

Hur tillgänglig är din fastighet?

Guide för tillgänglighetshöjande åtgärder i flerbostadshus

Innehåll

Inledning	3-4
Parkering och angöring.....	4
Gångvägar, snöröjning.....	5-6
Trapphusentré, vilplan.....	7
Dörröpnare.....	8-9
Tröskelramper	9-10
Ramper och vilplan till trapphusentréer.....	10-11
Uppställningsplats för rollatorer.....	12
Gemensamma uteplatser.....	13
Gemenskapslokal.....	14
Sophantering.....	15
Tvättstuga.....	16
Ljushetskontraster.....	16-17
Trapphusbelysning.....	18
Skyltning, underhåll.....	18-19

Källhänvisningar:

Handboken för TIBB 2.0 (tillgänglighet i befintligt bostadsbestånd)

Boken Bygg ikapp för ökad tillgänglighet, sjätte utgåvan 2015 (E. Svensson)

Boverkets Byggregler 2015 (BBR)

Foton i denna publikation är, då inget annat anges, tagna av Urban Utveckling

<http://www.urbanutveckling.se>

Hur dina bostäder kan bli tillgängliga för alla

Inledning

Detta dokument har tagits fram för att ge fastighetsägare/förvaltare, beställare och utförare av tillgänglighetshöjande åtgärder kunskaper om hur man med enkla åtgärder kan öka tillgängligheten i flerbostadshus.

Åtgärdsförslagen grundar sig på den inventering av flerbostadshus som Urban Utveckling genomförde 2015 på uppdrag av Skellefteå kommun. Förslagen grundar sig på de rekommendationer som ges i TIBB (tillgänglighet i befintligt bostadsbestånd), riktlinjer i Boverkets byggregler (BBR) och boken Bygg ikapp.

Här nedan beskriver vi vanligt förekommande hinder. Många av dem kan enkelt åtgärdas.

Nedsatt rörelseförmåga

Personer med gångsvårigheter har lätt att snubbla och har ofta svårt att gå långa sträckor. De har särskilt svårt att gå i trappor och på ojämnt underlag. Många använder gånghjälpmedel som käpp eller rollator.

Personer som använder rullstol är beroende av rymliga utrymmen, breda passager, jämna underlag och att trappor är kompletterade med ramper eller hiss.

Nedsatt rörelseförmåga kan också innebära nedsatt funktion i händer och armar, vilket innebär begränsad räckvidd. Många personer i denna grupp använder rullstol.

Nedsatt syn

Att ha nedsatt syn kan innebära alltifrån att vara blind, att vara svårt synskadad med endast ledsyn, till att vara synsvag, det vill säga att ha nedsatt synskärpa, ett begränsat synfält eller annan inskränkning i synförmågan. Personer som är blinda använder ofta en vit käpp, en så kallad teknikkäpp, som hjälpmedel vid förflyttningar. Käppen hjälper personen att identifiera nivåskillnader och hinder. Att kunna följa väggar, kantstenar och annan varierad struktur och hårdhet hos olika golv och markbeläggningar med hjälp av käppen underlättar orienteringen. För personer med stora inskränkningar och begränsningar i synförmågan är det viktigt med ljushetskontraster för att urskilja saker från varandra.

Åldrande

Det är vanligt att äldre människor har en eller flera funktionsnedsättningar, -gångsvårigheter, nedsatt räckvidd, dålig syn och hörsel med mera. Även om funktionsnedsättningarna var för sig kan vara relativt lindriga kan kombinationen innebära stora svårigheter.

Nedsatt kognition

Personer med till exempel demenssjukdomar, förvärvade hjärnskador och neurologiska sjukdomar kan ha svårigheter att minnas och att orientera sig i tid och rum. Man kan också ha svårighet att ta till sig information.

Parkering och angöring

För personer med nedsatt rörelseförmåga bör parkeringsplats finnas inom 25 m avstånd från bostadens entré. Angöringsplats bör finnas inom 10 m avstånd från entrén.

För god tillgänglighet bör en parkeringsplats för personer med nedsatt rörelseförmåga vara tydligt skyltad och ska kunna nås utan nivåskillnad från entréer. Ytan på parkeringsplatsen ska vara minst 5 m bred och 9 m lång, vara fast, jämn och halkfri. Lutningen får inte överstiga 2 % i längs- och sidlutning.

Vägen mellan parkeringsplatsen och entré ska vara nivåfri och tydligt markerad mot angränsande mark.

Det är viktigt att trottoarkanter längs vägen utjämnas till 0-nivå med en bredd på 0,9-1,0 m och med en lutning på maximalt 8 %.



Parkeringsplatser för rörelsehindrade bör ha en yta som är minst 5 m bred och 9 m lång så att det finns plats att fälla ut en ramp eller lift vid sidan av, eller bakom ett fordon.

Gångvägar

Asfaltering och plattläggning

För att personer med funktionsnedsättning självständigt ska kunna använda parkering, uteplats, miljörum, tvättstuga, förråd och andra funktioner i bostadsområdet är det nödvändigt att gångvägar till dessa och till trapphusentréerna är tillgängliga.

Löst grus, ojämn gatsten eller stenbeläggning samt sprucken och sliten asfalt gör gångvägar svårframkomliga för rollatoranvändare och rullstolsburna. För att uppnå god tillgänglighet är det viktigt att markbeläggningen är fast och jämn. Asfaltering, plattläggning eller hårt packat stenmjöl är beläggningar som är framkomliga för personer med rollator eller rullstol. Vid nyanläggning av en gångväg bör den gångväg vara minst 1,5 m bred. Alternativt vara 1 m bred men då ha vändzoner som är minst 1,5 m breda, med högst 10 m mellan vändzonerna.

Det är viktigt att gångvägen är tydligt markerad mot angränsande ytor, både taktilt (kännbart) och visuellt (synbart). För personer med nedsatt syn är avvikande kontraster viktigt och för personer som har grava synnedsättningar eller som är blinda är det viktigt med kännsbara avgränsningar. Det kan exempelvis göras med plattor i en avvikande färg eller med kantstenar utmed gångvägens ytterkanter.



Exempel på markbeläggning som är fast, jämn och väl markerad mot angränsande ytor, vilket underlättar framkomligheten och gör det lättare att orientera sig.

Snöröjning av gångvägar

Vintertid är det av naturliga skäl generellt svårt att tillgodose full tillgänglighet. För personer som använder rullstol eller andra gånghjälpmedel är det viktigt att gångvägar blir väl snöröjda, även fram till entrédörrar, soprum och tvättstugor. Snövallar vid korsningar och övergångsställen blir till hinder för personer som har synnedsättning, använder hjälpmedel eller som har balanssvårigheter.

Som fastighetsägare kan man prioritera extra snöröjning i områden där många hyresgäster bor som behöver särskilt god tillgänglighet. Viktigt att sanda eller salta gångstråk för att de boende ska våga gå utomhus utan att riskera att halka.

Belysning

För god tillgänglighet är det viktigt att gångvägar är jämnt belysta. I många fall kan det räcka med att komplettera mörka partier av gångvägen med ett par ljuskällor. Skymmande träd eller annan vegetation bör gallras eller klippas ned så att ljuset kan spridas jämnt. Det är en fördel om belysning läggs på ena sidan av gångvägen och träd på den andra sidan. (BBR 3:1 224)



Belysningen längs denna gång- och cykelväg på bilden är inte tillräcklig. Den är ojämnt belyst med många mörka partier. Detta skapar också otrygghet. Foto: Mai Almén

Trapphusentréer

För god tillgänglighet är det nödvändigt att boende kan komma in i trapphuset på egen hand och därefter vidare in i lägenheten. Entrédörrar ska ha ett passagemått på minst 0,8 m, helst 0,84 m, när dörren är i 90 graders uppställt läge. Det finns flera åtgärder som ökar tillgängligheten vid trapphusentrén. (BBR 3:143)

Vilplan

Ett godkänt vilplan bör finnas vid alla dörrar som boende behöver passera genom. Även vid tvättstuga, förråd och soprum så långt det är möjligt. När åtgärder genomförs vid byggnadens entréer är det viktigt att tänka på att man inte inkräktar på vilplanet. Detta kan exempelvis hända när ramper installeras. Det är också viktigt att tänka på att när ramper eller liknande installeras måste även ett godkänt vilplan skapas i de fall detta inte finns.

Utformning av vilplan:

- 1,50 x 1,50 m (mått utökas med 0,5 m framför nedåtgående trappa)
- Får ej luta mer än maximalt 2 %
- Fast och jämn yta



Exempel på entré och vilplan framför trappa.

Dörröppnare

En dörröppnare underlättar för alla personer som använder ett gånghjälpmedel, har med sig en barnvagn, har händerna upptagna på annat sätt eller endast upplever att en dörr är tung att öppna. Generellt gäller att dörrar som har dörrstängare bedöms vara tunga att öppna och bör därför kompletteras med dörröppnare.

Eftersom det är en åtgärd som många boende kan dra nytta av bör den prioriteras högt vid entréer med hiss och vid entréer som leder till nivåfria lägenheter. (BBR 3:143)

Manöverknappen till en dörröppnare bör placeras väl synlig och helst på 1 m avstånd från dörrkanten då dörren står öppen. Detta för att personen som använder den inte ska riskera att kollidera med dörren när den öppnas. (BBR 3:143)



Exempel på trapphusentré som har gjorts tillgänglig med hjälp av en dörröppnare.

Placering av manöverdon

- Manöverdonet ska vara väl synligt.
- Minst 0,7 m och helst 1 m från dörrbladet i dess minst gynnsamma läge.
- På 0,8 m höjd över golv eller mark från manöverdonets mitt. (Elektroniska kodlås och porttelefoner som är kopplade till dörröppnare kan placeras på 0,8-1,1 m höjd).

- Markytan nedanför ett monterat manöverdon bör vara jämn och fri från hinder. Det får inte heller finnas hinder mellan platsen för manöverdonet och entrédörren. Samma regler gäller här som för utformningen av vilplan.

Om dörröppnare installeras vid passager till hissar, loftgångar eller andra dörrar (vilket rekommenderas) gäller samma utformningsregler som vid entrédörrar. På följande bilder finns exempel på hur dörröppnare har placerats och förslag på hur manöverdonet kan placeras på olika sätt för att förbättra tillgängligheten.



Dörröppnaren har monterats tillräckligt långt från dörren och på rätt höjd. Däremot utgör elementet ett hinder för att kunna komma nära intill öppnaren.

Tröskelramper

Ett vanligt hinder för tillgängligheten vid trapphusets entrédörr är höga trösklar. För att någon med rullstol ska kunna passera bör inte tröskeln vara högre än 20 mm. Trapphusentréer kan byggas om för att reducera trösklar, men det är betydligt billigare att komplettera den befintliga tröskeln med en tröskelramp. Viktigt att tänka på att tröskelramp/fasning också ska finnas på insidan.



Exempel på tröskelramp som jämnar ut tröskeln på både in- och utsidan av entrédörren. Rampen täcker dock inte hela öppningen vilket gör att rullstolshjul kan hamna utanför rampens kant.



Tröskelramp som ligger ett par centimeter under tröskel, vilket utgör ett hinder.

Ramper och vilplan till trapphusentréer

Många trapphusentréer är otillgängliga på grund av trappor upp till entrédörren eller på grund av att vilplanet (den plana ytan utanför entrédörren) är för litet. Ett vilplan utanför entrédörren ska vara 1,5 m djupt, helst 2 m, och ha en maximal lutning på 2 %.

Den fria ytan vid dörrens handtagssida ska vara minst 0,7 m så att det finns plats att ställa ifrån sig sin rollator medan dörren öppnas. Om vilplan saknas eller är för litet kan ett nytt vilplan gjutas. Kostnaden varierar beroende på förutsättningar på platsen och hur högt vilplanet behöver vara. (BBR 3:1 222)

För att skapa tillgänglighet till trapphuset kan ramper byggas och/eller vilplanet utvidgas. Ramper till trapphusentréer bör vara minst 1,3 m breda, ha avåkningsskydd, ledstänger och ha en maximal lutning på 8 % respektive 5 %. Rampen får högst avhjälpa en total nivåskillnad på 1 m och efter 0,5 m krävs ett vilplan med 2 m djup. (BBR 3:1 422)



Exempel på ramp och vilplan till entré. Ledstången är dock för kort.

Utformning av ramper

Ramper till trapphusentréer bör vara minst 1,3 m breda, ha avåkningskydd, ledstänger och en maximal lutning på 8 % respektive 5 %. Rampen får högst avhjälpa en total nivåskillnad på 1 m, och efter 0,5 m krävs ett vilplan med ett djup på 2 m. Kom ihåg att även när det finns en ramp upp till entrén ställs det krav på att det ska finnas ett godkänt vilplan. Detta så att det finns ett utrymme där man kan stå plant med sin rollator eller rullstol utan att vara i vägen för dörren. Till vissa större ramper medföljer ett godkänt vilplan. I de fall ett vilplan inte utgör en del av rampen måste ett godkänt vilplan ordnas framför entrén.

Montering av ramp

- Ledstänger ska finnas längs med rampen. Dessa ska löpa 0,3 m förbi rampens början och slut.
- Rampen bör monteras på ett sådant sätt att det inte skapas nya nivåskillnader vid rampens början eller slut.
- Se till att det finns ett godkänt vilplan där man kan stå stilla och öppna dörren med sin rollator eller rullstol (se sid 7).
- Rampen bör alltid fästas så att den inte kan falla ned.
- Försäkra dig om att det finns manöverutrymme där rampen börjar samt att underlaget är fast och jämnt.
- Rampens bredd bör vara 1,3 m.
- Avåkningskydd ska finnas och bör vara minst 40 mm höga.

- Rampen får luta max 8 %, men helst 5 %.
- Ramper får högst avhjälpa nivåskillnader på 1 m.
- Ramper som avhjälper en nivåskillnad på 0,5 m eller mer måste ha ett 2 m långt vilplan vid varje nivåhöjning.
- God belysning bör finnas vid rampen.

Uppställningsplats för rollator

Om det finns trappsteg upp till trapphusentrén är det bra om det finns möjlighet att lämna sin rollator utanför trapphuset. En uppställningsplats kan ordnas med hjälp av cykelställ som även lämpar sig för att låsa fast en rollator. Cykelställ i form av upphöjda bågar kan även fungera som låsbara uppställningsplatser för rollatorer. Om entrén är utan nivåskillnad hela vägen fram till lägenheten förväntas boende ta med sig sin rollator hela vägen in i lägenheten. I sådana fall är en uppställningsplats inte alltid prioriterad.



Uppställningsplats för rollatorer. Det är en fördel om dessa går att låsa fast.



Cykelställ som även kan fungera som uppställningsplats för rollatorer.

Gemensamma uteplatser

Fastigheternas gemensamma gårdar och uteplatser är en källa till rekreation och ökad livskvalitet för hyresgästerna. Det är därför en fördel om alla kan nå och använda dem.

För god tillgänglighet bör inte avståndet till uteplatsen vara längre än 50 m från någon entré. Det är också viktigt att marken vid uteplatserna är framkomlig. Uteplatser är ofta belägna på ytor med grus eller gräs, vilket är trevligt men svårt att gå på för personer som använder gånghjälpmedel eller har balanssvårigheter.

För att göra uteplatsen nåbar för personer med rörelsehinder bör det finnas gångvägar med ett fast och jämnt underlag och som är tydligt markerad mot angränsande ytor. Detta kan förslagsvis åtgärdas med gångvägar av asfalt, markbeläggning av sten eller gummi, som är lättare att gå på än grus och gräs.



Exempel på tillgänglig uteplats där det finns plats för personer med rullstol. Bordet är tillräckligt högt och det finns plats mellan bordsbenen.

Gemenskapslokaler

En gemenskapslokal eller samlingslokal som exempelvis en kvartersgård, bör vara tillgänglig för alla boende. För att alla ska kunna använda lokalerna är det viktigt att gångvägar fram till lokalen är tillgängliga.



Exempel på tillgänglighet till kvartersgård. Dörröppningsautomatik saknas dock.

Toalett

Om det finns en toalett i gemenskapslokalen bör den även kunna användas av personer som använder rullstol. Det kräver att toalettutrymmet är minst 2,2 x 2,2 m och toaletten bör vara placerad i mitten av utrymmet för att det ska finnas plats att ställa rullstolen på bägge sidor om toalettstolen. (BBR 3:1 453)

I många lokaler är toalettutrymmet i gemenskapslokalen för litet och lösningen är i så fall att bygga ett större utrymme för att det ska vara tillgängligt för rullstol. Det kan vara mycket kostsamt. Ett alternativ är att underlätta användning av toalettutrymmet genom att åtgärda eventuella trösklar in till utrymmet, montera draghandtag på insidan av toalettdörr och sätta upp stödhandtag vid toalettstolen.

En enkel åtgärd är också att flytta eller byta ut handdukhållare, tvålautomat och papperskorg så att dessa blir enklare att nå och använda.

Sophantering

För att äldre ska klara sig utan hemtjänst är det viktigt att de har möjlighet att på egen hand slänga sina sopor. Ett tillgängligt miljörum bör inte ligga längre bort än 50 m från entrén och gångvägen dit behöver vara tillgänglig. Många gånger är det längre än så till miljörummet. En lösning är att se över möjligheten att flytta det eller komplettera med ytterligare ett miljörum eller med ett nytt inkast för hushållssopor. (BBR 3:422)

Miljörummet ska också kunna nås nivåfritt och genom en tillgänglig entré. Precis som vid en entrédörr bör det framför inkast och sopkärl finnas ett vilplan på 1,5 x 1,5 m för tillräckligt manöverutrymme för rullstol. Det är även en fördel om det finns en avlastningsyta bredvid inkasten på 0,7 m. Inkasten för sopor bör inte sitta högre än 0,9 m från marken.



Soprum ligger i marknivå men behöver göras mer tillgängligt med tröskelramp, ev. vilplan samt dörröppningsautomatik.



Sopkärl där inkast nås från rullstol. Dock är kanten på avsats där kärl placeras ett hinder.

Tvättstuga

Tvättstugor ska kunna användas av alla hyresgäster. För äldre med rörelsehinder innebär det att tvättstugan ska kunna nå nivåfritt genom tillgänglig entré. Det bör finnas fri golyta med vänddiametern 1,5 m. Tvätt- och torkutrusning bör kunna användas av personer i rullstol.

Tavla för bokning av tvätttider placeras inom räckhåll från rullstol och bör vara lätt att förstå och kunna användas av alla.



Tvättmaskin och torktumlare bör separeras och stå bredvid varandra, helst på stativ så de kommer upp en bit från golvet. En tvättpelare är inte användbar för personer som använder rullstol.

Ljushetskontraster

Äldre personer har ofta nedsatt syn. Det är därför viktigt att vidta åtgärder för att underlätta orientering och minska risker för olyckor. Största skillnaden i ljushet finns mellan vitt och svart. Däremellan ger gråskalan uttryck för olika ljushetsgrader (ljushetstal). Skillnaden mellan ytors ljushetstal får vara max 0,4 enligt NCS (Natural Color System). Ljushetskontrast kan mätas med ljushetsmätare. Man kan antingen mäta manuellt eller med en digital ljushetsmätare. Dessa kan beställas från Skandinaviska färginstitutet.



Ljushetsmätare

Kontrastmarkeringar i trappor

Kontrastmarkeringar används för att personer med nedsatt syn ska se var trappan börjar och slutar. En kontrastmarkering ska därför finnas på trappans översta och nedersta steg och tydligt skilja sig visuellt mot omkringliggande golv och trappsteg.

Montering av kontrastmarkeringar

Kontrastmarkeringar kan göras på olika sätt. De bör ha en konsekvent utformning, framförallt inom samma byggnad och område. Trappor utomhus markeras helst med cirklar eftersom ljusförhållanden och skuggbildningar kan bilda linjer i trappor som kan uppfattas som markering av trappsteg.

Kontrastmarkera med rand

Om kontrastmarkeringen görs med en rand bör denna vara minst 50 mm bred, men gärna 100 mm.

Kontrastmarkera med cirklar

Om kontrastmarkeringen görs med cirklar ska dessa ha en diameter på minst 50 mm och vara placerade med ett avstånd från varandra på högst 30 mm. De bör inte placeras längre än 20 mm in från trappstegets framkant.



Exempel på kontrastmarkering av trappa. Även ledstång och pelare har kontrastmarkerats.

Trapphusbelysning

Bra belysning i trapphuset är mycket betydelsefullt för personer med nedsatt syn eller nedsatt hörsel. Ett vanligt problem är att det finns armaturer bara på våningsplanen och inga i trapporna. Det medför att trapporna ofta är mörka och att trappstegen skuggas när man går i trappan.

Rörelsestyrd belysning i trapphusen rekommenderas eftersom man då slipper leta efter och hantera en strömbrytare. Det är också energieffektivt och bidrar till ökad trygghet.

Montering av belysning

- Mark- och gångytor bör vara jämnt belysta utan skarpa skuggor och punktbelysning.
- Lampor bör finnas särskilt i trappans början och slut, men också i själva trapploppet.
- Belysningen bör placeras så att framkanten på planstegen blir väl belysta.
- Belysningen bör monteras så att den inte bländar.
- Vid montering av rörelsestyrd belysning är det viktigt att sensorerna placeras så att det inte finns "blinda fläckar".
- Den sammanlagda ljusstyrkan i alla allmänna utrymmen och trapphus bör inte understiga 300 lux.
- I yttre omgivning bör ljusstyrkan inte understiga 100 lux.

Skyltning

Orienterande skyltar i byggnader och på tomter ska vara tillgängliga och användbara. Det gäller fasadskyltar med bostadsnummer, skyltar som informerar hyresgäster, namntavlor i trapphus, skyltar till miljörum, tvättstuga eller andra bostadskomplement samt bokningssystem i tvättstuga.



Exempel på tydlig skyltning med kontrast, symbol och punktskrift.

Så här ska skyltar vara utformade:

- Vara lättbegripliga och lättlästa
- ha ljushetskontrast
- vara placerade på lämplig höjd
- ha textstorlek som är anpassade efter läsavstånd
- kompletteras med upphöjd relief eller i vissa fall punktskrift
- ha en yta som inte ger upphov till reflexer

Underhåll

Det är viktigt att tänka på att hålla gångvägar, ledstråk trapphus entréer med mera fria från hinder som kan försvåra framkomligheten. Utstickande grenar från träd och buskar, håligheter i gångtytor, felplacerade bänkar och papperskorgar kan utgöra stora hinder för personer med nedsatt rörelse- eller orienteringsförmåga. Det finns många onödiga hinder som kan undranröjas. Det gäller bara att vara medveten om att de faktiskt utgör hinder.



*Utstickande trädgrenar som kan skada personer som har nedsatt syn eller som är blinda.
Foto: Mai Almén.*

Behöver du mer information?

Kontakta:

Christina Nyberg

Tillgänglighetsrådgivare

Skellefteå kommun

christina.nyberg@skelleftea.se

0910-73 50 00, 072-2011488

Alexandra Sundberg

Delaktighetssamordare

Skellefteå kommun

alexandra.sundberg@skelleftea.se

0910-73 50 00, 073-841 72 07

[**www.skelleftea.se**](http://www.skelleftea.se)