



Conscious Community
TRAVEL LOG

// 300058

BACHELOROPPGAVE VÅR 2019



Ikke glem at de gamle
også en gang var unge







Man er ikke eldre enn
man føler seg







Å bli eldre er bare en
av mange reiser i livet

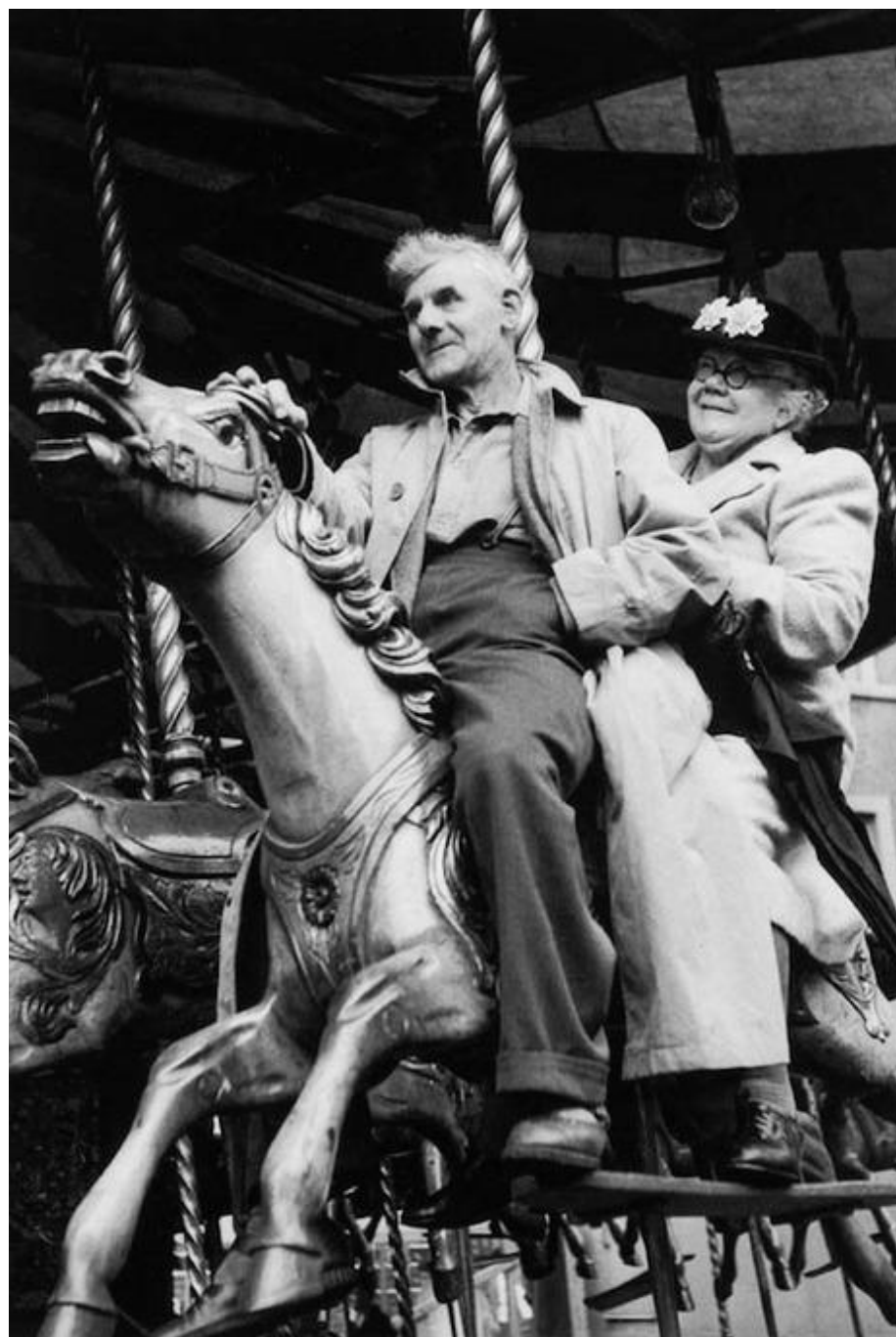






Glem din alder
Det er kun et tall



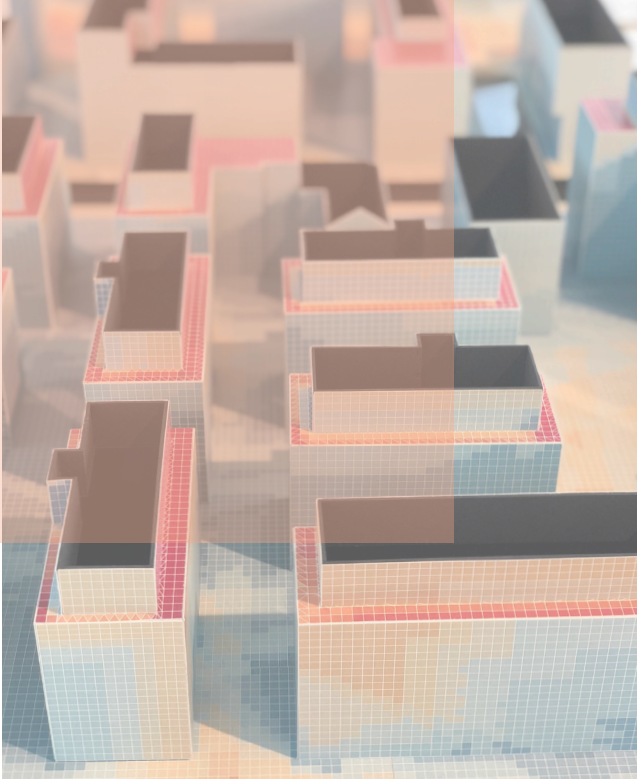




P R O S



S E S S





47% av husholdningene i Oslo består av en person. Å bo alene er kostbart både for den enkelte og for samfunnet. Én av fem føler seg ensom. Skal vi flytte sammen?

Nasjonalmuseet - Arkitektur



Befaring på byggeplass
23.02.19



Visualiseringer av
Harbitz Torg



“

Her bor de fleste en god stund. Noen flytter ut fordi det ikke passer, noen på grunn av størrelse, mens andre er med på fellesmiddagene selv om de flyttet ut for 15 år siden.

- Beboer



Felles fredagsmiddag i Friis' gate 6







Almas hus



- Senior Norge. → Kan de intervjues?
- Alle kan komme til Almas Hus.
 - Fysiske omgjørrelser ANDRE:
 - Hjelpe midler . Arri X sensorika?
 - Velferdsteknologi
- Oslo kommune har stor satsning på teknologi

Mange som trenger hjelp har sannsynligvis kognitiv svikt (Redesest, Kognitiv funksjon)

- innlæringsproblemer
- Høreløshetsproblemer
- Orienterings vansker (tid, sted, rom, retning)
- Forvirring
- Språkvansker (ekspresjon, impressjon afasi)
- Vanskelig med å forstå tolke sansesinntrykk (visuell, auditiv, taktil, agnosi)
- Uevnet evne til å utføre praktiske / verbale handlinger (apraksi)
- + aldersbetinget redesest syn, hørel, uttrykkhet osv...



Barndom leening
 skole Hørling Proving
 ungdomstid Feiling
 Utfordring Utdanning
 start Begynningsstadi

Før

Studier Utdanning Veilighet
 Familie Barn Hus
 Forelske modning Arbeid
 Kjærlighet ansvar
 Erfarings Barn
 Erfaring Væsen
 selvstendighet

under

Utfordringer Syn Liv
 Alderdom Høst
 Svake Helse Hukommelse
 Hemninger
 Venner barnebar
 Pensionist Ro
 tid tidstordning
 tidstordning situasjon
 slutt

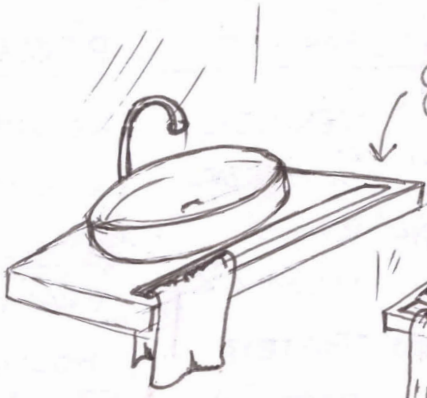
Etter



SPESIALDESIGN

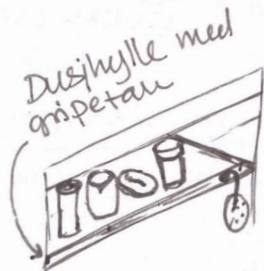
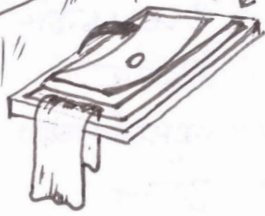


Spilene
for lykt



Integret
Gripehandtøle /
Handkleoppheng

Bolter i
Himmeling



Dusjhylle med
gripetau

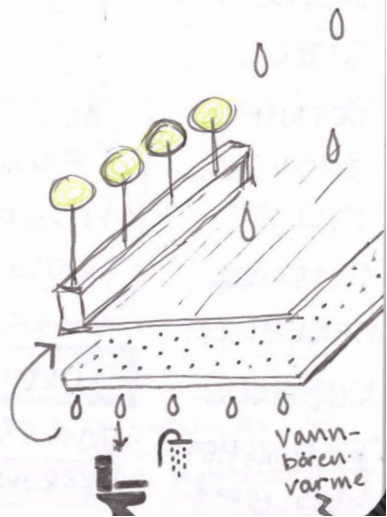
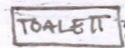
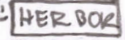
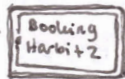


Nedtløser
Veggsenke
over sofa






Fotdrammel /
Sittetrøler

DESIGN MANUAL



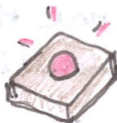
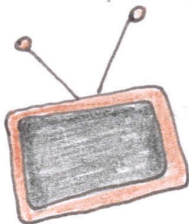
Vann-
bæren-
varme

Demensvennlige omgivelser

- Hemlig og gjennkjennelig 
- Ryddelig og oversiktlig
- Siktlinjer (viktig ved demens!) 
- Belysning (Fremst mer lys!) (LUX!)
- Farger og kontraster (også på små ting som ^{lysbrystene} skilt)
- Skilt og symboler: 

Velferdstelenografi

- Mye kan kjøpes i spesielle butikker
- Kan få noe fra kommunen / nær:
 - Hjelpemiddelsetralen.





KARTLEGGING

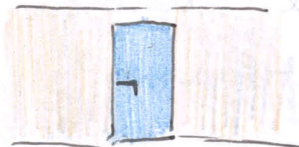
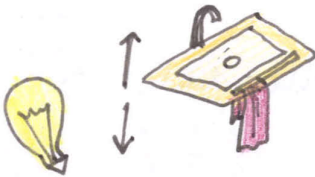
- Finn ut "hvor sløven trykker".
- Kartlegge behov
- Hva kan hjelpe?
- Hvem kan hjelpe? • Hvordan gir vi frem?
- Brukermedvridning?

SMARTE LØSNINGER

- Kontrast på dører, stikkontakter, lysbryter
- Hør/sekk servant • Håndtak
- Hør/sekk toalett vel servant og vel sider ut
- lys som viser vei

Gamle vinduer hadde gode håndtak

- i deig ut men ikke om man skal dytte eller dra...
- bør være lett merket / å forstå hvordan man skal dra/larpe



Antall personer

- Minimum 32
- Maksimum 60
- + familie / besøk

Donor

- Relig • lesing
- Mat • Sosial
- Høyeste • Feiring
- Aktivitets
- Uteområde

Enslige

Familie

Høytid

Påske / jul

Påske

Samløsthus

Kunst

Deftakasse

Sosialt

Instrumenter

Kjølukk

Prinne - Vin - smaling

Kurs

Prosjektor - Film

Alivarer

Spising
Håndarbeid
smaling
Kunst / Malning
Bibliotek
snemming
Jobb

Fellesrom

Behov

- Sittemuligheter
- Matlagning
- Fleksibilitet
- Div aktiviteter

Fellesrom studenters

- Aktiviteter
- Storslem
- Sosialt
- Matlagning
- Fest

• Stepprelisering - lydskilte vegger - tiltale

Arbeids-rom
Cowork

Antall personer

- Minimum 32
- Maksimum 60
+ familie / besøk

Toner

- Spiseområde
- Dyrking
- Planting
- Drivhus
- Relig
- Soling
- Sittemuligheter
- Vaha
- Miljø / livsbidrag

Egenl - Dyrking -
taller

Drivhus | Planter | Giranne
gromsaker | Blomsørfingre
Urter | Bed | Høyde
Spiseing
planter | Samsing

Takterasse

Behov

- Sittemulighet
- ligge / sitte -
- avslapning
- Natur
- Belysning
- sosialt
- grill
- Kompost / søppel
- Tirretelagging for dyrking
- OBs! høyder osv...

Utsikt

Switzerland

Sosialt / sol
Fest / spise / selskaper
sittemuligheter / parasoll
Kveld / dag / vind / vinter- / høyt
Belysning / vind høyde
stemning / funksjonell
Kvelds - billett / Kos
Drivhus - vinter- dyrking
Reis
grilling
vinter

- ↳ Allerede en Ba med dette navnet
- Livet i sentrum
- Sog selv i sentrum
- Bolig i sentrum

Sentrum

- opprust
- Alarming

- Mennesket i sentrum
- Tilpassning for mennesket

- Meningsfull social omgang

- Et sted beboerne kan dele kunnskap, være sosiale og støtte hverandre

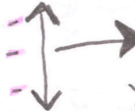
Konsept

- Kontakt med hverandre sosialt
- Integrasjon
- Kontakt med fortiden
- Kontakt med seg selv
- Kontakt med naturen

Kontakt

- Kontakt med familien
- Kontakt med venner med barnidelen
- Kontakt med omverdenen
- Kontakt med hverandre

Conscious Contact



Conscious Living

- Bevisst aldring
- Bevisst miljøvalg
- Bevisst livsstil
- Bevisst livssvop
- Bevisst livswalitet

The time is now! living

- Kontakt mellom beboerne
- Conscious Sharing
- Conscious timeline
- Conscious layers
- Independent consciousness
- Conscious

Bevisst forhold

- Conscious independence
- smart living
- Kognitiv og smart

Be bilbred for neste generasjons eldre og studenter

styre kontakten sammen

lys sørem Internet - Dekorasjon

Studieplass - Bøker - plate

Liten plass

Skrivebord - PC

smarte løsninger

Penner skrivebordslampe

Flexibilitet

Arbeidsutrustning Notater

Funksjonalitet

Badel - Vask - dusj - WC

Oppbevaring

Vaskemaskin - tørkemulighet

Hyller skuffer
Skuff

Oppbevaring PAR større

Høyttaler

Markert

Studentbolig

Møkk

TV

Sov-loft

stue

seng Oppbevaring

Sofa spise-
Plass

Ensomhet

Oppbevaring

Kledeskuff - Kjøkken

Frys

vask

Minst

X2 Kåbe

to PP

stueboom

Miljø?

Gi opp til de
andre generasjonene

Toilettasker, Service Seng-
Mat, te

Tilrettelegge for
social omgang

Oppbevaring

Fellesrom

Ski

skittentørring
Klar

Trøstestue Slep Hånd
Prosjektor Gyltefett
Sjølul Sesongklær Soppel

Spiseplass

oppvask såpe / vaskemiddel

KRYSSMETODE

ELDREOMSORG	BIOFILIA	SOSIALT	BAREKRAFT
SYKEHJEM	NATUR	VENNER	SOSIAL
ELDRE	PLANTER	SOMMER	ØKONOMISK
GAMMEL	BLOMSTER	KINO	MILJØ
HJEMME-TJENESTE	EKTE	MUSIKK	FRAMTID
TEKNOLOGI	URMENNESKE	TEATER	HOLDBAR
LEGE	BEHOV	RESTAURANT	FUNKSJONELL
SYKEPLEIER	SKOG	FAMILIE	GIFTERI
RULLATOR	HAGE	JUL	GJENBRUK
HJELP	VÆR	LIV	BYGG
RYNKER	SOL	SAMHOLD	PLAN
GRØNOMÅL	TRÆR	OPPLEVELSE	GRØNT
STELL	HORISONT	HOBBY	MILJØ-BEVISST
RETNING	GRØNT	DELING	NEDBRYT-BART
ANSVAR	LUFT	VALG	DESIGN
TILLIT	DEKORASJON	STUTTE	INNOVATIV
OMSORG	MOSE	FEST	TEKNOLOGI
MENNESKELIG	FJELL	BURSDAG	SAMARBEID
NODVENDIG	FOSS	NYTT	ANSVAR
TRYKTHET	TOPPTUR	NETTVERK	KUNNSKAP
LIVSLØP	GRASS	JOBB	
	KRAFT	MENINGSFYLT	

KOMBINASJONER

Fellesrom

- Aktivitetsrom - samarbeid mellom beboerne
- Trening
- Musikk
- Kunst
- samarbeid med andre utleiere

Meningsfylt - samarbeid

- Brakermedvirning
- Mulighet for felles sosiale aktiviteter
- cowork
- skape gode rom for aktiviteter som åpner for fellesskap

Funksjonell - Hobby

- skape tilpassede rom for å skape hobbyer og hobbyer de som skal bo der har.
- Flexibilitet for flere hobbyer.

Rullator - Topptur

- Mulighet til å bevege seg dit man vil
- Mulighet for å ta med rullatoren helt til topps
- Tilrettelegging i toppetasser

LIVSLØP - Kraft

- Kraften til å leve
- Man må få utløp for kraften - selvstendighet
- Motivasjon og livsglede

- svoglufteffekten
- skog i hjemmet
- Dyrking

Eldre - skog

- Hagearbeid
- Skape et uteområde som etterligner en skog
- Rom for fellesskap

Samhold - Bygging

- Fellesrom
- Inkluderende design
- Brakermedvirning
- Personlige prosjekter

Teologi - Luft

- Inneklima
- Forbedrede ventilasjons-systemer
- Tiltak for luft/inneluft generelt

Nytt - Miljø

- Nye impulser
- Nye mennesker
- Tilrettelegging for bekvemhet
- Fokus på miljøet generelt

Skisseprozess



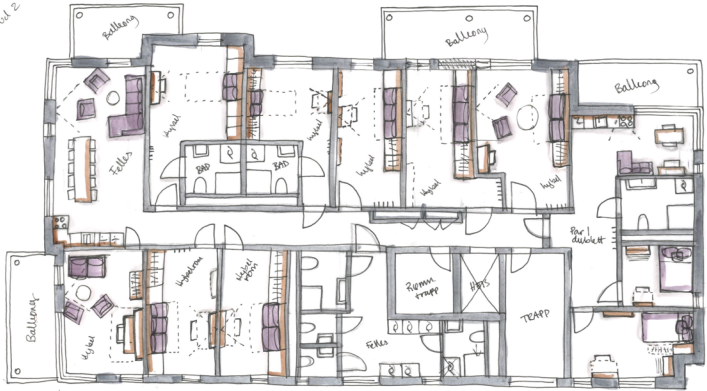
Skisser av studentetasje



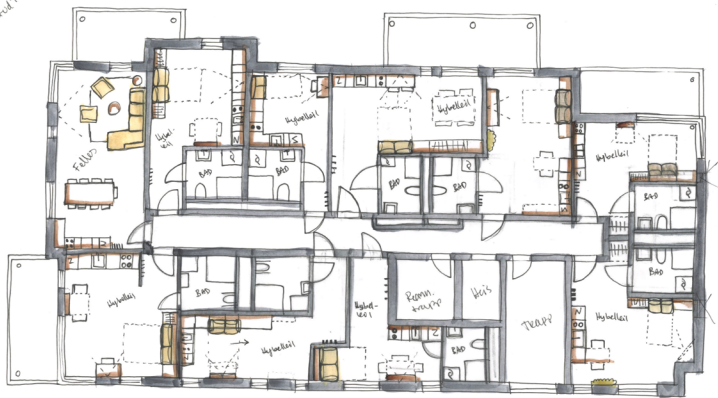
Stuhl 4



Stuhl 2

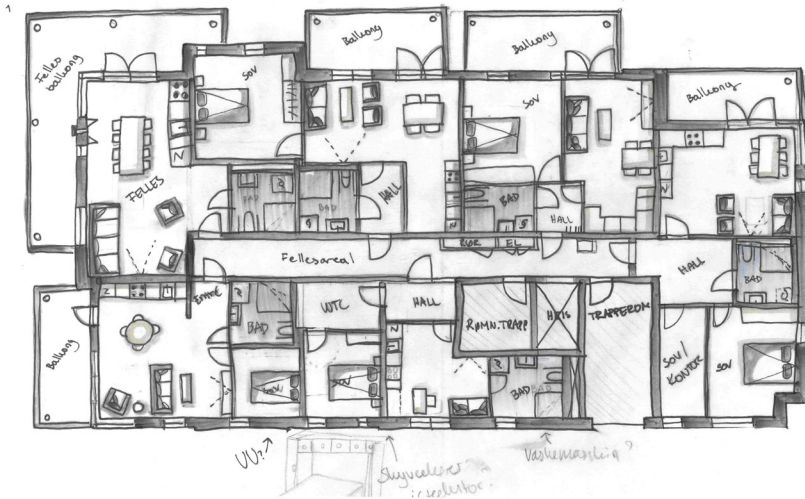


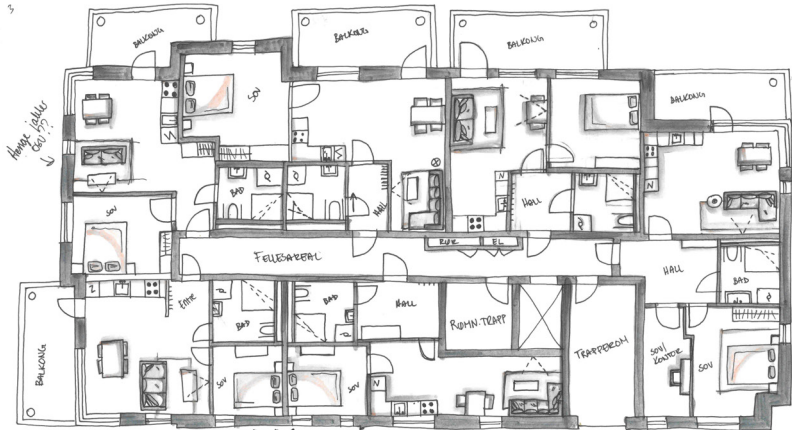
Stuhl 1



Skisser av eldreetasje

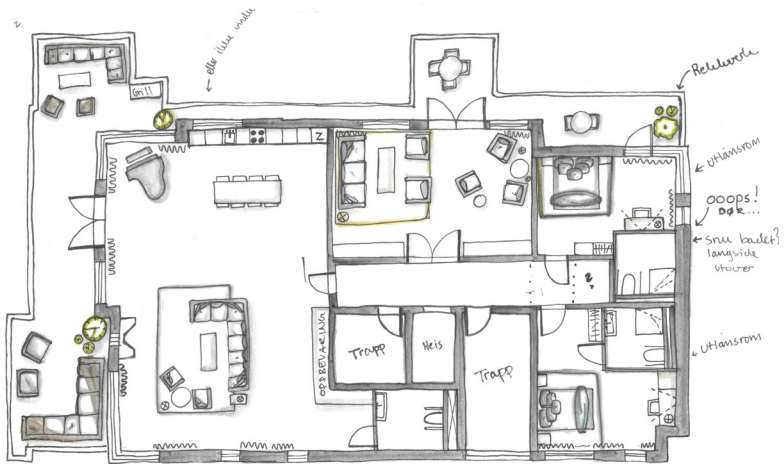
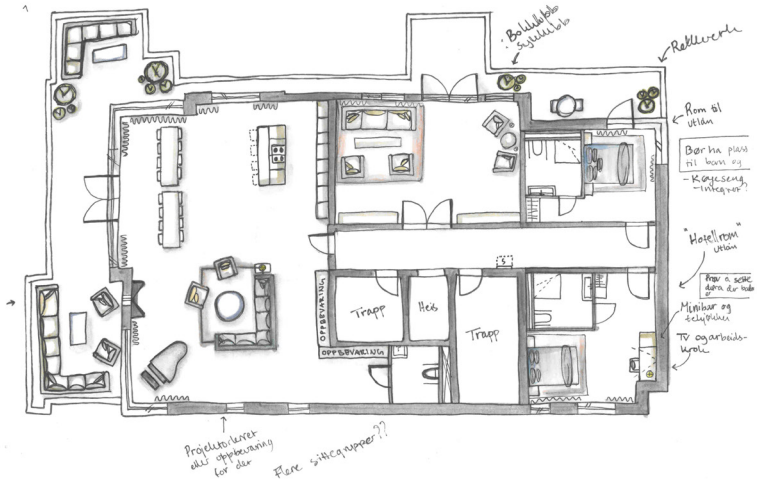
Eldreetasjen ble den med færrest skisser på grunn av begrensede muligheter tilknyttet tilgjengelig o.l





Väl utrymme i hallen som kan användas till garage i stället för sovrum?

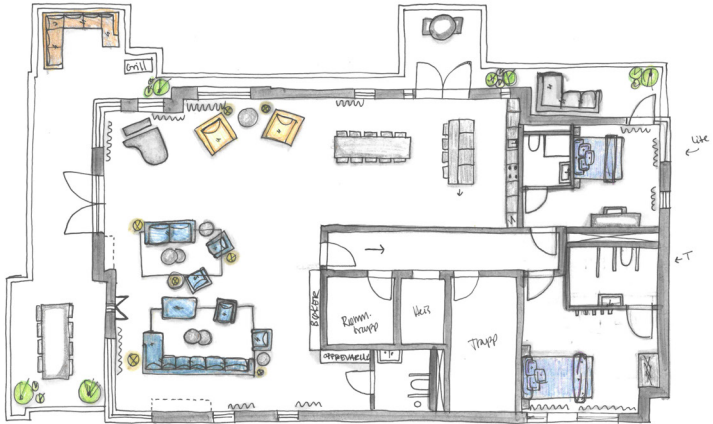
Skisser av fellesetasje



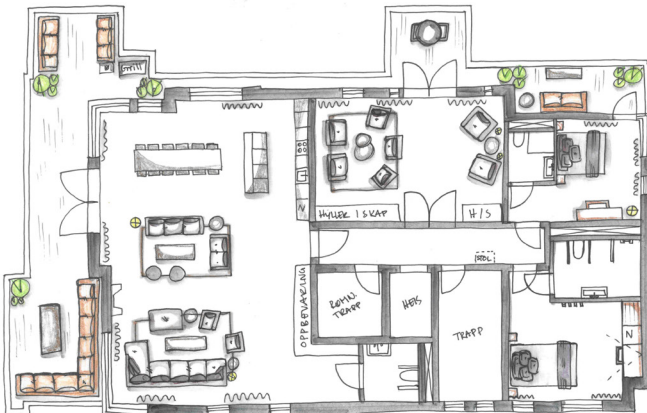
3



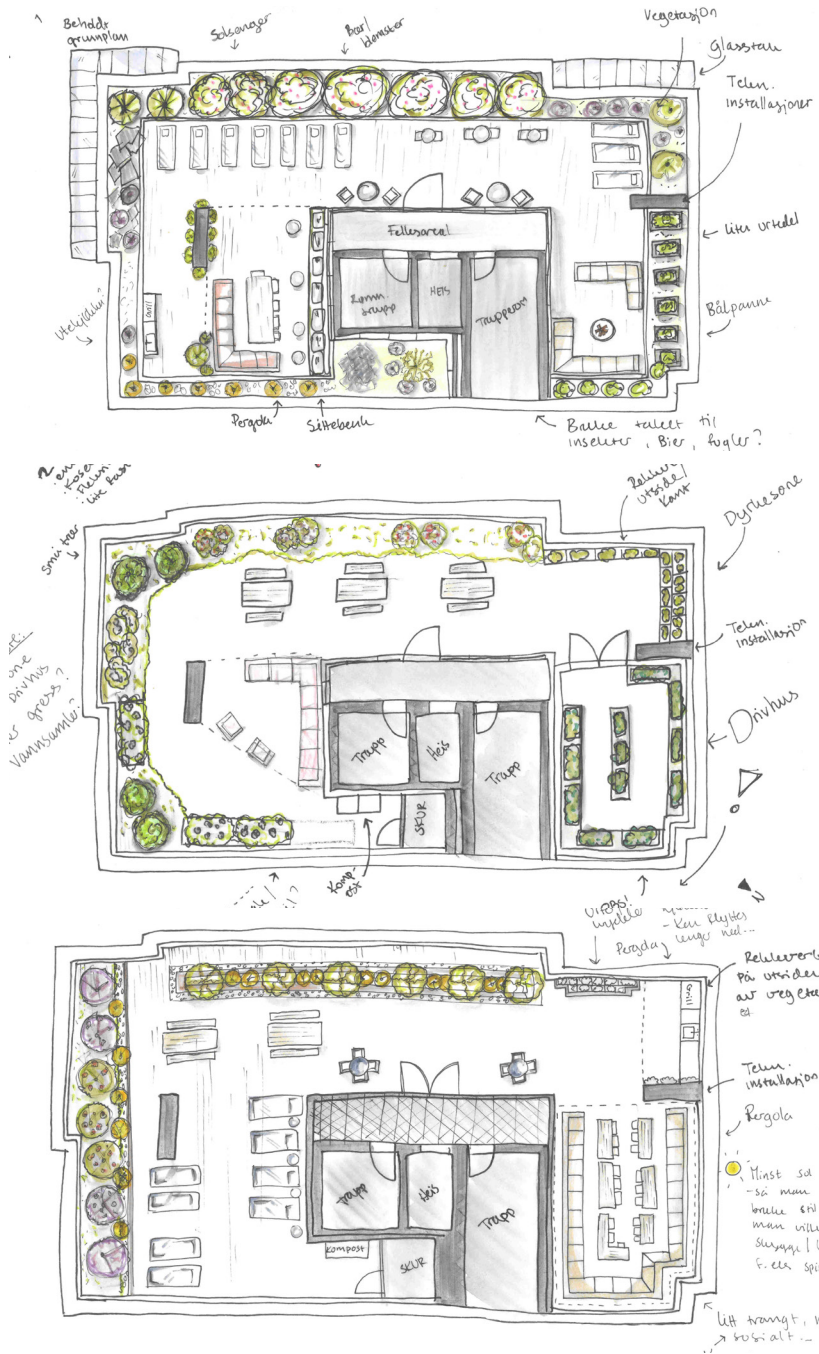
4

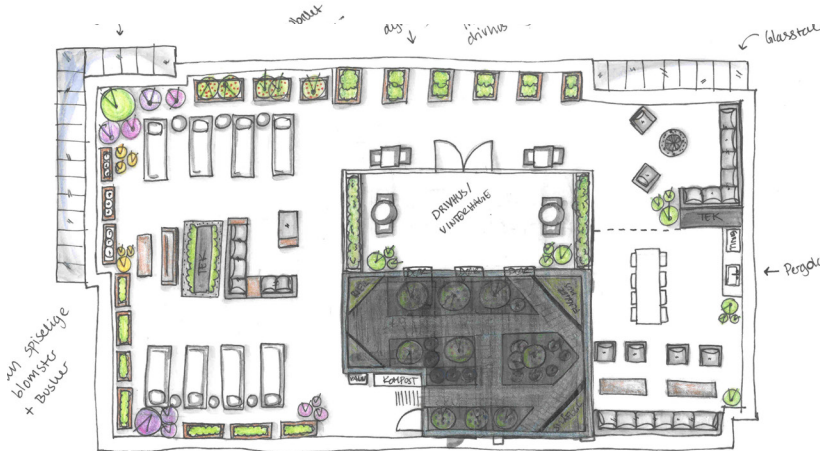
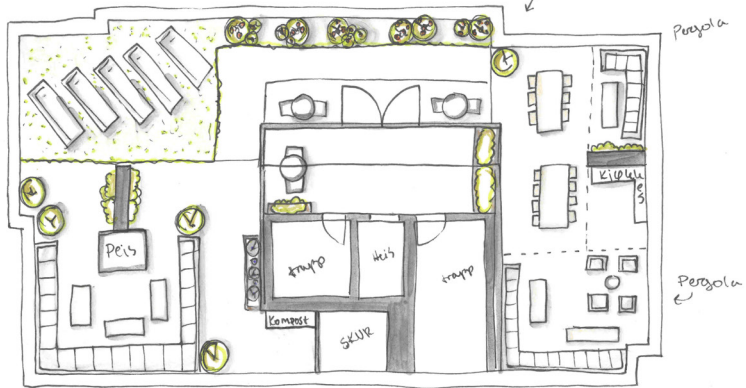
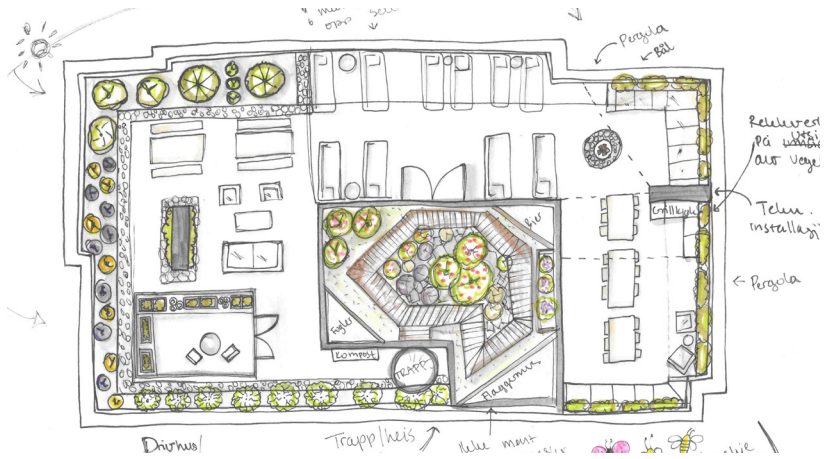


5

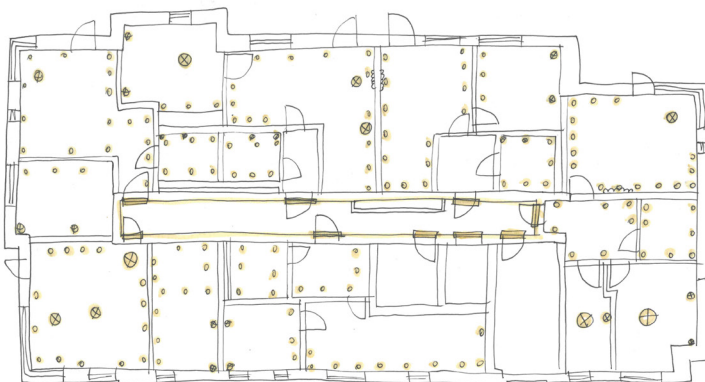
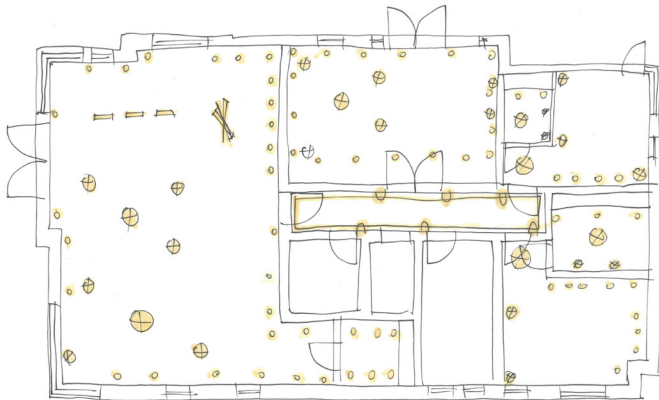
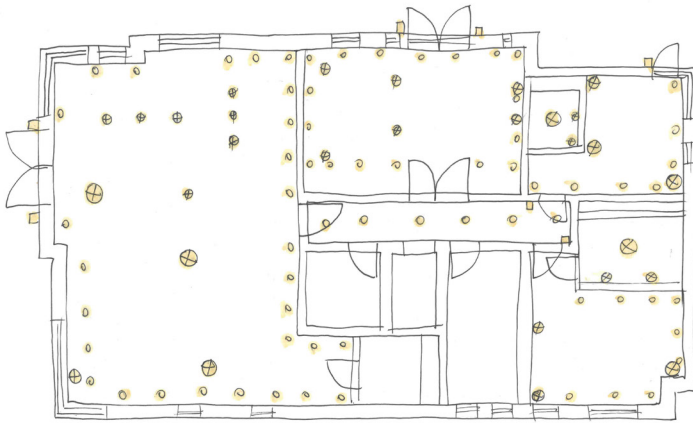


Skisser av takterrasse

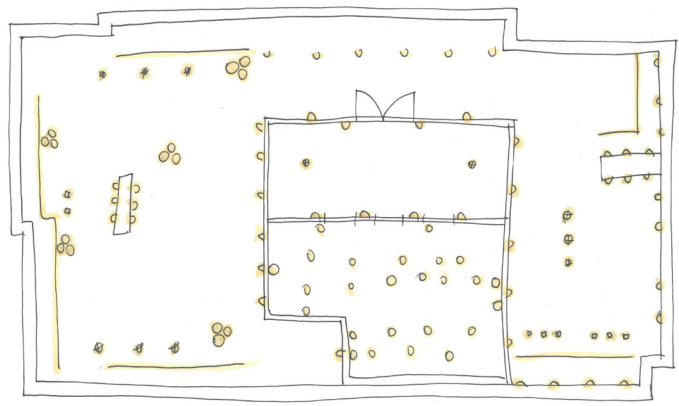
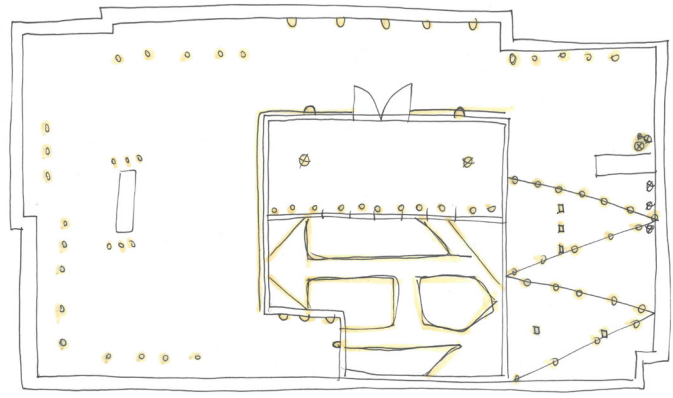
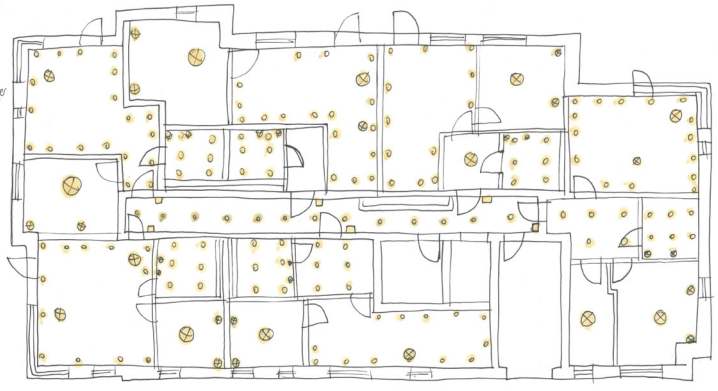


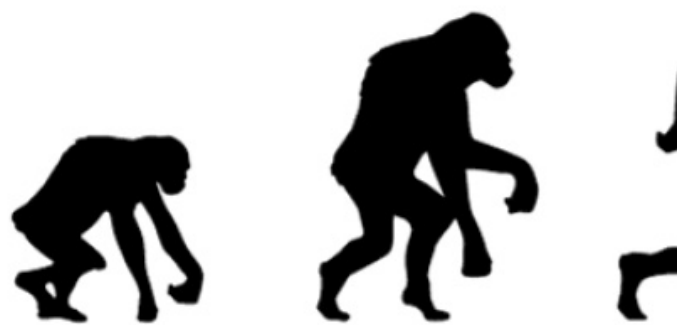


Skisser av belysning

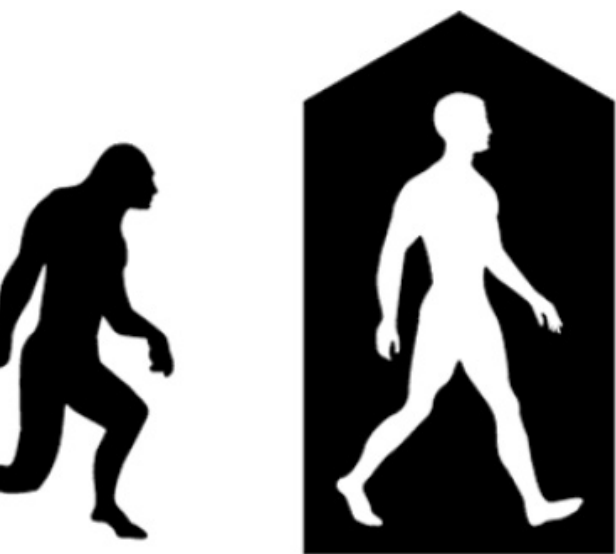


Wahl 2
+ Kiste
+ Bad
+ Leuchte





The Indoor



Generation



Velkommen til
fremtiden.

- Jørn Viumdal



Ja til grønne tak!



Oslo kommune Bymiljøetaten - miljøhovedstad 2019

“Man kan vel nesten kalle det gullalder”



Av Frederick Nathanael & Vegard Øidvin

“

... det er få som ønsker å bo der
kun eldre bor, eller i et fellesskap
med kun seniorer...

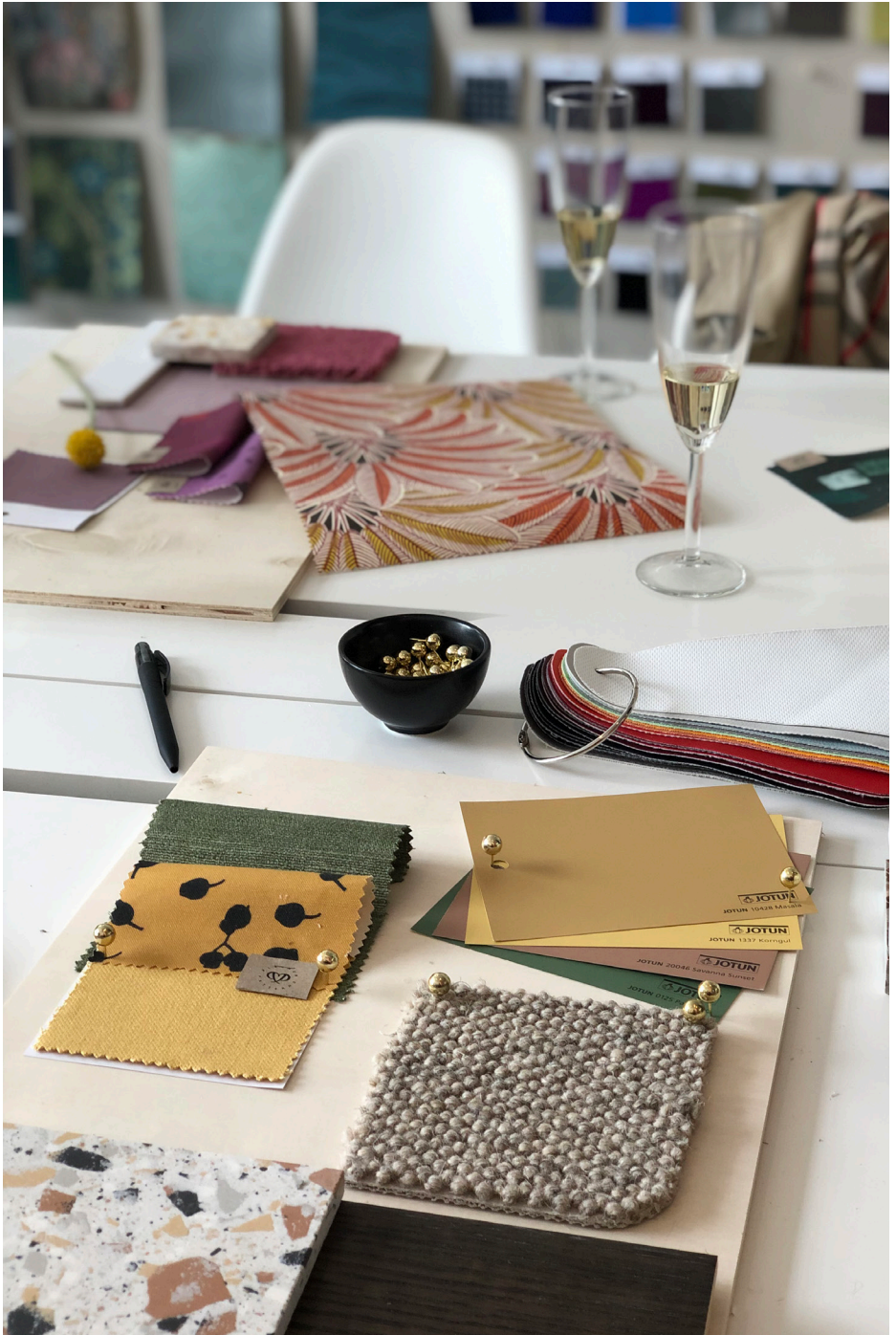
- Anne Berit Rafoss

(Spesialrådgiver i byrådsavdeling for eldre, helse og arbeid)

Reorganisering, nye ideer, nye muligheter!



Inspirerende designlunsj på Arkivet.co



“At 90, She’s Designing Tech For Aging Boomers at
IDEO”



Barbara Beskind

Befaring på Sigdal Skøyen



STRESS

STRESS

STRESS

STRESS **STRESS**

STRESS

STRESS

STRESS

STRESS

STRESS

STRESS

STRESS

STRESS
STRESS
STRESS
STRESS

A large, light orange, sans-serif word "STRESS" is centered on the page. The word is composed of three letters: "S", "T", and "R". Each letter is filled with a light orange color and has a subtle gradient. Overlaid on each letter is the word "STRESS" in a smaller, dark grey, bold, sans-serif font. The "S" has "STRESS" on its left side, the "T" has "STRESS" on its right side, and the "R" has "STRESS" on its left side.

STRESS

STRESS

STRESS

