lengst mulig hos de eldre. (NRK, 2014)

7.0 Nytt fokus og inspirasjon.

7.1 Lotte pleiehjem.

Vi har noe å lære av danskene. Et godt eksempel er Lotte pleiehjem på Fredriksberg midt i København. Her har de som hovedfokus å gi de eldre livsglede med nærvær, omsorg, respekt og verdighet.

På Lotte pleiehjem bor det 23 personer og hele 21 ansatte jobber ved denne boligen. Thyra Frank startet å jobbe som bestyrer for 18 år siden, da hun tok over stilte hun seg selv spørsmålet: ”Ville jeg plassert mine foreldre på dette sykehjemmet?”. Svaret hun selv gav gjorde at hun begynte å tenke. Ikke ville hun ha foreldrene sine boende på

sykehjemmet, og ikke kunne hun tenke seg å bo der selv. Videre spurte hun de ansatte det samme spørsmålet. I tillegg fikk de spørsmål om de var interessert i å være med på å danne noe helt nytt. Ønsket var å lage et pleiehjem de selv ville ønske å bo i. De ansatte som ikke viste interesse i å delta i forandringsprosessen fikk klar beskjed om at det fantes 95 andre sykehjem i Danmark og at det bare var å finne seg en annen jobb.

Thyra Frank var bestemt og en etter en ble de ansatte med på å endre Lotte pleiehjem til slik de selv kunne tenke seg å ha det.

Den største forandringen som skjedde var at alle uniformene ble brent på et stort bål og privat tøy ble tatt i bruk. (OK-Huset Lotte, 2015)

7.2 Lyst på livet.

En annen gruppe som inspirer er deltakerne i Lyst på livet. Lyst på livet er et prosjekt av eldre for eldre. Her motiverer de hverandre til å endre sin helse og livssituasjon.

Vibeke Kristiansen som jobber med å informere eldre om Lyst på livet, sier i en film på kunnskap senterets hjemmesider at seniorer har som andre grupper i samfunnet behov for å ivareta livsglede og selvstendigheten. Det å være en ressurs som tar individuelle valg for seg selv er like viktig enten man er barn eller senior.

Lyst på livet er pensjonister som samarbeider ved å dele kunnskap og lære av hverandre. De deler og utvikler gode idéer om helse og livstil for å bedre livskvaliteten. I et intervju med noen av de eldre som deltar aktivt i lyst på livet nevner de at opplegget er inspirerende og at de faktisk har mye å lære av hverandre. Det gjentas at det er viktig og hyggelig å være sosial selv om man kanskje bare har alderen til felles.

Det dannes et felleskap blant de aktive i gruppen. Her får de utfordret seg selv og utvide sin egen horisont når det gjelder aktivitet, helse og mat.

(Kunnskap senteret, 2015)

Dette er et fantastisk opplegg som gir inngang til positive opplevelser.

Dette er noe flere burde benytte seg av, men samtidig er det ikke vanskelig å arrangere slike dager på dagsenter og eller eldrehjem andres steder i Norge.

Jeg vil ta med meg mye av kunnskapen og driven Lyst på livet har, inn i mitt prosjekt.

8.0 Rettigheter.

Menneskerettigheter er grunnleggende rettigheter alle mennesker har, uansett kjønn, religion, alder eller nasjonalitet. (FN)

Det er to av artiklene i menneskerettighetene som for de aller fleste i Norge sier seg selv. Dette er ting man kanskje ikke tenker over, fordi de aller fleste har det slik.

Artikkel 3.

Enhver har rett til liv, frihet og personlig sikkerhet.

Artikkel 25.

Enhver har rett til en levestandard som er tilstrekkelig for hans og hans families helse og velvære, og som omfatter mat, klær, bolig og helseomsorg og nødvendige sosiale ytelser, og rett til trygghet til tilfelle av arbeidsløshet, sykdom, arbeidsuførhet, enkestand, alderdom eller annen mangel på eksistensmuligheter som skyldes forhold han ikke er herre over. (FN)

”Ulovlig tvang. Mishandling. Omsorgssvikt. En ny rapport fastslår at det forekommer praksis ved sykehjem som bryter med grunnleggende menneskerettigheter.” (Ruud, Solveig, 2014)

”Frihetsberøvelse, ulovlig tvang og underernæring” (NRK, 2014)

Dette er to av mange utsagn som er skrevet i landets aviser i henhold til brudd på menneskerettigheter i eldreomsorgen.

9.0 Forslag til en mer verdifull aldring.

”La beboerne på sykehjemmene være like viktig som gjestene på restaurantene” sier Heidi Aagaard i et intervju med Fredrikstad blad i september 2015.

Omsorg- og helsetjenesten må samarbeide med kokkene. Maten må leveres fra kokkene og til sluttbruker. Det er mange gode løsninger på bedre kost- og

næringsinnhold i maten de eldre får server. Jeg tror allikevel at det ikke kun er dette det står på. Vi må skaffe nok ressurser og mennesker med nok kunnskap slik at vi ikke gjør de eldre sykere enn det de faktisk er.

Vi må gi de muligheten til å ta mer del i sin egen hverdag.

Mitt forslag er å endre kantine- og måltidsmønsteret til Gressvik sykehjem i Fredrikstad. De eldre skal selv få bestemme når de skal spise middag og de skal selv få bestemme hva de ønsker å spise.

Beboerne på sykehjemmet skal kunne velge om de vil spise middagen sin på rommet sitt, i fellesstuen eller i sykehjemmets egen restaurant der maten blir laget på stedet.

Restauranten skal være et sted hvor alle kan gå. Pårørende og ikke-pårørende. Det skal være en vanlig restaurant, men med et unikt design som er tilpasset alle, i alle aldre. Restauranten skal være et sted man ønsker å ta med seg familien sin, uavhengig om man kjenner noen av beboerne.

Det skal være et sted hvor ingen av de ansatte ved sykehjemmet går i uniform. Her skal alle være likeverdige. Målet er at beboerne skal føle at de kommer seg litt ut, litt bort fra de institusjonspregede rommene. Her kan de sette seg ned for å lese en bok å drikke et glass vin, observere mennesker eller slå av en prat med folk som er eller ikke er i samme situasjon som dem selv.

Samtidig håper jeg at restauranten kan være et samlingspunkt for folk som bor hjemme og kanskje ikke har mulighet til å komme seg så mye ut, eller folk som kanskje ikke lengre har en så stor sosial krets som før. Som for eksempel pensjonister.

Jeg ønsker å designe en restaurant som er moderne, men også hjemmekoselig. Som gjest skal man føle seg velkommen. Det vil være innsyn til kjøkken, for å skape en følelse av at man får være med på matlagingen. For de eldre håper jeg det kanskje kan vekke frem barndomsminner. Planløsningen vil også ha fokus på den fantastiske utsikten og dagslyset som slippes inn gjennom de store vinduene.

Gjennom interiøret vil jeg gi stedet en identitet, med noe elementer fra fortiden, som for eksempel fra Fredrikstads tømmer-industri, men koblet sammen med det moderne. Jeg vil vekke til liv minnene og historiene fra gamledager, samtidig som dette skal være et sted man kan danne nye minner og ikke minst nye opplevelser.

Maten skal være av ypperste klasse, ferske råvarer og det skal være laget av kokker som vet hva ernæring og kost har å si for eldre. Samtidig skal maten være så god at pårørende oftere kommer på besøk og at andre velger dette fremfor andre restauranttilbud i Fredrikstad. Det vil stimulere til sosialt samvær over generasjonsgrensene, og ha betydning for trivsel, matlyst og forhåpentligvis livslyst.

Habekkveien 15, som en gang kun var Gressvik sykehjem skal nå bli til BH15, en ny, populær restaurant hvor folk ønsker å være.

10.0 Målgruppen.

Målgruppen for restauranten er i hovedsak eldre på eldreheim og pensjonister som bor hjemme. Men ønsket er at barnefamilier, studenter og voksne også skal benytte seg av tilbudet. Målet om å sosialiseres med mennesker som ikke er i samme situasjon som en selv prøves å nås ved å skape et rom og en plass som passer til alle, i alle aldersgrupper. Ved å arrangere forskjellige musikalske og temabelagte kvelder vil restauranten passe til alle. Man vil alltid finne en kveld man tenker er interessant. Samtidig skal maten, råvarene og kvaliteten sammen med design og atmosfære sørge for at gjestene ønsker å komme tilbake. Restauranten skal være det man velger når man skal ut å spise i området.

11.0 Markedsføring.

Målet med markedsføringen er at bedriften, altså restauranten skal få gjester til å ville komme på besøk. Restauranten må iverksette en rekke tiltak, for å påvirke de kommende gjestenes valg og avdekke og forstå deres behov og ønsker. I dag finnes det ingen restauranter i området. De som er bosatt på Gressvik eller i Onsøy må dra inn til sentrum for å spise på restaurant. Det skal nevnes at det finnes noe take away og kaféer. Dette kan være en fordel. Samt at restaurantens beliggenhet er i nærheten av både gangbro over til sentrumsiden og fergestedet.

"En suksessfull restaurant handler ikke bare om maten, men også om interiøret, plassering av bord og stoler, servicen, drikkekarer, klientellet og andre elementer

som utgjør en helhet og skaper opplevelser som huskes.”

Dette skriver Julie Zhuo, teamleder for brukerengasjement og opplevelser i Facebook, i boken ”Make your mark”.

Videre står det at det viktigste markedsføring kan lære av restauranter er kundepleie, for service er faktisk markedsføring. (Godt innhold, 2016)

Det vil altså si at om restauranten gir god kundeservice, er lojale mot de gjestene som allerede har vært innom og skiller seg ut i forhold til det å skape en relasjon vil gjestene antageligvis anbefale den til venner og bekjente.

Men først og fremst må man benytte metoder for å få kundene eller i dette tilfellet gjestene til å bli obs på at restauranten finnes og hvordan type mat som serveres, samt hvorfor du skal velge akkurat denne restauranten fremfor en annen.

En stor andel av målgruppen er som tidligere nevnt eldre og pensjonister, for å nå ut til disse må man gjøre mer enn å markedsføre på sosiale medier, som kanskje er den enkleste måten som vil nå ut til flest på kortest mulig tid i dag.

Det å gjøre undersøkelse i henhold til pensjonistforeninger og fysisk dra dit å presentere tilbudet vil trolig gi restauranten et godt rykte og forhåpentlig gi en god relasjon relativt fort. Ved å forklare med ord ansikt til ansikt med kunden vil det gi en trygghet og muligheten til å besvare på eventuelle spørsmål.

Samtidig er det ikke alle som benytter seg av slike tilbud, og disse stå sterkt som en del av hovedmålgruppen. Eldre mennesker som kanskje enda ikke har data-kunnskap, og om de har dette betyr det ikke nødvendigvis at de har e-mail eller er på facebook. Konklusjonen med markedsføring blant de eldre vil, sammen med å fysisk presentere tilbudet vil være å sende informasjon som brev i postkassen. Her vil også de eldre som kanskje ikke beveger seg like mye ut som andre få med seg hva som skjer i nærmiljøet. En annen viktig kilde i henhold til markedsføring er de pårørende. Det kan tenkes at pårørende som opplever at det å besøke sine gamle foreldre, eller andre slektninger, opplever det som en hyggelig og god opplevelse, vil kunne omtale restauranten på en positiv måte.

Ved et eventuelt samarbeid med Fredrikstad Kommune vil trolig reklamering via plakatoopheng i bybildet, som for eksempel på matbutikken i nærområdet, bussholdeplasser og lignende også være en effektiv kanal for å nå ut på.

Vi er også interessert i å få andre gjester på besøk, barnefamilier, studenter og voksne med interesse for god mat og utsøkt service.

For disse type målgruppene vil sosiale medier spille en stor rolle.

Ved å kjøpe annonser hos for eksempel facebook og instagram kan man selv velge ut målgruppe ved kjønn, alder og området. Bedriften velger selv hvor mye penger de ønsker å benytte, samt hvor lenge kampanjen skal foregå.

Her vil det være viktig å forklare kort og presis hva konseptet går ut på. Kanskje en fordel vil være å spille på at dette skal hjelpe de eldre med å få en bedre hverdag, samt å beskrive atmosfære og mat? (Jensen, Karin, 2013)

I og med at dette er et konsept og en idé som har et større mål enn å gjøre folk mette vil dette trolig være noe lokalavisen biter på. At driver av restaurant, og eller sykehjemmets ledelse, stiller til et intervju hvor man med egne ord og engasjement rundt konseptet får forklare tror jeg kan skape lyst til å være gjest på restauranten.

Reklameplakater og eller flyers på høyskolen vil fange oppmerksomheten til kommende omsorgsarbeidere. Mange studenter og ungdommer bor i sentrum, men også flere velger å bosette seg på Gressvik. Takket være by-fergen er det nå veldig enkelt å komme seg både til høgskolen og sentrum generelt ved å ta fergen rett over elven. Fredrikstad kommune har en oversikt over innbyggertall fra 2011, hvor det da bodde 886 personer i alderen 20-29 år. (Fredrikstad Kommune, 2011)

Kanskje man også hadde fått lov til å henge opp plakater på fergen eller fergestoppet? Det er en del regler rundt dette med å reklamere i bybildet, men ved et eventuelt samarbeid med kommunen hadde dette vært mulig.

En annen mer etablert reklameringsmåte er å benytte google Adwords, her kan man kjøpe opp rettighetene til søkeord på google i visse perioder. Ved oppstart av restauranten vil det kanskje være naturlig å kjøpe annonser hos google, slik at om folk søker ”Restaurant Fredrikstad” på google, vil HB15, altså vår restaurant være det første som kommer opp. (Google, 2016)

Et spennende prosjekt med et annerledes tema. Mange vil kanskje være nysgjerrige og ta turen for å se. Videre for å få gjestene til å ville komme tilbake må man sørge for at servicen og atmosfæren, sammen med den utsøkte maten er så bra at dette vil skje helt naturlig. Samtidig må man hele tiden tenke fremover. Hva med et samarbeid med en kjendiskokk? Eller å arrangere musikk- eller andre temabelagte kvelde? Kanskje det serveres mat fra et spesielt land eller at man på andre måter kan friste folk med å komme.

12.0 Samfunnsansvar.

Hvem er det så sitt ansvar at de eldre får en verdig avslutning på livet? Det er enkelt for oss som kun leser om de eldre i avisen å legge ansvaret over på helsetjenesten. At de som mistrives på eldreheim gjør det på grunn av omsorgssvikt eller annet av de ansatte. At de som ikke lengre kan bo hjemme skyldes dårlig oppfølging av sykehus og fastlege. Og at de som er ensomme i sitt eget hjem skyldes dårlig bemanning av hjemmehjelpetjenesten.

Noen ganger er det deilig å legge skylden over på noen andre, men hvis vi alle går i seg selv vil flere yrkesgrupper og samfunnet generelt sitte igjen med dårlig samvittighet.

Norge renoveres. Vi river ned, bygger opp, utvider og fornyer. Vi bruker massevis av kroner på store bygg og veier som skal gagne oss i årene fremover. Men er vi på vei i riktig retning? Hvem renoverer vi egentlig for?

I denne oppgaven legger jeg vekt på de små, både offentlige og private stedene hvor du og jeg ferdes. Det er snakk om kaféen rundt hjørnet, eller baren hvor jeg drikker lønningspils. Det er restauranten jeg tar med mor og far når de er på besøk. Det er snakk om her og nå, og det er fokus på hvem vi faktisk tilrettelegger for?

I utgangspunktet burde vi ikke tilrettelegge for en spesiell gruppe, men for alle.

Alt i alt handler det om riktig design. Ikke nødvendigvis design for å imponere øyet, men design for å imponere de kommende generasjonene.

Men vi må tenke lengre enn til neste år. Med ny teknologi og bedre utviklede løsninger med fokus på universell utforming har vi blitt mye bedre. Mange av oss tenker lengre. For det handler faktisk ikke bare om at helsetjenesten gjør sin jobb

riktig. Det handler om at vi må designe en verden for alle, slik at folk lengst mulig er uavhengig av helsetjenesten. Det er som Matthias Hollwich & Matthew Hoffman fra HWKN skriver: "Lets face it – we dont need special architecture for old people, we need the right architecture for all ages" (Hollwich & Matthes, 2014).

Samfunnsansvaret på bevegelighet i bybildet og på hvordan de kommende generasjonene skal kunne benytte seg av gode og funksjonelle løsninger handler altså om design, men at de eldre er friske lengre og kan bo hjemme hjelper ikke nødvendigvis på ensomheten. Mange blir sittende hjemme, alene. Uten besøk av noen. Dagtilbud finnes, mange er også gode og benyttes. Men hvorfor arrangere noe som kun de eldre kan benytte seg av? Igjen blir en gruppe mennesker satt i bås og tilrettelagt for. Jeg tror at riktig stimuli og intellektuelle utfordringer på en naturlig måte kan oppfordre og inspirere folk til å benytte seg av tilbudene. Som student ville det vært interessant å ha en samtale med en eldre person som kanskje er kritisk og som kanskje utfordrer meg til å tenke annerledes. Hvis samfunnet slutter å tilrettelegge for en spesiell gruppe, men arrangerer ting som er ment for flere tror jeg at mange vil benytte seg av det og at ensomheten kanskje, men forhåpentligvis forsvinner.

På lengre sikt vil det at flest mulig lengst mulig kan delta sammen med andre på aktiviteter, samtidig som de får tilgang til sunn og god mat, føre til bedring av folkehelse. Det vil igjen bety at færre sliter med plager, dårlig helse, og dårlig livskvalitet, og at samfunnet sparer penger på at det ikke må ytes så mye helsehjelp.

13.0 Universell utforming.

"Universell utforming vil si å planlegge omgivelser, produkter, institusjoner og tjenester slik at de kan brukes av så mange mennesker som mulig. Hensikten er å oppnå like muligheter til samfunnsdeltakelse og motvirke diskriminering på grunnlag av nedsatt funksjonsevne." (Lid, Inger Marie 2015)

"Universell utforming gjør at mennesker med nedsatt funksjonsevne er i stand til å leve et aktivt og selvstendig liv." (Blindeforbundet, 2014)

Eksempler på universell utforming kan være at det er ramper og eller heis istedenfor trapp. Trinnfri adkomst til for eksempel buss og trikk. Teksting av kinofilmer og tv-

programmer. Personlig service i butikker som et tillegg til selvbetjening. Eller det kan være riktig lys i henhold til dagslys. Universell design og utforming er mye, men det er enkle løsninger som alle bedrifter og tjenester bør benytte seg av.

I mitt prosjekt har jeg forsøkt å ta så mye hensyn til universell utforming som mulig. Nedsatt syn, nedsatt hørsel, eller generell nedsatt funksjonsevne skal ikke være et hinder for å være gjest i HB15's restaurantlokalet.

13.1 Hørsel.

Personer med nedsatt hørsel har ofte vanskelig for å oppfatte eller skille ut lyder i lokaler som har dårlig akustikk eller der det er mye støy, skriver Sigmund Asmervik i kapittelet om hørselshemmede i boken Universell utforming. Han fortsetter med å forklare at de som benytter høreapparat er spesielt følsomme for bakgrunnsstøy fra for eksempel stolskraping, lyd fra ventilasjon eller skritt. (Asmervik, Sigmund 2009, 54) Når det gjelder tiltak for hørselshemmede har jeg tenkt på løsninger for å bedre akustikken, samt at hvert bor har lyddemping i systemhimlingen. Riktig materialvalg er kanskje det viktigste når det kommer til akustikk og etterklang i et rom. Å velge mye overflater på vegger, himling og gulv er avgjørende i forhold til harde materialer som for eksempel gipsvegger og fliser. Sammen med dette er et annet viktig tiltak for å bedre atmosfæren og opplevelsen for de med nedsatt hørsel, som benytter seg av høreapparat at alt teknisk utstyr i rommet er nytt og moderne og koblet på riktig måte i henhold til reglene som følger. Feilkoblet teknisk utstyr kan gi susing og lydsignaler inn på høreapparat.

En annen ting jeg har tenkt på i forhold til sikkerhet er for eksempel og ikke kun ha lydvarsel ved en eventuelt brann, men også lyssignal.

(Hørselshemmedes landsforbund, 2014)

13.2 Syn.

I boken Universell Utforming forklarer Sigmund Asmervik at det å være synshemmet kan innebære å være blind, altså helt uten syn, eller å være svaksynt, det vil si nedsatt synsevne eller begrenset synsfelt. Flere typer skader på synet medfører at man er svært følsom for å bli blendet. (Asmervik, Sigmund 2009, 52)

For de svaksynte eller blinde har jeg valgt å både ha lys som et virkemiddel i himling, da de vil være som en ledelinje mot utgangsdør og gjennom restauranten. Sammen

med lyset vil det også finnes lederlinjer i gulv som vil føre gjestene fra hovedinngang til resepsjon, samt foran dører og ut til toalett. Ved å benytte forskjellig materialer og farger på vegg skaper det en kontrast som skal hjelpe til med å beskrive hvor man for eksempel skal sitte. Alle vindusflater har fått sorte vinduskarmer, dette er for å skape en kontrast fra dagslyset. Ellers er lokalet godt belyst med de store vindusflatene og kunstig belysning over spisebord og ellers i himlingen. For svaksynte eller blinde er det viktig med godt lys, men kanskje enda viktigere og forårsake blinding. Derfor er uteserveringen utstyrt med store parasoller og vinduene har mulighet for solskjerming. All innredning og planløsning er utarbeidet etter Sintef – Byggforsk sin artikkel om tilgjengelighet for synshemmede. (Byggforsk)

Menyen på HB15 vil også være til rette lagt etter blindforbundets anbefalinger av skrifttype, papirtype og størrelse. De anbefaler en skrifttype som er sammensatt med lik tykkelse, deres forslag er fonten Arial med størrelse 14. Her er igjen fargekontrast viktig, samt at det er et tykt papir, uten glans.

(Blindforbundet, 2015)

13.3 Funksjonshemmede.

Redusert bevegelseevne kan foruten gange, innebære balanseproblemer, eller nedsatt utholdenhet for eksempel på grunn av sykdom. (Asmervik, Sigmund 2009, 50)

For gjester som sitter i rullestol eller på andre måter har bevegelsehemninger skal HB15 være like attraktivt og like enkelt å bruke. Det er forbeholdt alle Sinteff – byggforsk sine regler i forhold til plass og snuareal for rullestolbrukere. Det er også tatt hensyn til plass ved spisebord og generelt i bygget da det ikke er terskler ved dører. Dørene er automatiske og åpner og lukker seg selv. I hele første etasje, inkludert uteservering er det ingen høydeforskjell i gulvet. Man kan fint ferdes i hele etasjen selv om man benytter rullator eller rullestol som fremkomstmiddel.

Det er også tatt hensyn i forhold til brukervennlighet og diskriminering, restaurantens bar har blant annet flere høyder, disse i henhold til krav og regler for universell utforming. Man kan fint sitte i baren i sin egen rullestol. Det samme gjelder resepsjonsdisken. Her er det designet en luke som gjør mulighetene like uavhengig om man sitter eller står. Bygget er utformet etter regler og anbefalinger fra Sintef – Byggforsk sine artikler om Dimensjonering for rullestol, menneskers rekkevidde og plassbehov og toaletter for ansatte og publikum.

14.0 Bærekraftighet.

”Bærekraftig utvikling defineres som en utvikling som tilfredsstillers dages behov uten å ødelegge fremtidige generasjoners muligheter til å tilfredsstillere sine behov” (Olerud, Kåre, 2015)

Bærekraftighet handler altså om å utvikle verden, men uten å skade den. Eksempler på god bærekraftig utvikling er mange, og hvordan man bedre kan og med små tiltak være med på å gjøre endringer, men uten å ødelegge for generasjonene som kommer etter oss. Innen interiørarkitekter og design er materialvalg veldig viktig, på lik linje som å velge produkter som ikke er masseprodusert og eller produkter som er redesignet. Gjenbruk er helt klart det mest bærekraftige, men man må også tenke på hvor materialene eller produktene kommer fra. Kortreiste produkter som kanskje kun er fraktet med bil er mer bærekraftig enn hvis man må hente de fra andre siden av jorden med fly.

Himlingen i Gressvik sykehjems nåværende første etasje er av tre. Denne ønsker jeg å ta bort, da hele taket og alt av belysning skal skiftes ut. Istedenfor å kaste den gamle himlingen, som til synelatende virker å være hel og i orden, velger jeg å benytte dette materialet som vegg og ”himling” over spisebordene i restauranten.

En annen ting man som interiør arkitekt eller designer bør tenke på, både i henhold til bærekraftighet, men også i forhold til holdbarhet og slitestyrke er møbler og produkter som varer lenge. Målet må være at de overhodet ikke trenger å byttes ut. Hvis man likevel ønsker å endre på noe, skal møblene og produktene være så holdbare at de ikke er ødelagt, men for eksempel kan males eller trekkes om. I min oppgave har jeg valgt kvalitetsmøbler som er beregnet til mye bruk og slitasje. Systemhimlingen jeg har valgt å bruke i vestibyle, resepsjon og mellomgang er som nevnt en akustikk systemhimling fra Rockfon, denne er resirkulerbar, dette betyr at den ikke trenger å kastes om den skulle bli ødelagt eller om man ønsker å bytte himling, man kan redesigne eller produsere den på nytt.

15.0 Redegjørelse for faglige valg.

15.1 Form:

BH15 er en restaurant som skal benyttes av alle. Her skal det være like enkelt å ferdes uavhengig om man for eksempel sitter i rullestol, har nedsatt syn, hørsel eller ingen av delene. Derfor er rette linjer og et symmetriske former som går igjen i restauranten. Både ganglinjer og belysning viser rette, rene linjer mot og til ”mål”. Som for eksempel at lederlinjer og belysning fører fra inngang til uteservering. Det er enkelt å forstå og orientere seg, samtidig som det er spennende og variert.

15.2 Farge:

Inspirasjonen er fra Fredrikstads tømmer- og båtindustri. Gulvet er heltre i en brun/grå tone, det samme gjelder en vegg hvor gulvet er dratt opp og tas igjen. Samtidig er den samme fargen benyttet på treverk i himling og på vegg over og bak sittegruppene langs vegg i restauranten. De resterende veggene er blå, hvite og sort. Dette er for å skape en spennende og kontrastfylt atmosfære. De grønne plantene som strekker seg opp over den blå veggen skaper harmoni sammen med treverket. Grønn signaliserer ro, likevekt og balanse og skal sørge for at vi stresser ned, dette passer godt sammen med blå skal virke avslappende. Med fargekombinasjonene skal restauranten altså være et godt sted å være. Det er moderne og stilig, samtidig som det gir et lite tilbakeblikk fra fortiden. (Gjøco, 2016)

15.3 Materialer:

Materialvalgene er tatt med hensyn til både bærekraftighet og universell utforming. Det er mye treverk – heltre eik, som er et henholdsvis mykt og holdbart materiale. Ellers blir mange av materialene som er der i dag stående igjen. Overflater på vegg blir kun malt i en ny farge og da med anbefalte malingstyper i henhold til allergi og holdbarhet. Malingen som er brukt er av typen matt, dette går igjen under den universelle utformingen i henhold til blanding for svaksynte.

Ellers er baren og kjøkkenet bygget med rustfrie og holdbare materialer som er lett og holde rene. Barens ramme er også støpt i jern og malt sort.

Flisene som er benyttet på storkjøkkenet er i R-gruppen R12. På restaurantkjøkkenet er det ofte mye vann- og oljesøl, derfor er det nødvendig med veldig sklisikre fliser.

Samtidig må man benytte en fugemasse og et ”lim” som tåler mye vannsøl, samt en

vanntett membran. Etter Sinteff- byggforsk sine retningslinjer og regler er kjøkkenets gulv og vegger utarbeidet for å være et godt sted å jobbe, enkelt og gjøre rent og sikkert. (Nesje, Arne, 2009, 50)

15.4 Lys:

Alle lamper og lys generelt i restauranten er utstyrt med LED-lamper. Dette er lyspærer med meget lang holdbarhet, samtidig avgir de lite varme. I følge kommunikasjonsrådgiver i Enova, Daniel Milford Flathagen hører LED-pærene fremtiden til. Jeg har valgt å belyse alle bord i restauranten med pendelamper som funksjon for å få et godt overblikk og som stemningsbelysning i henhold til sonefordeling av spisegrupper. Ellers i himlingen er det belysning som kan dimmes opp og ned etter for eksempel hvor mye dagslys som kommer inn. At disse lysene kan dimmes opp er praktisk når personellet skal rengjøre. Disse lysene virker også som en ledelinje for å vise for eksempel hvor utgang til uteserveringen er. Christian Norberg-Schulz skriver i sin bok "Mellom himmel og jord" at lyset er den aller viktigste stedsskapende faktoren og at lys er avgjørende for rommets atmosfære. (Nordberg-Schulz, Christian 1992, 102). Jeg har valgt forskjellige type lys på forskjellige steder i lokalet for å skape soner og romfordelinger uten å bruke fysiske vegger.

16.0 Arkitektoniske virkemidler.

De arkitektoniske endringene jeg har gjort i bygget er blant annet å flytte et HCWC og fjerne en garderobe på 6m². Dette var for å få tilstrekkelig med plass på storkjøkkenet. Jeg har også fjernet et legekantor og et lager for å kunne sette inn tilstrekkelig med toaletter i henhold til Sintef-Byggforsk sin anbefalte utstyrsmengde for antall klosett og servant for restauranter. De anbefaler to klosetter for inntil 30 kvinner, og et per 100 menn. Jeg har likevel valgt å ha to toaletter og 2 servanter til både kvinner og menn. Et HCWC med en servant, og stellerom med tilhørende servant.

Andre arkitektoniske endringer er at jeg har gjort er å sette opp vegger i gangen, slik at det er mulig å låse dører inn til arkiv, resepsjon og andre lager når kun restauranten er åpen. Dette er mulig i dag, men veggen med den låsbare døren er flyttet i sammenheng med toalettene.

Med tanke på storkjøkken har jeg tatt hensyn til nåværende vanntilførsel,

ventilasjon og rør når jeg har laget et forslag på planløsning. Alle overflater er behandlet med anbefalte gulv, vegg og himlings materialer som er tilpasset et rom med mye fukt, damp og eventuelle vannsøl. Det skal også være mulig å spyle deler av rommet i forhold til grundig rengjøring.

Himlingen er tatt vekk i de arealene jeg benytter. Det er nå satt opp en systemhimling i store deler av lokalet. Denne er fra produsent Rockfon og har en akustikk absorberende effekt. Samtidig er himlingsplatene behjelpelig med spredning av dagslys og gir en riktig refleksjon. (Rockfon 2016, 7)

17.0 Avgrensinger.

I denne bacheloroppgaven vil jeg ikke ta hensyn til eventuelle utbyggelser eller utvidelser av Gressvik Torg. Jeg ser bort i fra renovering av Onsøyheimen Sykehjem, Gressviks andre eldrester, som ligger på Ørebekk kun få minutter fra Gressvik Sykehjem, Habekkveien.

Øvrige etasjer og areal som ikke vises til i plantegninger eller 3D bilder blir ikke endret og ikke tatt hensyn til.

18.0 Metode.

En metode betyr en planmessig fremgangsmåte. Hvilken metode som er best i en gitt situasjon, avhenger både av hva som er målet, hvordan ”verden” ser ut, og hvilke ressurser en har til disposisjon. I denne sammenheng er en opptatt av metoder for å tilegnes kunnskap. Valget av metode i en konkret situasjon hviler imidlertid på noen grunnleggende antakelser, selv om en ikke alltid tenker over det. (Gripsrud, Olsson, & Silkoset. 2011)

I metodefaget skiller en mellom kvantitative- og kvalitative metoder eller data. Kvantitativ data kan uttrykkes i tall eller mengdeenheter, mens andre data betegnes som kvalitative. Det er problemstillingen som bestemmer hvilken metode som bør benyttes i et gitt tilfelle. (Gripsrud, Olsson, & Silkoset. 2011)

Kvalitativ metode eller designforskning gir en nær relasjon til respondentene. Ved å

benytte meg av denne typen metode fikk jeg en bedre forståelse av respondentenes personlige syn og meninger. Kvalitativ designforskning hjalp meg til å komme nærmere de jeg for eksempel intervjuet. Denne forskningsmetoden vektlegger forståelse av sammenhenger i en prosess hos respondenten eller informanten.

I denne oppgaven har jeg valgt å benytte meg av kvalitativ metode, ved hjelp av observasjon, fokusgrupper og intervju, for å svare på min problemstilling.

Min fullstendige rapport ligger vedlagt, som vedlegg 1.

19.0 Kreativ metoder.

19.1 Skisserull.

Skisserull er et verktøy for å samle alle tanker og ideer gjennom hele prosessen i et prosjekt. Jeg benyttet meg av skisserull til å utføre flere andre kreative metoder som for eksempel:

19.2 Tankekart.

Jeg benyttet tankekart for å komme frem til konsept og konseptnavn. Ved å skrive et hovedord, for så å trekke ut linjer å skrive ord du assosierer med eller tenker på i forhold til hovedordet. Jeg laget flere tanke kart, med forskjellige ”hovedord”, blant annet ”restaurant”, ”eldre”, ”eldrehjem”, ”mat”, ”Fredrikstad”, ”Gressvik” og lignende. Til slutt sammenlignet jeg disse, er det et eller flere ord som kommer opp på de forskjellige tankekartene samler jeg disse. Erik Lerdahl skriver om kreative metoder i sin bok ”Slagkraft”, om tankekart nevner han blant annet at det handler om assosiasjoner, informasjon og løse ideer i form av ord eller tegninger. Målet er at man skal komme på så mange assosiasjoner som mulig, siden den ene assosiasjonen ofte fører til den neste. Han mener at å bruke tankekart som metode gjør at man raskt får oversikt over et bestemt felt. (Lerdahl, Erik 2007, 124)

19.3 Drømmesituasjon.

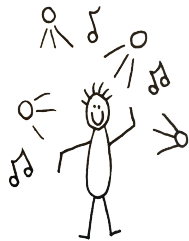
Drømmesituasjon er en enkel og morsom metode. Her satt jeg meg rett og slett ned å skrev og tegnet om min egen drømmesituasjon som eldre bosatt på et eldre hjem. Hva som ville vært det ultimate for meg, hvis alt var lov. ”Pennen skriver av seg selv”, ”klærne vasker og stryker seg selv” og ”stolen eksisterer ikke rent fysisk, men

sittefunksjonen gjør det” er eksempler Erik Lerdahl skriver om for å forklare ”drømmesituasjon”. Han beskriver metoden som en god måte å utvikle ideer på. ”Hva er den optimale løsningen dersom vi ser bort i fra hva som er mulig?” (Lerdahl, Erik 2007, 140).

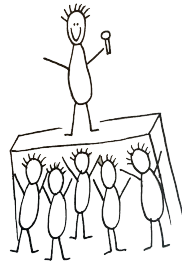
Min drømmesituasjon som eldre er å ikke kjenne til smerter. Med alderen blir man i mange tilfeller svakere og har lettere for å bli syk eller skade seg. Drømmesituasjonen er derfor å ikke føle smerte eller ubehag. En annen drømmesituasjon utenom å være i god fysisk aktivitet uansett hindring, er å kunne bo på et spahotell med nattklubb i kjelleren. For ikke å snakke om å kunne drive med akkurat hva man vil. Som 80 åring er min drømmesituasjon å slå igjennom som popstjerne.



Figur 1.



Figur 2.



Figur3.

19.4 Utprøving av soner.

I mitt prosjekt var det flere hindringer. For å gjennomføre prosjektet på en troverdig og praktisk måte var jeg nødt til å endre noen av de resterende rommene i Gressvik Sykehjems første etasje. Jeg måtte blant annet lage plass til et storkjøkken. Jeg var avhengig av at det skulle være praktisk plassert i forhold til varelevering og restauranten generelt.

Her benyttet jeg skisserullen for å skisse om gangveier – hvor ansatte, pårørende og beboere går, hvordan de rett og slett beveger seg i bygget.

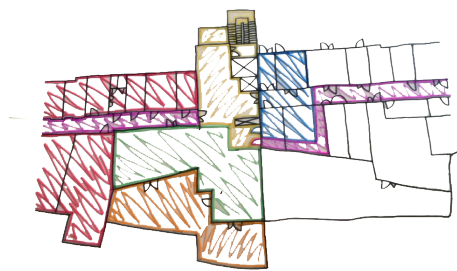


Figur 4

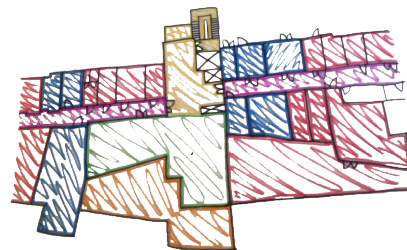
Strekene har vær sin farge og symbolisere hver sin gruppe. Pårørende er grønn, administrasjonen er blå, beboere er oransje og ansatte er rød.

Ved å prøve ut forskjellige gangsoner, i forhold til det jeg har observert og etter samtale med ansatte kunne jeg raskt se hvilke areal som benyttes mye og hvilke rom som ofte sto ubrukt. Jeg fikk også raskt forståelsen av hvor det var mye trafikk i bygget.

Jeg skissert også opp sonene for å få en bedre forståelse av hva som faktisk er nødvendig å endre på og hva jeg bør beholde som det er.



Figur 5



Figur 6

Ved å skisse opp bygget og bruke farger for å symbolisere sonene får jeg en oversikt over hva ting er og hvor de eventuelt kan flyttes. Det var med hjelp av skisser for gangsoner og generelt sonefordeling som hjalp meg til å komme frem til den beste løsningen.

20.0 Undersøkelsens formål.

Formålet med undersøkelsen eller rapporten var å innhente nok informasjon fra de valgte respondentene. Ved å observere og lytte mens respondentene diskuterte det gitte temaet kunne jeg samle opp informasjonen og gjøre meg selv tanker rundt hva deres synspunkter og meninger var. Se fullstendig rapport, vedlegg 1.

Formålet var å til slutt komme med en konklusjon på hvordan ting burde være fremfor hvordan det er i dag. Å komme frem til en løsning som faktisk vil fungere i praksis for både de som arbeider, de som er beboere og deres pårørende.

21.0 Metode for innsamling av data.

Hensikten med innsamlingen av data er at den skal gjenspeile den virkeligheten som undersøkes. Derfor må en ta stilling til hvem som skal delta i undersøkelsen, hvor stor utvalgsstørrelse som må til for å være et representativt utvalg, hvilke utvalgsstrategier en skal bruke og hvordan rekrutteringen skal foregå. (Gripsrud, Olsson og Silkoset. 2011)

Jeg har brukt fokusgrupper til innhenting av de kvalitative data til oppgaven, ettersom det er ønsket å dra nytte av gruppedynamikken blant informantene for å kunne generere så mye informasjon som mulig. Fokusgruppen ble ledet av en moderator, som i dette tilfellet var meg. Samtidig fungerte jeg som en referent og tok notater underveis. Les med om fokusgruppen og dens diskusjon i vedlegg 1.

En annen metode som ble brukt for innsamling av informasjon var observasjon. I den vedlagte rapporten har jeg skrevet litt om observasjonen, samt en subjektiv og objektiv beskrivelse av stedet og opplevelsen den gav meg.

Observasjonen kan du lese mer om i vedlegg 1.

22.0 Fokusgruppe.

Jeg samlet en gruppe på fem voksne mennesker jeg ikke hadde kjennskap til fra før, til en fokusgruppe. For å få start på diskusjonen presenterte jeg litt av oppgaven min, uten for mange detaljer i redsel for å påvirke deres meninger og svar. Jeg forklarte videre at min jobb kun er å observere og notere deres diskusjon.

Jeg stilte tre spørsmål for å peile de inn i diskusjon. Dette ønsket jeg å få andre syn på:

1. Hva tenker dere generelt om aldershjem slik de er utformet i dag?

- 5 av 5 respondenter sikter til media og aviser når de har et negativt syn på aldershjem slik de er utformet i dag.

- 2 av 5 påpeker viktigheten av helsefagarbeidere og mener at fokuset på å få flinke folk i arbeid ligger på grunnskolen.

2. Hvis dere havner på eldreheim, hva ville vært den mest optimale situasjon?

- 3 av 5 nevner mat som en viktig ressurs. (5 av 5 sier seg enig)

3. Mat er en viktig ressurs for eldre. Hva tenker dere om et tilbud om å kunne gå på restaurant så ofte man ønsker?

- 5 av 5 synes dette er en god idé.

- 1 av 5 er noe skeptisk i henhold til funksjon og sykdom.

23.0 Undersøkelsens svakheter.

Undersøkelsens resultater og konklusjon kunne vært enda sterkere hvis jeg hadde benyttet tiden bedre. Jeg kunne valgt å hatt flere fokusgrupper, med andre mennesker i andre arbeidsgrupper og aldre. Diskusjonen kunne også vært lengre for å få mer ut av respondentene. Istedenfor å skrive notater mens de diskuterte kunne jeg tatt diskusjonen opp på båndopptak for så å renskrive siden. Dette kan ha distraheret respondentene.

En annen ting jeg kanskje ville gjort annerledes er måten jeg introduserte de for oppgaven. Uten å fortelle alt forklarte jeg kort om hva formålet mitt var. Dette kan ha påvirket respondentenes meninger og svar.

24.0 Litteraturliste/Kildehenvisning.

Aagaard, Heidi. 2015. ”Få kokkene tilbake på sykehjemmene.” *Fredrikstad blad, lokalavis*. Leserdato: 21.mars.2016: www.fb.no/debatt/eldreomsorg/sykehjem/fa-kokkene-tilbakepa-sykehjemmene/o/5-59-243375

Aagaard, Heidi. 2015. ”Mat og måltid på norske sykehjem og hjemmetjeneste.” Rapport/ Høgskolen i Østfold. Leserdato: 23.mars.2016: <http://helsedirektoratet.no/documents/kurs%20og%20konferanser/Erfaringskonferanse-ertering-2015/erfaringskonferanse-2015-ertering-hogskolen-ostfold.pdf>

Ruud, Solveig. 2014. ”Grove krenkelsers av menneskerettigheter på norske sykehjem”. *Aftenposten, nettavis*. Leserdato: 04.april.26: www.aftenposten.no/nyheter/iriks/politikk/Grove-krenkelsers-av-menneskerettigheter-pa-norske-sykehjem-7829568.html

Asmervik, Sigmund 2009, s50. Universell utforming – byer, hus, parker og transport for alle. ”reduert bevegelsesevne”. Tapir Akademisk Forlag.

Asmervik, Sigmund 2009, s52. Universell utforming – byer, hus, parker og transport for alle. ”synshemmede”. Tapir Akademisk Forlag.

Asmervik, Sigmund 2009, s54. Universell utforming – byer, hus, parker og transport for alle. ”hørselshemmede”. Tapir Akademisk Forlag.

Blindeforbundet, 2015. Hva er universell utforming? Leserdato: 08.mai.16: <https://www.blindeforbundet.no/universell-utforming/hva-er-universell-utforming>

Blindeforbundet, 2015. Skrift og lesbarhet. Leserdato: 08.mai.16.

<https://blindeforbundet.no/universell-utforming/skrift-og-lesbarhet>

Falch-Olsen, Ida. 2013. ”De eldre får uforsvarlig og uverdigg behandling.”

TV2, nettavis. 20.august. Leserdato: 15.mars.2016:
www.tv2.no/a/4107116

Flathagen, Daniel 2015. 5 ting du bør vite om LED-lamper.

Leserdato: 20.05.2016.

www.dinside.no/934369/5-ting-du-bor-vite-om-led-lamper

FN. Hva er menneskerettigheter?. Leserdato: 05.april.16:

www.fn.no/tema/menneskerettigheter/hva-er-menneskerettigheter

FN. FNs verdenserklæring om menneskerettigheter. Leserdato: 05.april.16:

www.fn.no/FN-informasjon/avtaler/menneskerettigheter/FNs-verdenserklæring-om-menneskerettigheter

Forskningstiljøene, 2014. Uverdige forhold på norske sykehjem. Leserdato:

17.mars.2016:

www.forskning.no/meninger/kronikk/2015/01/uverdige-forhold-pa-norske-sykehjem

Fredrikstad Kommune, 2011. Gressvik Sykehjem. Leserdato: 28.februar.2016:

<http://www.fredrikstad.kommune.no/organisasjon/virkosmheter/alders--og-sykehjem/gressvik-sykehjem/>

Fredrikstad Kommune, 2008. Innbyggertall for Fredrikstad kommune.

Leserdato: 11.april.2016:

<https://www.fredrikstad.kommune.no/documentc/presentasjon/innbyggertall-Fredrikstad-01012011.pdf>

Gjøco. Fargenes symbolikk, 2015. Leserdato: 21.05.2016.

www.gjoco.no/nb-NO/fargenes-symbolikk.aspx

Godt innhold, 2014. Service er markedsføring. Leserdato: 28.april.2016:

www.godtinnhold.no/artikkel/service-er-markedforing

Google, 2016. Hvorfor bør jeg bruke google adwords?. Leserdato 05.mai.2016:

<https://www.google.com/adwords/>

Gremmertsen, Marit. 2013. ”De eldre får uforsvarlig og uverdigg behandling.”

TV2.no. 20.august. Leserdato 15.mars.2016:

www.tv2.no/a/4107116

Helsedirektoratet, 2015. Underernæring hos eldre. Leserdato: 09.03.16:

<https://helsedirektoratet.no/sykehjem-oghjemmetjenester/underernering-hos-eldre>

Hollwich, Matthias & Hoffman, Matthew. ”New Aging”: Designing Architecture

for all ages”. Article first published online: 14.mars.2014.

Hørselshemmedes Landsforbund, 2014. HLFs tilgjengelighetsguid –

hvordan skape et tilgjengelig samfunn for hørselshemmede.

Leserdato:19.mai.16.

<https://www.hlf.no/globalassets/bilder/dette-jobber-vi-med/hlf-tilgjengelighetsguide-2014-v1-26sa4.pdf>

Jensen, Karin, 2014. ”3 viktige ting du bør tenke på før du annonserer på

facebook”. Leserdato: 28.april.2016:

<https://www.idium.no/blogg/sosiale-medier/2014/>

[3-ting-bor-du-tenke-pa-for-du-annonserer-pa-facebook/](https://www.idium.no/blogg/sosiale-medier/2014/3-ting-bor-du-tenke-pa-for-du-annonserer-pa-facebook/)

Kunnskapssenteret, 2014. Lyst på livet. Leserdato: 20.april.2016:

www.kunnskapssenteret.no/208710/lyst-pa-livet-hvor-nye-muligheter-kan-vokse-fram

Lid, Inger Marie, 2015. Universell utforming. Leserdato: 08.mai.16.

https://snl.no/universell_utforming

Lerdahl, Erik 2007, s. 124-125. Slagkraft. ”Gjennom tankekart åpnes muligheten til å se og oppdage tilfeldige koblinger mellom ord og ting”.

Gyldendal akademiske.

Lerdahl, Erik 2007 s140. Slagkraft. ”Det kan være forløsende å tenke helt absurde ideer, dærlig hvis vi har arbeidet ”seriøst” i lengre tid”.

Gyldendal akademiske.

Malmedals, Wenche 2013 ”Inadequate Care, Abuse and Neglect in Norwegian Nursing Homes”. Doktoravhandling, NTNU – Trondheim.

Nesje, Arne 2009. Sinteff Byggforsk. Leserdato: 20.05.2016

murbetong.no/wp-content/uploads/convered/joomdocs/904-storkjk.pdf

Norberg-Schulz, Christian s102. Mellom himmel og jord. ”Interiørets karakter”.

Pax Forlag A/S, Oslo 1992

NRK, 2015. Erkjenner menneskerettighetsbrudd i norsk eldreomsorg.

Leserdato: 06.april.16:

www.nrk.no/norge/erkjenner/menneskerettighetsbrudd-i-norsk-eldreomsorg-1.12063524

NRK, 2015. Mat til eldre: store forskjeller i kommunenes pengebruk.

Leserdato: 17.mars.2015.

www.nrk.no/norge/mat-til-eldre_-store-forskjeller-i-kommunenes-pengebruk-1.12527841#kommune-

sammenslaing-plugin

OK-Huset Lotte, 2014. Livet på Lotte. Leserdato: 16.mars.2016:

www.okhjemmetlotte.dk/livet-paa-lotte

Olerud, Kåte, 2014. Bærekraftig utvikling. Leserdato: 08.mai.16:

https://snl.no/bærekraftig_utvikling

Rockfon, 2015. System T24X. Leserdato: 18.05.2016.

rwiumbracorfn.infoce.dk/media/2788112/no_system%20description_system%20t24%20x_3.2016.pdf

Sintef – Byggforsk:

220.335 Dimensjonering for rullestol

220.345 Tilgjengelighet for synshemmede.

320.100 Menneskers rekkevidde og plassbehov

379.201 Toaletter for ansatte og publikum

Sosial- og helsedirektoratet Deltasenteret, 2014. Universell utforming i offentlige anskaffelser. Leserdato: 19.05.16.

www.foa.no/rettskilderakiv/veiledere/veileder_universell_13513a.pdf

Sykepleien, 2014. Eldre blir forsømt. Leserdato: 19.05.16

<http://sykepleien.no/2014/01/eldre-blir-forsomt>

Figur 1, 2, 3, 4, 5, 6 – skisser som er tegnet selv.