



Oslo kommune

Alders- og demensvennlig bibliotek på Deichman Oppsal

Pilotprosjekt 2018-2019



DEICHMAN

Senter for
fagutvikling og forskning



Utviklingssenter for sykehjem
og hjemmetjenester Oslo

Innhold

1.	INNLEDNING	4
2.	BAKGRUNN	5
3.	OPPDRA	6
	3.1 Mandat	6
	3.2 Økonomi	6
	3.3 Organisering	6
4.	STATUS VED OPPSTART	8
	4.1 Valg av filial	8
	4.2 Medvirkning	8
	4.3 Status fysisk utforming av lokalet	9
	4.4 Status aktiviteter for eldre og personer med demens	11
	4.5 Tjenesteutvikling, kommunikasjon og samhandling	11
5.	NYE TILTAK	13
	5.1 Alders- og demensvennlig fysisk utforming av lokalet	13
	5.2 Aktiviteter for eldre og personer med demens	13
	5.3 Tjenesteutvikling, kommunikasjon og samhandling	14
6.	EVALUERING	15
	6.1 Evalueringsmetoder	15
	6.2 Fysisk tilrettelegging av lokalet	15
	6.3 Aktiviteter for eldre og personer med demens	16
	6.4 Tjenesteutvikling, samhandling og kommunikasjon	18
7.	ANBEFALINGER	20
	VEDLEGG	21
	1. Medieomtale og studiebesøk	
	2. Fysiske omgivelser - Status, utfordringer og tiltak	
	3. Aktiviteter - Status, utfordringer og tiltak	
	4. Invitasjon til åpent møte 28.august 2018	
	5. Program opplæringsdagen 3.september 2018	
	6. Akustikk lydmåling, befaring og kontrollmåling	
	7. Belysning rapport og kontrollmåling	
	8. Invitasjon til lansering og minikonsert 23.oktober 2018	
	9. Brosjyre med program høst 2018	

1. Innledning

Deichman, Sykehjemsetaten ved Senter for fagutvikling og forskning/Utviklingscenter for sykehjem og hjemmetjenester i Oslo og Bydel Østensjø gikk i 2018 sammen om å gjøre Deichman Oppsal til et alders- og demensvennlig bibliotek. Pilotprosjektet skulle finne ut og få erfaring med hvordan man kan legge til rette for at eldre og personer med demens i større grad ønsker å bruke bydelens bibliotek på Oppsal. Oppdraget kom fra Byrådsavdeling for eldre, helse og arbeid som del av aldersvennlig by-satsningen som byrådsavdelingen leder.

For å lykkes med prosjektet var vi avhengig av innbyggermedvirkning og samarbeid på tvers av tjenestene. Vi har samarbeidet med eldre og personer med demens. De fortalte oss hva som ikke fungerte i selve biblioteklokalet, hvilke aktiviteter de ville ha og hva som skulle til for at de følte seg velkommen. Medarbeiderne på biblioteket og i helse- og omsorgstjenestene i bydelen har også bidratt slik at biblioteket kunne bli et enda mer attraktivt sted.

Et attraktivt bibliotek er viktig. Vi vet at ensomhet og isolasjon er blant de fremste problemene som er forbundet med både alderdom og demens. Eldre og personer med demens trenger et godt kulturtilbud for å sikre sosial deltakelse og livsutfoldelse. Biblioteket spiller en viktig rolle som lokal møteplass. Etter dette prosjektet vet vi mer om hvordan eldre og personer med demens kan finne seg til rette på biblioteket, uansett alder eller eventuell demenssykdom.

Rapporten tar for seg bakgrunnen for prosjektet og beskriver oppdraget som ble gitt av Oslo kommunes byrådsavdeling for eldre, helse og arbeid. Status ved oppstart og nye tiltak beskrives, avslutningsvis evalueres resultatene og det gis anbefalinger om tiltak ved oppstart av liknende alders- og demensvennlig bibliotektilbud.

Prosjektet har gitt nyttige erfaringer. Vi håper rapporten inspirerer, og at den er konkret slik at også andre kan

bruke den for å jobbe fram et alders- og demensvennlig bibliotek i eget nærmiljø.



2. Bakgrunn

I Oslo øker byens befolkning raskt og den blir stadig mer mangfoldig. Her er det blant annet flere innbyggere som bor alene enn sammenliknet med resten av landet. Innen 2040 forventes det dobbelt så mange innbyggere over 80 år¹.

Vi kan glede oss over at vi lever lenger, men vi vil i større grad leve lenger med ulike typer sykdommer. Det forventes blant annet en økning i antallet eldre med demenssykdom. Oslo har ca. 7000 innbyggere med demens, og det forventes en dobling fram mot 2040². Dette vil ha betydning for byens helse- og omsorgstjenester, men også for andre sektorer. Løsningen på framtidens utfordringer, med nye, gode tjenester og tilbud, krever samarbeid på tvers av fagfeltene³. Samarbeidet mellom kultur- og helsesektoren vil bli enda viktigere i framtiden.

Eldre er sårbare for ensomhet og isolasjon⁴, og helsefremmende tiltak som bidrar til sosial kontakt, god fysisk og psykisk helse er viktig. I denne sammenhengen kan bibliotekene ha en sentral oppgave. Biblioteket er en møteplass⁵ som stimulerer til aktivitet, deltakelse og tilhørighet.

Eldre skal ha mulighet for å leve gode og meningsfulle liv, og byens ulike planer på eldre- og demensområdet⁶ støtter opp under denne muligheten. Handlingsplan for Aldersvennlig by og Demensplan for Oslo kommune skal blant annet bidra til at eldre og personer med demens i større grad tar del i og medvirker til samfunnsutviklingen. De to kommunale planene skal også styrke gruppenes mulighet for å ta del i byens kunst- og kulturtilbud, og bibliotekene framheves i

denne sammenhengen. Et aldersvennlig lokalsamfunn og kulturliv er i tråd med en nasjonal strategi⁷ som skal bidra til at eldre kan delta i aktiviteter selv om funksjonsevnen er nedsatt. Et demensvennlig samfunn handler om det samme; bygge ned fysiske og sosiale barrierer slik at det er mulig for personer med demens å delta og føle seg likestilt med resten av befolkningen⁸.

Pilotprosjektet alders- og demensvennlig bibliotek på Deichman Oppsal er del av utviklingen av Oslo som aldersvennlig by og på linje med nasjonale strategier. Etter det vi vet, er det første gang helse- og omsorgssektoren sammen med biblioteksektoren har prøvd ut et konsept der eldre og personer med demens har medvirket i fysisk tilrettelegging, aktiviteter og utøvelsen av tjenestene.

¹ Oslo kommune, Oslohelse - Oversikt over helsetilstanden og påvirkningsfaktorene, 2016

² Oslo kommune, Demensplan for Oslo 2014-2019 - LEV VEL - med demens i Oslo, byrådssak 143/14

³ Handlingsplan for Aldersvennlig by, byrådssak 175/17, s.11

⁴ <https://www.aldringoghelse.no/alle-artikler/ensomhet-kan-v%C3%A6re-helseskadelig/> 26.2 2019

⁵ Deichman Handlingsplan 2018

⁶ Handlingsplan for Aldersvennlig by og Demensplan for Oslo 2014-2019 - LEV VEL - med demens i Oslo

⁷ Mld.St. 15 (2017-2018) Leve hele livet En kvalitetsreform for eldre

⁸ Helse- og omsorgsdepartementet, Demensplan 2020, s. 15

3. Oppdrag

3.1 Mandat

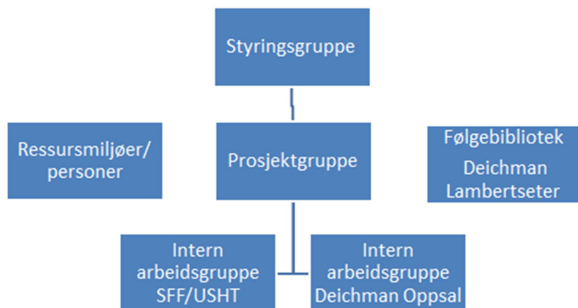
Byrådsavdelingen for eldre, helse og arbeid ga Sykehjemsetaten ved Senter for fagutvikling og forskning/Utviklingssenter for sykehjem og hjemmetjenester (SFF/USHT) i oppdrag å teste alders- og demensvennlig bibliotek i Oslo, det vil si et bibliotek som er tilrettelagt for eldre innbyggere og personer med demens, i en pilot i 2018.

I oppdragsbrevet er mandatet formulert slik: «Bibliotekene kan bidra i demensomsorgen og i demensforebyggende arbeid. Det etableres et pilotprosjekt som omfatter en bibliotekfilial. Piloten skal teste ut aldersvennlig og demensvennlig bibliotek gjennom fysisk tilrettelegging av lokalene, opplæring av metodikk til ansatte og spesielt tilrettelagt aktivitetstilbud rettet mot den aktuelle brukergruppen.

Piloten vil også undersøke om en slik tilrettelegging hindrer annen bruk av filialen, og om hvordan et alders- og demensvennlig bibliotek virker inn på bibliotekets øvrige tilbud. Etaten tilføres ressurser tilsvarende 20 % stilling for å bidra med fagkompetanse for innretting av bibliotekfilialen, samt opplæring av bibliotekansatte.»

3.2 Økonomi

Byrådsavdelingen for eldre, helse og arbeid bevilget kr. 500 000 til pilotprosjektet. Sykehjemsetaten v/SFF/USHT fikk kr 300 000, inkludert lønnsmidler til en 20 % prosjektleder-stilling. Deichman ble tildelt 200 000 til pilotprosjektet og prioriterte å bruke midlene til prosjektdeltakelse, fysisk tilrettelegging ved lokalbiblioteket og programmert innhold til målgruppen(e).



3.3 Organisering

Sykehjemsetaten v/SFF/USHT har ledet prosjektet. Prosjektet ble organisert på denne måten:

Styringsgruppen har bestått av følgende personer:

- Ellen Andersen, seksjonssjef, SFF/USHT, Sykehjemsetaten (leder)
- Ellen Wasserfall, spesialkonsulent, SFF/USHT, Sykehjemsetaten, (prosjektleder og sekretær)
- Kari Ravnaas, avdelingsdirektør, Deichman bibliotek
- Grethe Stuevold Madsbakken, seksjonsleder, Deichman bibliotek
- Jatinder Kumar Sharma, avdelingsdirektør, Bydel Østensjø

Styringsgruppen har hatt fem møter i perioden

Prosjektgruppen har bestått av følgende personer:

- Ellen Wasserfall, spesialkonsulent, SFF/USHT, Sykehjemsetaten (prosjektleder)
- Mari Gudim Torp, seksjonsleder, Deichman Oppsal
- Marianne Pauck, spesialbibliotekar, Deichman Oppsal
- Natalia Taranenko, bibliotekksulent, Deichman Oppsal
- Anne Moseby, fagkonsulent, avdeling oppsøkende virksomhet, Bydel Østensjø
- Tom Rellsve, nestleder i eldrerådet i Bydel Østensjø, sekretær for styret i Oppsal Samfunnshus
- Heidi Berg Bentele, spesialbibliotekar, Deichman Lambertseter, følgebibliotek

Prosjektgruppen har hatt syv møter i perioden.

Intern arbeidsgruppe

- Sigrid Aketun, Rådgivningsgruppen for demensvennlige omgivelser i Oslo kommunes helse- og omsorgsbygg, SFF/USHT

Ressursmiljøer

I løpet av prosjektperioden har følgende miljøer blitt konsultert og involvert:

- Aldersvennlig by, Byrådsavdeling for eldre, helse og arbeid, Oslo kommune
- Erfaringsgruppen for personer med demens, Nasjonalforeningen Oslo demensforening
- Nasjonalforeningen Nordstrand/Østensjø demensforening
- Leser søker bok
- Norsk lyd- og blindeskriftbibliotek (NLB)
- Sang i eldreomsorgen/Krafttak for sang

Følgelbibliotek

Deichman Lambertseter ble vurdert som mulig filial for pilotprosjektet. Da valget falt på Oppsal, inviterte styringsgruppen Lambertseter med som følgelbibliotek da man så at dette kunne være nyttig.

I 2020 samlokaliseres Deichman Lambertseter med flere tjenester i Bydel Nordstrand og deltakelse som følgelbibliotek kunne gi verdifull erfaring om tilbud til eldre og personer med demens og samarbeid med helse- og omsorgstjenestene i egen bydel. Representanten fra Deichman Lambertseter var observatør og ble invitert til arrangementer på lik linje med de andre i prosjektgruppen.

Kommunikasjon

Deichman seksjon for kommunikasjon, med avdelingssjef og spesialkonsulent, har hatt ansvaret for intern og ekstern kommunikasjon av pilotprosjektet, i nært samarbeid med prosjektleder.

Det ble laget en intern og ekstern kommunikasjonsstrategi og dessuten en handlingsplan for prosjektets ulike faser med lanseringen av pilotprosjektet 23. oktober 2018 som høydepunktet. Ulike nasjonale og lokale medier, slik som TV, radio, avis og aktuelle fagtidsskrifter, ble kontaktet i forbindelse med lanseringen og senere i utprøvingsperioden. Det har resultert i TV-innslag, omtaler, artikler, invitasjon til konferanser og samlinger, i tillegg til at medarbeidere fra andre bibliotek har tatt turen til Deichman Oppsal for å se hva som er blitt gjort (vedlegg).



Velkommen til lansering og minikonsert

Tirsdag 23. oktober kl. 13.00-14.00

Bli kjent med nytt alders- og demensvennlig bibliotek på Oppsal.

Byrådene Rina Mariann Hansen og Tone Tellevik Dahl vil offisielt lansere tilbudet.

Arrangementet er åpent for alle og vil by på informasjon om prosjektet, lett servering og **minikonsert med artist og visesanger Kari Svendsen.**

Ta gjerne med deg en venn. Vi møter deg ved inngangen og assisterer videre. Har du spørsmål om arrangementet eller andre saker, henvend deg til biblioteket i betjent tid eller kontakt Mari Gudim Torp mari.gudim.torp@deichman.no / 22 76 12 60.

DEICHMAN OPPSAL



4. Status ved oppstart

4.1 Valg av filial

Styringsgruppen satte følgende kriterier for valg av filial: Prosjektet skulle foregå på et bibliotek med egnet lokale, ha naturlig tilfang av eldre besøkende, motiverte ansatte, etablert samarbeid med bydelen og et visst uutnyttet potensiale i bruk av biblioteket.

Valget falt på Deichman Oppsal. Filialen besto av et stort åpent rom med tiliggende kontor, kjøkken, toaletter mm, alt på en flate, med direkte adkomst fra bakkeplan. Det ble vurdert som mulig å påvirke den fysiske utformingen av lokalet i løpet av prosjektperioden. Videre lå Deichman Oppsal i Bydel Østensjø hvor alderssammensetningen er preget av en større andel eldre enn ellers i byen⁹. Bydelen hadde flere eldre over 67 år enn gjennomsnittet i Oslo, 15,7 % mot 10,6 %¹⁰.

Biblioteket hadde opplevd nedgang i besøkstallet som følge av det omfattende bygge- og anleggsarbeidet

knyttet til Oppsal senter og boligutbyggingen i nabolaget. Ved oppstart av prosjektet var biblioteket akkurat ferdig med egen oppussing og tilrettelegging for «meråpent», det vil si at besøkende har adgang til lokalet utenfor ordinær åpningstid. Byggearbeidene på Oppsal senter nærmet seg slutten og beboere hovedsaklig i aldersgruppen 55+ var i ferd med å flytte inn i de nye boligene.

Bibliotekets handlingsplan for 2018 hadde tatt høyde for det nye tilfanget med seniorer i nabolaget og skulle jobbe nettopp med tilbud til den eldre besøksgruppen¹¹. Biblioteket holdt til i bygningen til Oppsal Samfunnshus hvor også seniorsenteret Oppsal Treffsenter 60+ og Oppsal frivilligsentral var lokalisert. Samlokaliseringen ble vurdert som positiv og med potensiale for videreutvikling av samarbeid på tvers. I tillegg hadde innbyggerne på Oppsal en tradisjon for frivillighet som kunne kobles til prosjektets arbeid. Alt i alt, et godt utgangspunkt for pilotprosjektet.



⁹<https://www.oslo.kommune.no/getfile.php/13201679/Innhold/Politikk%20og%20administrasjon/Statistikk/Faktaark%20bydelene%202017/13%20Bydel%20%C3%98stensj%C3%B8.pdf>

15.02 2019

¹⁰ Se punkt over

¹¹ Deichman Handlingsplan 2018

4.2 Medvirkning

Det ble gjennomført medvirkningsprosesser med fire målgrupper; eldre, personer med demens, pårørende og medarbeidere på tvers av tjenestene (biblioteket og helse- og omsorgstjenester i bydelen). Målgruppene bidro på ulike måter og på ulike felt: Eldre, personer med demens og medarbeiderne på tvers av tjenestene ga innspill til den fysiske utformingen av biblioteklokalet, aktiviteter og utøvelse av tjenesten (heretter kalt service). Pårørende til personer med demens ga innspill hvordan biblioteket kan bety noe for dem som pårørende.

En faggruppe foretok, i begynnelsen av juli, en statusbefaring av lokalet for å vurdere alders- og demensvennligheten¹². Gruppen bestod av fagkonsulent/ergoterapeut fra SFF/USHTs Rådgivningsgruppe for demensvennlige omgivelser med kompetanse på universell og demensvennlig fysisk utforming, seksjonsleder for biblioteket, prosjektmedlem/ergoterapeut i Bydel Østensjø sitt dementeam og prosjektleder. Norsk standards *Sjekkliste for å sikre at det tas hensyn til personer med kognitiv svikt*¹³ ble brukt.

Hjemmeboende personer med demens i tidlig til moderat fase av sykdommen ble invitert i to omganger i midten av august. Den første gruppen deltok på befaring av lokalet. Fem personer fra Mandagsklubben og Østensjø dagaktivitet, begge lavterskel dagaktivitetstilbud i bydelen, ble ledsaget en-til-en. Nasjonalforeningen for folkehelsen sin *Sjekkliste for universell utforming* ble benyttet. Den er utformet og tilrettelagt for personer med demens til bruk i medvirkningsarbeid. Den andre gruppen ga innspill til aktiviteter. Seks personer med demens fra Nasjonalforeningen Oslo demensforening sin erfaringsgruppe deltok, og en egenutviklet samtaleguide ble benyttet (vedlegg). Guiden bygget på SFF/USHT sine prinsipper for demensvennlig møteledelse.

I slutten av august inviterte biblioteket bydelens eldre til åpent møte med temaet «Hvordan kan vi lage et alders- og demensvennlig bibliotek?» (vedlegg). En eldre låntaker delte sine erfaringer som bruker av bibliotekets tjenester, og en fagkonsulent fra SFF/USHT snakket om universell utforming. Deretter diskuterte deltakerne bibliotekets fysiske utforming, ideer og innspill til aktiviteter og service. Det var omkring 20 deltakere på møtet.

Innspillene fra eldre, personer med demens og den tverrfaglige gruppen ble satt sammen i en tabell for å få oversikt over status før oppstart, innspill til forbedring og prioritering av endringstiltak (vedlegg).

Det ble gjennomført telefonsamtaler med fem pårørende til hjemmeboende personer med demens hvorav to, viste det seg, nylig var blitt pårørende til personer på langtidshjem. De ble spurt om hva biblioteket kan bety for dem som pårørende.

Medarbeiderne på tvers av tjenestene har medvirket gjennom et opplæringsprogram om alders- og demensvennlighet (vedlegg) som ble holdt av fagpersoner ved SFF/USHT og Byrådsavdeling for eldre, helse og arbeid i begynnelsen av september. Aktuelle samarbeidspartnere fra bydelens helse- og omsorgstjenester og Oppsal Samfunnshus ble invitert sammen med medarbeiderne på Deichman Oppsal. Nasjonalforeningen for folkehelsen sin undervisning om demensvennlig samfunn, symptomer og kommunikasjon ved demens ble benyttet. Det ble også informert om Oslo som aldersvennlig by. Prosjektgruppens representant for eldre delte sin opplevelse av bibliotekets digitale tjenester og utfordringer knyttet til dette. Det ble gjennomført gruppearbeid, og i de tverrfaglig sammensatte gruppene kom det innspill og forbedringstiltak knyttet til den fysiske utformingen, aktivitetstilbudet og service.

¹² Alders- og demensvennlighet er i prosjektet definert som universell utforming hvor man også har tatt hensyn til utfordringer knyttet til kognitiv svikt.

¹³ Norsk standard, NS 11001-1:2018, Universell utforming av byggverk Del 1: Arbeids- og publikumsbygninger, tillegg D Om nedsatt kognisjon

4.3 Status fysisk utforming av lokalet

Deichman Oppsal sitt lokale ble i prosjektet definert som hovedrommets ulike deler samt toalettene, inngangspartiet og området rett utenfor inngangsdøren.

Innspillene fra eldre og personer med demens var til dels sammenfallende med faggruppens vurderinger av lokalet. Vi har derfor valgt å sammenfatte faggruppens statusvurdering med innspillene fra eldre og personer med demens og laget forslag til forbedringer. Prosjektgruppen prioriterte og satte i gang tiltak. Følgende fem områder i lokalet ble vurdert etter Norsk Standards sine kategorier *oversiktlige fysiske omgivelser, farger og kontraster, merking og skilting, syn og belysning, hørsel og støy*¹⁴.



Utenfor bibliotekets inngang:

Det var manglende og feil plassering av skilt til biblioteket. Navneskilt over døren hadde dårlig kontrast og lite belysning. Det manglet bruksanvisning for og lys ved «meråpent-automaten». Automatisk døråpner med sensor var ikke skiltet.

Innenfor bibliotekets inngang:

Uoversiktlig inngangsparti med mange elementer, ingen retningskilt til informasjonsdisken eller toalettene. PC-stasjonen for søk av bøker var ikke merket eller belyst. Det var ingen penn, notatblokk, sitte eller hvileplass i tilknytning til PC-stasjonen.

Bibliotekrommet:

Åpent rom med mange funksjoner og elementer: PC-stasjon for søk av bøker, låneautomat, informasjonsdisk, dører, hyller, bord, stoler og sofa. Lite bruk av «landemerker» (visuelle referansepunkter), farger og kontraster eller lys for å framheve eller skjule gjenstander eller rom. Ingen konsekvent bruk eller utforming av skilt. Lite tilfredsstillende lydforhold med støykilder og gjenklang. Det ble foretatt separate statusmålinger av lyd og lys. Disse ble utført av eksterne firmaer med spesialkompetanse på området (vedlegg). Rommet kunne oppleves som vanskelig framkommelig for rullator. Stoler og sofa var lave og uten armlener og dermed vanskelig å reise seg fra. Risiko for fall ved opphøyet scene.

Resepsjonsområdet:

Informasjonsdisken var ikke skiltet eller belyst.

Toaletter:

Skiltene på toalettdørene var vanskelig å oppfatte og se på avstand. Det var svakt lys på toalettene, og vannkranen på det ene toalettet var lite brukervennlig.

4.4 Status aktiviteter for eldre og personer med demens

Ved oppstart av prosjektet beskrev Deichman Oppsal den utadrettede virksomheten med grupper, antall besøkende og aktiviteter for eldre og personer med demens.

Biblioteket ble brukt av voksne og eldre, men hovedsakelig av skoleungdom og barnefamilier. Dette var i tråd med handlingsplanen og sentrale føringer for bibliotekene i Oslo som særlig var rettet mot barn og unge.

Oversikten over arrangementer viste at det ved oppstart var tre ukentlige aktiviteter som var rettet spesielt mot eldre: Torsdagstreff og to datahjelp-aktiviteter. Den ene aktiviteten ble gitt av ungdommer i forbindelse med valgfaget «Innsats for andre», den andre aktiviteten ble gitt av voksne frivillige. Biblioteket hadde ingen aktiviteter for personer med demens.

¹⁴ Norsk standard, NS 11001-1:2018, Universell utforming av byggverk Del 1: Arbeids- og publikumsbygninger, tillegg D Om nedsatt kognisjon

Eldre, personer med demens, pårørende og medarbeidernes innspill til aktiviteter oppsummeres slik:

Eksisterende aktiviteter

Eldre kunne tenke seg å delta på allerede eksisterende aktivitetene for voksne og eldre. Når det gjaldt datahjelp kunne de tenke seg å lære om det å betale regninger på nettet blant annet.

Personer med demens trakk fram forfattertreff og film. I tillegg nevnte de at hjelp med PC og mobil kunne være nyttig.

Forslag til nye aktiviteter

Eldre og personer med demens ønsket konsert, sang, dans og utstillinger.

Eldre foreslo lesesirkel og avisgrupper. For, som det ble sagt: «Begynner å bli tynt i rekkene og trenger å komme i gruppe, noen å snakke med».

Personer med demens foreslo også høytlesning (bli lest for) som sosial aktivitet.

Pårørende var positive til å dra på konsert eller foredrag med sin kjære. Biblioteket ble foreslått som møtelokale uten at det ble spesifisert i hvilken sammenheng.

Medarbeiderne foreslo allsang, film, lesesirkel, fortellerstund, høytlesning av korte tekster, skrivekurs for eldre og personer med demens, lage egen livshistorie med bilder, generasjonsmøter osv. Det kom også forslag til alternativ møteplass og aktivitet utenfor biblioteket: Sansehage og hundehus for besøkshund.



Om å lese

Eldre var interesserte i å lese og mente at en forstørrelsesmaskin kunne være smart å ha på biblioteket for dem med synsproblemer. Personer med demens trakk fram at det kan være vanskelig å lese. De fikk ikke med seg innholdet eller glemte hva de hadde lest.

Bøker

Eldre ønsket seg flere bøker, aviser og tidsskrifter. Personer med demens ønsket bøker som er lette å lese, gjerne korte tekster og noveller. De ønsket lydbøker med mulighet for å spole tilbake.

Pårørende ønsket brosjyrer, litteratur og tilgang til nettsteder og lenker med informasjon om demens, sykdomsutvikling og pårørendes situasjon.

Finne bøker

Eldre kikket ofte først i hyllene, deretter spurte de betjeningen om hjelp. PC-stasjon for søk av bøker ble nevnt som et problem fordi den ble oppfattet som rettet mot medarbeiderne på biblioteket. Å gå fra låneautomaten til det å finne bestilte bøker ble også nevnt som et problem. I følge biblioteket spør mange av de eldre om bistand.

Personer med demens pekte på at det var vanskelig å finne fram.

Pårørende ønsket relevante brosjyrer og bøker samlet på et sted slik at det ble lett å finne fram til dette.

Medarbeiderne på biblioteket hadde observert at besøkende syntest det var vanskelig å finne bøker i hyllene. Erfaringen tilsa også at det å låne en bok kunne oppleves vanskelig for mange, ikke bare eldre og personer med demens.

4.5 Tjenesteutvikling, kommunikasjon og samhandling

Ved oppstart av prosjektet var barn og unge prioritert, og tjenestetilbudet tilrettelagt for disse gruppene. Tjenestetilbudet var ikke tilrettelagt for eldre og personer med demens.

Bibliotekets medarbeidere hadde god kompetanse på «brukermøter» generelt. De møtte besøkende i alle aldre og hadde kunnskap om aldring og demenssykdom på linje med folk flest. Medarbeiderne hadde ikke

kompetanse om personer med demens og eldre sine særskilte behov.

Når det gjaldt kommunikasjon, laget biblioteket plakater, inviterte og distribuerte disse. Biblioteket markedsførte tjenester og arrangementer på egne hjemmesider og Facebook.

Biblioteket samhandlet allerede med flere av bydelens tjenester slik som bydelsadministrasjonen, NAV, barnehager og skoler. Biblioteket samhandlet noe med seniorsenteret Oppsal Treffsenter 60+, men ikke med andre bydelstjenester rettet mot eldre. Biblioteket hadde ingen kontakt med bydelens tre langtidshjem; Manglerudhjemmet, Langerud sykehjem og Abildsø sykehjem. Når det gjaldt kontakt med frivillige organisasjoner på feltet eldre samhandlet biblioteket med Oppsal frivilligsentral, Østensjø historielag, Østensjø kunstklubb, Østensjø husflidslag og Østensjø Eldreuniversitet. Det var ikke kontakt med pårørende foreningen Nasjonal foreningen Nordstrand/Østensjø demensforening.

Medvirkningsgruppene, eldre, personer med demens, pårørende og medarbeiderne, hadde innspill til service, rammen for aktivitetene, kommunikasjon og samhandling:

Service

Eldregruppen ønsket å bli tatt godt i mot og føle seg velkommen. Dette var spesielt viktig, mente de, for nye brukere av biblioteket. Det sosiale aspektet, det å bli kjent med folk, ble framhevet.

Medarbeiderne mente det var viktig å hilse, ønske velkommen og være godt vertskap. Det var også viktig å være oppmerksom, lyttende og bli «kjent med» den besøkende. Dersom bibliotekets rutiner virket ekskluderende for dem som ikke husket pinkode, epost og liknende var det viktig med tid og tålmodighet. Medarbeiderne framhevet det å vise respekt og snakke voksent med alle. Medarbeiderne i biblioteket ønsket å være synlige for de besøkende, men erkjente at de ikke hadde noen ytre tegn som viste at de jobbet på biblioteket.

Rammen for aktivitetene

Eldre ønsket servering med mulighet for en kopp kaffe

og (kjøpe) litt snacks.

Aktivitetene måtte være aldersvennlige, men ikke nødvendigvis kun rettet mot eldre. Å framheve alder var ikke viktig.

Både eldre og personer med demens syntes det var enklest med arrangementer på dagtid. Aktiviteter rett etter jobb eller kveldstid ble nevnt. Det kunne gi mulighet for å komme sammen med for eksempel pårørende. Men aktivitetene skulle ikke slutte for sent. Medarbeiderne framhevet forutsigbare rammer. Praktisk informasjon om lengden på arrangementet, servering og toaletter kunne nevnes ved starten av aktiviteten. Invitasjoner og plakater kunne formidle noe av den samme informasjonen.

Kommunikasjon

Eldre påpekte at ikke alle har tilgang til elektronisk informasjon, og medarbeiderne mente Facebook som formidlingskanal kunne være problematisk for eldre og personer med demens. Eldre ønsket informasjon om aktivitetene i god tid.

Medarbeiderne foreslo en felles brosjyre for bydelens ulike aktiviteter til innbyggerne. Eldre og medarbeidere foreslo å sende plakater og program i papir med informasjon om bibliotekets aktiviteter til kjøpesenter, Manglerud Seniorinfo, treffsentrene, dagaktivitetstilbud, omsorgsboliger og langtidshjem.

Pårørende mente at samtalegrupper for pårørende, pårørendeskoler og pårørende til personer på langtidshjem burde informeres om bibliotektilbudet. Biblioteket kunne også selv presentere tilbudet sitt på disse stedene. Biblioteket måtte også nå ut til pårørende som ikke var med i slike grupper.

Samhandling

Eldre og medarbeiderne framhevet behovet for å samhandle mer med andre virksomheter i bydelen, for eksempel Oppsal Treffsenter 60+ og frivillige.

5. Nye tiltak

5.1 Alders og demensvennlig fysisk utforming av lokalet

Med utgangspunkt i medvirkning fra eldre, personer med demens, medarbeiderne på tvers av tjenestene og fagpersoner fra SFF/USHT kom det fram en rekke tiltak som kunne bidra til å gjøre lokalet alders- og demensvennlig.

En avgjørende faktor i prioriteringen av de fysiske tiltakene var bibliotekets og prosjektets økonomiske rammer. Forbedringstiltak for de fem områdene ble foreslått i de før nevnte kategoriene oversiktlige fysiske omgivelser, farger og kontraster, merking og skilting, syn og belysning, hørsel og støy.



Utenfor bibliotekets inngang:

Eksisterende plakattavle ble flyttet nærmere inngangsdøren. Meråpent-automaten ble merket og bruksanvisning hengt opp.

Innenfor bibliotekets inngang:

Inngangspartiet ble ryddet etter prinsippet om siktlinjer og referansepunkter, penn og papir ble lagt ut og stol plassert ved PC-stasjon for søk av bøker.

Bibliotekrommet:

Utvalgte dører til rom med andre funksjoner ble malt i veggfargen. Slik ble disse dørene tonet ned. Toalettdørene beholdt original trefarge og er i kontrast til veggen. Toalettdørene fikk nye skilt i stor størrelse med piktogram og tekst. Scenekanter ble markert med teip og møbler plassert slik at kantene ble mer synlige. Bokhyllene fikk nye skilt og punktbelysning ble installert over leseplasser, sofagrunder og låneautomaten. Lyddempende plater ble montert i taket.

Resepsjonsområdet:

Informasjonsdisken ble skiltet og innleveringshyllen belyst. Ringeklokke med skilt ble satt fram slik at det ble enklere å kalle på hjelp når man trengte det.

Toaletter:

Nye skilt på toalettdørene med tilpasset tekst, symbol, kontrast og størrelse ble montert. Riktig styrke på lyskilder på toalettene bedret belysningen.

5.2 Aktiviteter for eldre og personer med demens

Eldre, personer med demens og medarbeiderne på tvers av tjenestene hadde en rekke forslag til alders- og demensvennlige aktiviteter. En avgjørende faktor i prioriteringen var bibliotekets mulighet for å endre allerede planlagt program og tid til nye aktiviteter.

Eksisterende aktiviteter

Datakurs med temaene Facebook, Vipps og nettbank ble arrangert. Flere forfattertreff og filmvisninger med eldre som målgruppe ble gjennomført.

Nye aktiviteter

Flere konserter med kor, allsang, visesang, julesanger og popmusikk ble gjennomført.

Bøker

En «kort og godt-hylle» med lettleste bøker, korte tekster og noveller ble etablert. Lydbøker ble også plassert her. «Lyttestasjon» for lydbøker ble etablert i samarbeid med Norsk lyd- og blindeskriftbibliotek.



Finne bøker

Hyllene ble skiltet etter tema for å gjøre det lettere for besøkende å finne fram til bøkene.

5.3 Tjenesteutvikling, samhandling og kommunikasjon

På bakgrunn av medvirkningsinnspillene satte biblioteket i verk følgende tiltak:

Service

Medarbeiderne hilste og ønsket velkommen, ved arrangementer spesielt. Det ble lagt vekt på å være godt vertskap. Det ble vist tålmodighet og skjønn slik at besøkende følte seg ivaretatt selv om vedkommende ikke kunne bruke lånemaskinen eller hadde glemt pinkode.



Medarbeiderne i biblioteket brukte «Deichman-snoren» slik at de var synlige. «Deichman-snoren» består av nøkkelbånd og lånekort som den enkelte medarbeider i Deichman kan henge rundt halsen.

Rammen for aktivitetene

Medarbeiderne var tydelig til stede under aktivitetene og tilgjengelige for spørsmål. De innledet med informasjon om varighet, servering og toaletter. Mikrofon ble benyttet. Biblioteket serverte kjeks og kaffe på sine alders- og demensvennlige aktiviteter slik de hadde gjort tidligere, men nå var medarbeiderne mer bevisst på å si fra til de besøkende om serveringstilbudet. Arrangementsområdet ble tilrettelagt og skjermet med gardiner.

Kommunikasjon

Biblioteket laget program for tre måneder av gangen. Programmet, plakater og invitasjoner i papir ble lagt ut i lokalet og sendt med epost til aktuelle steder som for eksempel seniorsenter, langtidshjem og seniorinfo-tjenesten i bydelen. Facebook ble også benyttet.

Samhandling

Biblioteket har laget datakurs med Oppsal Treffsenter 60+, invitert Østensjø historielag til å holde foredrag og Østensjø seniorkor holdt konsert. Nasjonalforeningen Nordstrand/Østensjø demensforening deltok med stand på forfattertreffet med NRKs Helen Sandvig som snakket om faren og hans demenssykdom.

6. Evaluering

6.1 Evalueringsmetoder

Prosjektets alders- og demensvennlighet ble testet i perioden 15. oktober til 15. desember 2018, og ulike evalueringsmetoder ble benyttet. Se under det enkelte evalueringspunkt.

Fysisk tilrettelegging av lokalet

Eldre besøkendes muntlige tilbakemeldinger ble notert av medarbeidere i Deichman. Medarbeidernes tilbakemelding ble innhentet i fokusgruppesamtale. Faggruppens skriftlige og muntlige tilbakemelding ble gitt til prosjektleder. Kontrollmålinger av lyd og lys ble foretatt i etterkant av utbedringene som var blitt gjort.

Aktiviteter for eldre og personer med demens

Personer med demens i omsorgsbolig og langtidshjem sine muntlige tilbakemeldinger i forbindelse med en konsert ble videreformidlet per epost av to ledsagere. Antall besøkende på arrangementene ble registrert av medarbeidere i Deichman.

Tjenesteutvikling, samhandling og kommunikasjon

Eldre besøkendes muntlige tilbakemeldinger ble notert av medarbeidere i Deichman. Medarbeidernes tilbakemeldinger ble innhentet via questback-undersøkelse i forbindelse med opplæringsdagen og fokusgruppesamtale.

6.2 Fysisk tilrettelegging av lokalet

Den tverrfaglige gruppen vurderer at Deichman Oppsals lokale er blitt alders- og demensvennlig fordi følgende endringer er utført:

Belysningen er tilpasset eldre personers behov for tilstrekkelig lys der de skal lese eller finne opplysninger. Ekstra lamper er installert. Lyset er rettet ned på flaten, men skaper ikke sjenerende reflekser. Lyskildenes utforming gjør at lyset ikke blander/skinner i øynene. Belysningen fremhever «landemerker», som sofagrupper, arbeidsbord og låneautomaten. Dette gjør det lettere å orientere seg i rommet.

Skiltingen er tilpasset personer med demens sitt behov for å kjenne igjen og forstå. Bruk av både tekst og symbol bidrar til forståelse og skriftstørrelsen er valgt

for å kunne ses på avstand. Ordene er skrevet med store og små bokstaver (versaler og minuskler) for å øke lesbarhet og forståelse. Skiltet er plassert på dører og steder i lokalet som er viktige for målgruppen; eksempelvis toalett og informasjonsdisk



Farger og kontraster er bevisst brukt for å fremheve skiltene i bokhyllene. Skiltene er svarte med hvit tekst og har fått hvit ramme som skaper kontrast til veggen. Rammen var nødvendig fordi skiltets sorte farge ikke har tilstrekkelig luminanskontrast til veggfargen.

Lydmiljøet er tilpasset med lyddempende plater i taket slik at støy og høyt lydnivå dempes. Dette er viktig for å høre, oppfatte og samtale i rommet.

Eldre besøkende kommenterte den gode belysningen og at biblioteket hadde en hjemmekoselig og hyggelig atmosfære.

Medarbeiderne på biblioteket framhevet den lydmessige forbedringen av hovedrommet som viktigst for aktiviteter og service. Bedre lydforhold gjorde at grupper og enkeltpersoner kunne være i rommet samtidig. Bruk av mikrofon på arrangementer gjorde det lettere for eldre og personer med nedsatt hørsel å delta på aktivitetene. Ny skilting hadde gjort det lettere å orientere seg i rommet. Nå fikk medarbeiderne på biblioteket langt færre spørsmål om hvor toalettene var.

Det er fortsatt behov for bedre skilting fra t-bane og Oppsal senter til biblioteket. Dialogen som biblioteket har med Oppsal Samfunnshus bør fortsette til ny skilting er på plass. Det er også fortsatt behov for møbler tilpasset eldres behov, og biblioteket bør jobbe videre for å anskaffe stoler med armlener og høyere sofa. De er enklere og tryggere å sette seg i og reise seg opp fra. Interiørartikler som puter, duker og servietter som er alders- og demensvennlige med hensyn til farger og kontraster bør benyttes.

6.3 Aktiviteter for eldre og personer med demens

Biblioteket hadde 66 150 besøkende og 49 800 utlån i 2018. Det var en økning fra 2017 som hadde 45 000 besøkende og 35 000 utlån. Det totale antallet arrangementer økte fra 200 i 2017 til 275 i 2018. Av denne totalen var 110 arrangementer for voksne, en liten økning fra 2017 som hadde 100 arrangementer for samme gruppe. Det nye var imidlertid aktivitetene med eldre og personer med demens som målgruppe. I 2018 ble det gjennomført 27 arrangementer for eldre, hvorav tre aktiviteter var spesielt for personer med demens. Disse arrangementene hadde til sammen 460 deltakere, mens man i 2017 ikke hadde aktiviteter spesielt for disse to målgruppene.

Biblioteket spisset målgruppene og tilbudet i en periode høsten 2018. Det kan ha bidratt til nye lånere og besøkende. Biblioteket syntes ikke at prioriteringen av målgruppene eldre og personer med demens hindret annen bruk av filialen i noen stor grad.



Eksisterende og nye aktiviteter og rammen omkring disse

Medarbeiderne fra bibliotek, bydel og langtidshjem, synes konsertene var den mest vellykkede nye typen arrangement. Dette kom tydelig fram, syntes de, på lanseringen av alders- og demensvennlig bibliotek 23. oktober med sanger og artist Kari Svendsen (vedlegg). Der deltok både eldre og personer med demens. Medarbeiderne framhevet at musikk visker ut funksjonsgrenser og gir besøkende mulighet for å dele opplevelsen på likefot.

I etterkant av en konsert kom det fram at personer med demens likte den godt. Medarbeidere fra helse- og omsorgstjenestene fanget opp at det var delte meninger når det gjaldt repertoaret med norske og engelske sanger, eldre og nyere musikk.

Medarbeiderne på biblioteket syntes det gikk fint å lage og gjennomføre alders- og demensvennlig program og aktiviteter, for eksempel foredrag, konserter og film. Film for personer med demens ble ikke prøvd, og medarbeiderne fra biblioteket var usikre på hvordan dette skulle gjøres. Medarbeiderne på biblioteket erfarte imidlertid at alders- og demensvennlige aktiviteter krevde mer forberedelser og ressurser. De forsøkte derfor å unngå at det var andre store grupper (fra

barnehage eller skole) på biblioteket samtidig. De erfarte også at det var behov for to medarbeidere for å gjennomføre arrangementene.

Biblioteket kan vurdere å prøve ut også andre av aktivitetene som kom fram i medvirkningsprosessen. Programmet framover kan gjerne bestå av aktiviteter som skrivekurs og fortellerstund. Å vise film for personer med demens er også verdt å prøve. Erfaringer fra blant annet langtidshjem er at dette fungerer fint forutsatt at filmen er gjenkjennelig og passe lang. Biblioteket kan også vurdere å tilby aktiviteter som formidles i den Kulturelle spaserstokken i Oslo¹⁵. De er laget for eldre og personer med demens, og biblioteket kan være en egnet arena.

Lengden på aktivitetene for personer med demens kan også vurderes. Konsertene i utprøvingen var på ca. 30 til 45 minutter, og medarbeiderne fra bydel og langtidshjem mente at besøket i biblioteket var i korteste laget når man drar på utflukt. Konserter på tretti minutter til en time anbefales¹⁶. Aktiviteten kan eventuelt forlenges med en felles kaffe og en prat om det man nettopp ha fått høre. Det kan også være verdt å invitere til arrangementer litt senere på dagen for å finne ut hvordan det blir tatt i mot, og om det gir mulighet for at personer med demens kan komme i følge med pårørende.

Aktivitetene foregikk på biblioteket, med unntak av datakurset som ble arrangert sammen med Oppsal Treffsenter 60+ og holdt i senterets lokaler i Oppsal Samfunnshus. En mulighet framover er å prøve ut hvordan biblioteket kan samarbeide med omsorgsboliger og langtidshjem om aktuelle aktiviteter på institusjonene. Alders- og demensvennlig bibliotek kan også profileres i forbindelse med Aktivitetstid¹⁷.

¹⁵ https://issuu.com/kul43/docs/kulturkatalog_for_seniorer_2018_2019 14.3 2019

¹⁶ Toner deg i møte – sanger i stor skrift, Ressursbok, Norsk Musikforlag i samarbeid med Senter for fagutvikling og forskning/USHT (tidligere GERIA), 2009, s. 9.

¹⁷ <https://www.oslo.kommune.no/helse-og-omsorg/hjemmetjenester/aktivitetstid-for-eldre/#gref> 14.3 2019

Dette tilbudet gir eldre over 67 år som har eller skal få hjemmetjenester en ekstra brukerstyrt time i uken til en selvvalgt aktivitet.

Bøker

Medarbeiderne på biblioteket samarbeidet med organisasjonene Leser søker bok og Norsk lyd- og blindeskriftbibliotek i forbindelse med at lettleste bøker og lydbøker ble gjort mer tilgjengelig. Samlingen ble utvidet med tilrettelagt litteratur og litteratur egnet for høytlesning og erindring.

En forbedring kan være å imøtekomme pårørendes behov for å finne informasjon, brosjyrer og litteratur om demens, sykdomsutvikling og pårørendes situasjon, samlet på et sted. Dette kan for eksempel kombineres med et «seniorinfo-tilbud» med papirbasert og digitalt informasjonsmaterieell om tjenester og tilbud til eldre og personer med demens. Dette kan være løsningen på et behov framkommet i en tidligere medvirkningsprosess¹⁸ og fremmet i prosjektets samarbeid med Aldersvennlig by¹⁹.

Finne bøker

Medarbeiderne på biblioteket synliggjorde samlingen med bedre skilting, og opprettet hyllen «Kort og godt» der målgruppene kunne finne spesielt tilrettelagt litteratur. Noveller er også samlet og satt i egen hylle.



¹⁸ Ditt aldersvennlige Oslo, Oslo kommunes medvirkningskonferanse 7. mars 2016, s. 11

¹⁹ Aldersvennlig by, en del av byrådsavdeling for eldre, helse og arbeid.

6.4 Tjenesteutvikling, samhandling og kommunikasjon

Service

Eldre ga tilbakemelding om at det var hyggelig å være på biblioteket. Eldre syntes servicen var god, og at de ble tatt godt vare på. Medarbeiderne på biblioteket har fått mange tilbakemeldinger fra besøkende som sier de føler seg velkommen, og at de er blitt tatt godt i mot.

Bibliotekets medarbeidere endret sin bevissthet på service overfor eldre og personer med demens etter opplæringsdagen. De formidlet at de følte seg tryggere på å ta i mot personer med demens. De framhevet at de fikk kunnskap og felles bevissthet om eldre og personer med demens, og de har tatt kunnskapen aktivt i bruk. De ønsket imidlertid at opplæringen var grundigere om temaene symptomer og kommunikasjon og konsekvensene dette har for medarbeidernes samhandling med målgruppene. I prosjektperioden stod service på dagsorden på det ukentlige personalmøtet. De framhevet at dette også bidro til å øke servicekvaliteten.

Gruppearbeidet med refleksjon om fysisk tilrettelegging, aktiviteter og service kan også ha bidratt til å styrke bevisstheten rundt det å møte eldre og personer med demens.

Dersom opplæringen gjentas en annen gang bør det undervises grundigere om symptomer og kommunikasjon enn hva som ble gjort denne dagen. Bruk av praktiske eksempler og tips til hvordan man kan løse konkrete situasjoner fra hverdagen i biblioteket vil også bidra til å gjøre opplæringen mer relevant. For medarbeiderne fra helse- og omsorgstjenestene vil det være nyttig å bli kjent med bibliotekets muligheter og ressurser med tanke på aktiviteter på biblioteket som passer for personer med demens som bor i eget hjem og på langtidshjem. Gruppearbeidet bør planlegges godt slik at deltakerne opplever økten som nyttig for prosessen de er i gang med.

Eldre som trengte tidkrevende en-til-en veiledning, for eksempel kopiering, ble opplevd som et dilemma. Hvordan hjelpe denne ene personen uten at det var til hinder for å yte god service overfor andre besøkende?

Medarbeiderne mente et forbedringstiltak kunne være å tilby besøkende avtale om hjelp til for eksempel kopiering.

Rammen for aktivitetene

Biblioteket erfarte at det var nødvendig å planlegge, men at det ikke alltid lot seg gjøre. Biblioteket syntes det var utfordrende når det kom andre grupper, for eksempel fra en barnehage eller skole, samtidig med et arrangement for eldre og personer med demens. Samtidig framhevet medarbeiderne at folk for det meste tok hensyn. Medarbeiderne i biblioteket var alltid to til stede på aktivitetene for eldre og personer med demens. Da kunne de ta i mot publikum på en god måte, en kunne ta seg av det praktiske rundt aktiviteten, mens den andre tok imot og bisto publikum. Arrangementene ble holdt på dagtid. Det ga medarbeiderne på dagaktivitetstilbud og langtidshjem mulighet for å arrangere tur til biblioteket for sine gjester og beboere. Det kan være verdt å prøve ut aktiviteter som starter senere på dagen slik at pårørende i større grad har mulighet for å bli med.

Kommunikasjon

Programmet ble trykket i papir i henhold til eldre og personer med demens sitt behov. Biblioteket planla aktiviteter for en lengre periode, tre måneder, også i tråd med de eldres ønske. En oversikt med kontaktinformasjon til relevante personer i bydel og på langtidshjem ble laget for å lette kommunikasjonen om bibliotekets nye alders- og demensvennlige tilbud.

Det vil være en forbedring om biblioteket kunne annonsere for det alders- og demensvennlige tilbudet med en annonse i Treffsentrenes program (felles for bydelens fire seniorsentre). Likeledes om det ble informert om tilbudet i langtidshjemmenes ulike kommunikasjonskanaler gjennom egne medarbeidere, beboere og pårørende.

Samhandling

I løpet av utprøvingen videreutviklet biblioteket samarbeidet med Oppsal Treffsenter 60+ og et datakurs ble arrangert i felleskap. Deichman Oppsal fikk nye forbindelser og samhandlet med andre av bydelens tjenester for eldre og personer med demens som demenskoordinator og -team, omsorgsbolig, dagaktivitetstilbud og dagsenter for personer med

demens og langtidshjem. Seksjonsleder for Deichman Oppsal har delt sine erfaringer med kollegaer og ledere i Deichman. Allerede etablerte samarbeid med organisasjoner som Oppsal Frivilligsentral og Leser søker bok ble videreutviklet. Nye forbindelser ble etablert med virksomheter som Nasjonalforeningen Nordstrand/Østensjø demens-forening og Seniorinfo Manglerud, Norsk lyd- og blindeskriftsbibliotek.

Pilotprosjektet har gitt nyttige erfaringer og resultater i løpet av høsten 2018. Det er likevel viktig å minne om at utprøvingsperioden var kort. En lengre periode kunne gitt andre og mer utfyllende resultater fordi man blant annet kunne ha testet flere typer arrangementer med mer. Medvirkningsinnspillene er fra et lite antall eldre, personer med demens og pårørende. Flere deltakere kunne gitt et bredere tilfang av innspill.

Medarbeidere på langtidshjemmene ble dessverre trukket inn sent i prosessen. Og det viste seg tidkrevende å knytte ytterlige frivillige krefter med i prosjektet utover det samarbeidet som biblioteket hadde ved prosjektoppstart. Mye av dette kan tilskrives en kort og hektisk gjennomføringsperiode.

Eldre og personer med demens ble stilt litt ulike spørsmål. Dette skyldes blant annet at det ble brukt ulike spørsmålsguider. I tillegg svarte ikke målgruppene alltid på spørsmålene. Oversikt over svarene som kom inn på de ulike feltene ble samlet (vedlegg). Det må også nevnes at personene som deltok på aktivitetene ikke ble spurt i etterkant om hva de syntes. Dette kan imidlertid gjøres vedkommende aktiviteter, og kanskje bør biblioteket ha en form for «evalueringsdialog» med framtidige besøkende. Det kan bidra til at det alders- og demensvennlige tilbudet videreutvikles og forbedres i tråd med systematisk forbedringsarbeid og modell for kvalitetsarbeid²⁰. Det kan også vurderes om arbeidet som er gjort på Deichman Oppsal, etter hvert også andre alders- og demensvennlige bibliotek, følges opp med en studie slik at man får forskningsbasert kunnskap på feltet.

Universell utforming var kunnskapsgrunnlaget for prosjektets arbeid med fysisk tilrettelegging av

²⁰ <https://www.helsebiblioteket.no/kvalitetsforbedring/metoder-og-verktoy/modell-for-kvalitetsforbedring> 1.3 2019

lokalene²¹. Ved utforming av service og aktiviteter benyttet prosjektet kunnskapsgrunnlaget i Møte Med Minner og metodikk for demensvennlige museumsbesøk²². Kunnskapen om universelt utformede arrangementer og service var i mindre grad benyttet.

Det behov for å si noe om betegnelsen «alders- og demensvennlig» som var ordlyden i prosjektoppdraget. Det kom kommentarer; betegnelsen opplevdes lang; måtte begge deler brukes og hva var egentlig forskjellen?

Aldersvennlig og demensvennlig er delvis overlappende begreper. Det som er aldersvennlig møter ikke alltid behovene til personer med demens. Det som er demensvennlig fanger ikke alltid det brede spekteret av behov som eldre som helhet har²³. Men målet for begge begrepene er å bidra til selvstendige eldre personer som deltar i samfunnet. Det alders- og demensvennlige arbeidet gjør dette mulig ved å skape støttende omgivelser. Aldersvennlighet favner alle eldre og er ikke diagnosespesifikk. Et demensvennlig fokus kan bidra til å bryte stigmaet rundt sykdommen. En anbefaling er å integrere de to perspektivene ved at behovene til personer med demens og pårørende er med i det aldersvennlige arbeidet²⁴.

Oslo kommune skal bli alders- og demensvennlig. Det gi grunnlag for å beholde de to perspektivene i arbeidet med bibliotekene også framover. Det demensvennlige perspektivet kan lett forsvinne dersom det ikke også speiles i «navnet», dette fordi tanken om demensvennlighet langt fra er innarbeidet hos folk flest.

Gjentakelse og påminnelse har en funksjon. Vi anbefaler at bibliotekene fortsetter å benytte begge begrepene.

²¹ Norsk standard, NS 11001-1:2018, Universell utforming av byggverk Del 1: Arbeids- og publikumsbygninger, tillegg D Om nedsatt kognisjon

²² Møte Med Minner Håndbok Slik forbereder du et museumsbesøk for personer med demens, 2011

²³ Turner, N., & Morken, L. (2016). Better together: A comparative analysis of age-friendly and dementia friendly communities.

²⁴ Turner, N., & Morken, L. (2016). Better together: A comparative analysis of age-friendly and dementia friendly communities.

7. Anbefalinger

Kunnskap og metodikk som ble utviklet i pilotprosjektet kan overføres til andre av Deichmans bibliotek når disse oppgraderes eller ønsker å satse på tilbud til eldre og personer med demens. Den nye kunnskapen har vært bra for også andre av bibliotekets besøksgrupper. Et alders- og demensvennlig bibliotek er vennlig for alle aldre.

For å sikre en bærekraftig modell med lokalt eierskap i bibliotek, sammen med helse- og omsorgstjenester og frivillige partnere anbefaler vi følgende:

Alders- og demensvennlig bibliotek forankres og eies av det aktuelle biblioteket

De prosjektansvarlige ved biblioteket er ansvarlige for at medarbeiderne har nok kunnskap til at prosjektet kan lykkes.

Etablering, drift og videreutvikling i samarbeid med ressurspersoner i lokal bydel

Nytt tilbud planlegges og etableres i samarbeid med lokale ressurspersoner i bydel som jobber med eldre og personer med demens²⁵.

Partene fortsetter med halvårlige møter når det nye tilbudet er i drift.

Fagpersoner på ekspertnivå²⁶ benyttes når alders- og demensvennlig service, fysisk tilrettelegging og aktiviteter utformes. De kan bistå med undervisning, kartlegging av og råd om fysisk tilrettelegging, aktiviteter og service. De kan også bistå med å prioritere tiltak.

Eldre og personer med demens involveres i behovskartleggingen slik at nye tilbud oppleves relevant. Møte med målgruppene bidrar til å øke forståelsen for det nye tilbudet og skaper engasjement hos medarbeidere og ledere.

Allerede etablerte alders- og demensvennlige bibliotek kan, sammen med aktuelle samarbeidspartnere, være fadder for nye bibliotek.

Metodikk for alders- og demensvennlig bibliotek benyttes ved etableringen

Metodikken består av opplæring i alders- og demensvennlighet. Opplæringen er utgangspunktet for bibliotekets arbeid med de tre elementene som utgjør den nye tjenesten: service, fysisk tilrettelegging og aktiviteter.



²⁵ Ressurspersonene bør minimum være leder for lavterskeltilbudene til eldre og personer med demens, demenskoordinator og representant fra langtidshjem. Seniorveileder og leder for et seniorsenter kan også inkluderes. Representant fra bydelens lokale eldreråd og frivilligfeltet bør involveres.

²⁶ I Oslo er dette Senter for fagutvikling og forskning/USHT

Benytt Nasjonalt verktøy fra Standard Norge²⁷, Barne- ungdoms- og familiedirektoratet (Bufdir)²⁸. Brukerinvolvering er nødvendig i alle deler av tilretteleggingene.

Opplæringen gis til alle medarbeidere som er involvert i den nye tjenesten til eldre og personer med demens.

Kartlegg og opprett kontakt med andre relevante ressurspersoner

Tilbudet om alders- og demensvennlig bibliotek må gjøres kjent også for andre av bydelens ressurspersoner som treffer eldre og personer med demens. Det kan være medarbeidere på seniorsentre, frivilligsentral, dagaktivitetstilbud, dagsenter, hjemmetjenester og langtidshjem med mer.

Ressurspersonene kan spre informasjon om tilbudet. Kontakt med det lokale eldrerådet, Nasjonalforeningen for folkehelsen sin lokale demensforening²⁹ og andre lokale frivillige organisasjoner er også viktig.

Oppfølging

Bibliotekene og andre involverte aktører fra bibliotekene, bydelens tjenester, langtidshjem og frivillige aktører bør opprettholde og videreutvikle kompetansen om alders- og demensvennlig bibliotek. Det anbefales tilbud om årlig opplæring i form av fagseminar for hele byen med vekt på aldring, demens med symptomer og kommunikasjon og konsekvensene dette har for alders- og demensvennlig service, fysisk tilrettelegging og aktiviteter.³⁰

Bibliotekene inviterer egne medarbeidere, for eksempel nyansatte, og andre ressurspersoner. Erfaringsutveksling mellom medarbeiderne og ressurspersonene vil være en viktig del av opplæringen.

²⁷ Norsk standard, NS 11001-1:2018, Universell utforming av byggverk Del 1: Arbeids- og publikumsbygninger, tillegg D Om nedsatt kognisjon

²⁸ https://www.bufdir.no/uu/Arranger_universelt_utformet_møtekonferanse/ 21.3 2019

²⁹ I Oslo er dette Nasjonalforeningen Oslo demensforening

³⁰ I Oslo er dette et samarbeid mellom Senter for fagutvikling og forskning/USHT og Deichman

Rapporten er skrevet av prosjektet ved Senter for fagutvikling og forskning/USHT Oslo. Dersom du har spørsmål, ta kontakt med senteret på www.oslo.kommune.no/sff eller Deichman Oppsal på www.deichman.no/oppsal Bildene er tatt av Mari Gudim Torp, Ellen Andersen, Lars Schwed Nygård og Erik M. Sundt. Bildene er gjengitt med tillatelse.

Oslo, april 2019

Prosjekt alders- og demensvennlig bibliotek på Deichman Oppsal

- medieomtale, presentasjoner med mer

Nordstrandblad 27.08 2018

<https://www.noblad.no/mittnoblad/bibliotek/oppsal/deichman-oppsal-blir-aldersvennlig-bibliotek/s/5-56-122464>

Journalen Oslo met 15.10 2018

<https://journalen.oslomet.no/2018/10/seniorsatsing-pa-oppsal>

Deichman Facebook 23.10 2019

<https://www.dropbox.com/sh/5kgq5e5luji68oh/AABY3CZgtrwKPqtheL1bV8jDa?dl=0&preview=oppsalaldersvennlig.mp4>

Leser søker bok 02.11 2018 og 01.04 2019

<https://lesersokerbok.no/alders-og-demensvennlig-bibliotek/>

<https://soundcloud.com/user-576095292/vi-tok-oss-en-prat-med-deichman-oppsal-alders-og-demensvennlig-bibliotek>

Fagbladet 03.12 2018

<https://fagbladet.no/nyheter/fagfolk-anbefaler-her-er-10-boktips-til-folk-med-demens-6.91.598872.e42fe77c3a>

Fagbladet 07.12 2018

<https://fagbladet.no/nyheter/slik-ble-biblioteket-da-de-gamle-fikk-bidra-med-rad-6.116.599312.e4912ea249>

Tidsskriftet Aldring og helse 28.01 2019

<https://www.aldringoghelse.no/alle-artikler/hvorfor-gj%C3%B8re-samfunnet-mere-aldersvennlig/>

- **Fagsamlinger og konferanser**

27.09 2019 Oslo Innovation Week

01.01 2019 Senter for fagutvikling og forskning/USHT, opplæringsprogram Demensvennlig fysisk miljø,

14.12 2018 Deichman, seksjonsledersamling

04.03 2019 Leser søker bok, samling for fylkeskontakter

27.03 2019 Verdighetskonferansen Kreativ omsorg

- **Studiebesøk**

14.11 2018 Bibliotekansatte fra Finland

13.02 2019 Ansatte fra Skedsmo bibliotek



Oslo kommune

Pilotprosjekt 2018-2019
**Alders- og demensvennlig bibliotek
på Deichman Oppsal**
Fysiske omgivelser: Status, utfordringer og tiltak

Sigrid Aketun, fagkonsulent

**Senter for
fagutvikling og forskning**



**Utviklingssenter for sykehjem
og hjemmetjenester Oslo**



Arbeidsprosessen med vurdering av de fysiske omgivelsene

1. Befaring 3.07 2018 og start på dokumentasjon av dagens situasjon (status ved oppstart) i bibliotekarealet.
 - Deltagere: Fagpersoner fra SFF/USHT, Deichman Oppsal og demensteamet i Bydel Østensjø.
 - Brukt NS 11001-2 Universell utforming av byggverk - Boliger; Sjekkliste for å sikre at det tas hensyn til personer med kognitiv svikt
2. Befaring 20.08 sammen med personer med demens fra Mandagsklubben, Bydel Østensjø.
 - Brukt Nasjonalforeningens sjekkliste og rapportskjema for et universelt utformet samfunn for personer med demens.
3. Befaring 23.08 sammen med personer med demens fra Nasjonalforeningens erfaringsgruppe
4. Åpent møte 28.08 for eldre i Bydel Østensjø
5. Innspill fra opplæringsdag for ansatte fra biblioteket, samfunnshuset og seniorsenteret 03.09.
6. Sammenfatning av status, innspill og prioritert tiltaksliste ferdigstilt 15.10





Sammenfatning av alle innspill følger Sjekklisten fra NS 11001-2

Miljøfaktorer er vurdert på utvalgte områder

Områder i biblioteket:

- Utenfor inngangen
- Innenfor inngangsdøren
- Bibliotekrommet
- Resepsjonsområdet
- Toaletter

Miljøfaktorer:

- Oversiktlige fysiske omgivelser
- Farer og kontraster
- Merking og skilting
- Syn og belysning
- Hørsel og støy



Utenfor inngangen	Dagens situasjon	Eldre personers innspill	Personer m/demens sin vurdering	Forslag forbedringer Prioritert merket*	I gang tiltak
Miljøfaktorer					
Oversiktlige fysiske omgivelser	En flyttbar infotavle med åpningstider utenfor inngangsdøren Ikke bruk av siktlinjer fra skilt til inngangsdør	Man ser ikke nok bøker ved inngangen, eller utenfra, ser ut som noe nytt Må bli lettere å se hva Deichman har Plakatbukken er liten og snublefarrlig	«Jeg kan se gjennom vinduene at det er bøker der inne»	Tydeligere skilting Alle mulige adkomstveier til biblioteket må skiltes, også via samfunnshus. * Nye plakatbukker (m/aktiviteter, åpningst.), ved veien og ved oversiden?	Eksisterende plakatbukk flyttet nærmere inngangsdøren til biblioteket
Farger og kontraster	Navneskilt i svart mot treverk over inngangsdør Kortautomat til «Meråpent bibliotek», til høyre foran inngangsdøren, er ikke merket	Ingen kommentarer	Inngangsdøren er ikke i kontrastfarge. Rekkverket utenfor inngangsdøren følger ikke frem til døren, er ikke i kontrastfarge til grunnen under	Bedre kontraster og bakgrunn for navneskiltet over inngangsdøren* Bruk kontraster for å fremheve skilt, automat mm*	Se punkt ‘Syn og belysning’
Merking og skilting	Et skilt «Biblioteket er åpent» utenfor inngangen til Oppsal Samfunnshus Navneskilt over inngangsdør Ingen bruksanvisning på døråpner- eller kortautomaten	Skilt er lite og snublefarrig, mangler pil mot biblioteket Ser ingenting i displayet i meråpent-automaten Små skilt, dårlig skilting ute, umulig for svaksynte, ønsker større skilting, er gjenskinn Ønsker HC-parkering tilbake Skilt på plassen som viser vei til t-bane, senter bibliotek, veinavn i området (Vetlandsveien, Håkon Tvetersv). Det vil være nyttig for alle.	Skilt «Biblioteket er åpent» nær døren til samfunnshuset, kan vise feil vei. Ingen skilt til døråpner, men døren går opp automatisk med sensor. Vanskelig å se skiltet Oppsal bibliotek over døren pga lite lys og fargeforskjell mot veggen/bokstaver. «Jeg kan lese navne skilt over døren, men det kunne vært tydeligere Åpent fra kl 07.00 til kl 23.00 - hva betyr det?	Flytte eksisterende plakatbukk* Merke og lage bruksanvisning for «meråpen boks/automat»* Tilby HC-parkering God merking hele veien	Plakatbukk satt nærmere inngangsdøren Automaten er merket og har nå bruksanvisning HC-parkering kan komme senere, er i dialog m/Samfunnshuset Skilting avhenger av OBOS, samfunnshuset mm
Syn og belysning	Lite lys ved inngangsdør Ingen lys på flyttbar infotavle Lite eller ingen punktbelysning	Ingen kommentarer	Ugreit med reflekser i vinduer og dører	Mer lys ved inngangsdøren* Belyse navnet over døren* Belyse «meråpen boks»*	Navneskilt overdøren planlegges belyst Automaten planlegges belyst
Hørsel og støy	Ikke aktuelt	Ikke aktuelt	Ikke aktuelt	Ikke aktuelt	

Innenfor inngangs-døren	Dagens situasjon	Eldre personers innspill	Personer m/demens sin vurdering	Forslag forbedringer Prioritert merket*	I gang tiltak
Miljøfaktorer		Eldre vurderte ikke dette området			
Oversiktlige fysiske omgivelser	Et «Landemerke» i form av en grønn resirkulasjon- «oljetønne» til innsamling av drikkeflasker/bokser.		Når man strever med hva ordene betyr så hjelper det å se bøkene	Rydde/forenkle inngangspartiet* Kaffeautomaten for høy	Tønne flyttet til mindre sentral plass Søkemaskin med stol, penn og papir
Farger og kontraster	Lite bruk av farger for å fremheve elementer		Det er mange ulike farger og mønstre på teppene	Ved fremtidige innkjøp eller skifte av tepper velg noen med samme farge som gulvet	
Merking og skilting	Ingen retningskilt til viktige rom eller elementer Digital info om «hvordan låne bok» er plassert rett frem (søkemaskin) Inspirasjonshylle til høyre Utgangsdør kun merket med grønt rømningsvei skilt over døren		Det er skilt som viser hvor utgangen er. Trenger mer lys Jeg blir blendet av de lysene der inne	Info på søyle/tavle ved inngang over dagens/ukens aktiviteter Retningskilt til søkemaskin Være bevisst på hvilke utstillinger som står framme, for eksempel ved inngangsdøren	
Syn og belysning	Ingen punktbelysning for å fremheve informasjon		Det er mye lys i pærene i taket.	Punktbelysning fremhever informasjon, skilt mm	Se området Biblioteksrommet
Hørsel og støy	Se området Biblioteksrommet		Se området Biblioteksrommet	Se området Biblioteksrommet	Se området Biblioteksrommet

Bibliotek-rommet	Dagens situasjon	Eldre personers innspill	Personer m/demens sin vurdering	Forslag forbedringer Prioritert merket *	I gang tiltak
Miljøfaktorer					
Oversiktlige fysiske omgivelser	Ett åpent rom med mange funksjoner. Mange ulike gjenstander; bord stoler sofaer, hyller mm. Mange ulike design og former. Lite bruk av landemerke; låneautomaten er merket med «lån og lever»	Overmøblert, vanskelig med rullator Jeg kommer hit for bøkene skyld og vil finne frem Bøkene må ikke være for høyt oppe (rekker ikke opp) eller for langt nede (vanskelig å bøye seg) Vanskelig m/ lav sofa For lave bord v/sofa til å legge fra seg Ønsker sittestoler m/armlener i god høyde God plass til rullator	Stoler og sofa er ikke lette å reise seg fra da flere mangler armlene eller er lave.	Ny aldersvennlig sofagruppe med «god-stol» m/armlener og bord i riktig høyde* Nye sofaputer i kontrastfarge* Bruke pledd og puter for å fremheve møbler med kontrast Teipe teppekanter*	Pris på sofagruppe innhentet Teppekanter teipes
Farger og kontraster	Ikke bevisst bruk av farger og kontraster for å fremheve/skjule gjenstander eller rom Ingen bruk av farge for å sikre /merke farlige områder; scenekant, søyler, skråplan opp til scene	Ingen kommentarer	Mange farger og mønstre i teppene på gulvet og Ingen fargeforskjell mellom gulv og vegg. Det er forskjellig farge på møtebord og stoler.	Dører som publikum ikke skal bruke males i veggfargen* Merke scenekanten med teip/varsel* Rekkverk på scenekant rampe? Ved innkjøp av interiør (puter, duker, servietter) sørg for å oppnå konrtaster	Utvalgte dører er malt i veggfarge Scenekant og skråplan markert med faget tape
Merking og skilting	Ingen konsekvent skilting Informasjon er foliert med blank overflate som gir gjenskin. Mange ulike skriftstørrelser brukt på infoplakater.	Skiltene bør ha sort skrift på hvit bunn, ikke sort bunn med hvit skrift.	Tydeligere skilting	Store og gjenkjennelige skilt på hyllene* Skilting i hyllene Medieskilting over og i hyller Informasjon i matt foliering*	Ny skilting på og i hyllene (egen beskrivelse i rapport)
Syn og belysning	Ingen punktbelysning for å fremheve informasjon eller inspirasjonsutstillinger Ingen bruk av punktbelysning for å lyse opp viktige detaljer, arbeidsflater (bord, lesestol) , som trygghetsskapende tiltak, Lyspærene i taket er ikke dekket av armatur og de blander et eldre øye. Gulvbelegget er blankt og lyset skinner i gulvflaten	Må ha godt lys Vegglys er viktig, lyskilder ved hyllene for å se detaljer Utfordring å finne en bok, må flytte meg for godt lys til å se i bøkene Ha lupe hengende ved hyllene Sterkere belysning ved leseplasser Lysømfintlig; vanskelig med store vinduer, trenger sterkt lys	Det er mye lys i pærene i taket. «Jeg blir blendet av lyset»	Gjennomføre lysmåling i lokalet, deretter utbedre* Øke generell belysning* Sikre at lys ikke blander Styrke punktbelysningen for eksempel ved sofagrupeer og leseplasser* Leselupe/leselys ved hyllene? Bone med matt polish Plakater folieres i matt finish	Punktbelysning installeres , trygghetsskapende og over leseplasser
Hørsel og støy	Støy oppstår når det er flere som snakker eller oppholder seg i lokalet. Romklang oppleves.	Mye lyd med barnegrupper Vanskelig for de med høreapparat	Ikke så farlig med dagens bakgrunnslyder	Lydabsorbenter for å dempe akustikken*	Lydabsorbenter installert i hele

«Resepsjon området»	Dagens situasjon	Eldre personer s innspill	Personer m/demens sin vurdering	Forslag forbedringer Prioritert merket*	I gang tiltak
Miljøfaktorer					
Oversiktlige fysiske omgivelser	Resepsjonsdisk er ikke merket og plassert til høyre og bak i rommet	Kommer for bøkenes skyld og vil finne frem å finne bøker på skjerm er vanskelig	Hvor er disken? Finner ikke noen å spørre Folkene er ikke «merket» «Deichmanbåndet» på navnesklitet er vanskelig å forstå	Krykkehoder v/skranke og søkepc Merke ansatte* Infopunkt på lavere bord? Stol? Penn og papir ved infopunktet Endre innstilling på hastighet på markør på skjerm	Ansatte bruker «Deichmansnoren» synlig rundt halsen
Farger og kontraster	Ingen fremheving av viktige elementer som resepsjonsdisk, søkeskjerm, brytere, skilt i bokhylle	Ingen kommentarer	Ikke vurdert	Tydeliggjøre elementer med bruk av farger	
Merking og skilting	Ingen merking av hvor bruker skal finne hjelp til finne bok og låne bok	Mangler skilting av viktige ting	«Skiltet «reserveringsboks» vanskelig å forstå. Internspråk?	Markere hentehylle Søkemaskin må ha skilt/forklaring Merke resepsjonsdisken*	Resepsjon/skranke er merket med skilt
Syn og belysning	Ingen punktbelysning	Umulig for svaksynte Her er gjenskinn i bla skjermer	Trenger mer lys i området	Tilstrekkelig belysning	Punktbelysning installert
Hørsel og støy	se området Biblioteksrommet	Se området Biblioteksrommet	Se området Biblioteksrommet	Se området Biblioteksrommet	Se området Biblioteksrommet

Toaletter	Dagens situasjon	Eldre personers innspill	Personer m/ demens sin vurdering	Forslag forbedringer Prioritert merket*	I gang tiltak
Miljø faktorer					
Oversiktlige fysiske omgivelser	Uklar siktlinje til toalett. Ett toalett i ene siden av rommet og to på andre siden.	Trenger å finne toalett	Vannkranen (sensor) er ikke brukervennlig og har ikke en kjent utforming.	Framheve toalettdørene*	Toalettdørene framheves ved skilt
Farger og kontraster	Ikke bruk av farger for å fremheve døren	Ingen kommentarer	Ikke vurdert	Mal døren i kontrast til vegg.	
Merking og skilting	Ingen konsekvent merking Skilt på toalettdør, kan være vanskelig å tyde.	Skilte toalett m/tydelig skrift	Toalettet er ikke tydelig merket. Liten skift i merkingen på HC toalett. Det er ikke skilt som viser veien ut av rommet/toalettet. Håndtørkepapirholderen er lett å finne men ikke merket	Bedre skilting til og ut fra toalettene Bruk både symbol og tekst. Evt uthev teksten for blinde/sterkt synshemmede Toalettskilt som er lettforståelige med bilde og tekst*	Nye toalettskilt med bilde og tekst på alle toalettdører Skiltene har riktig størrelse
Syn og belysning	Svært svakt lys Umulig for svaksynte, større skilting, gjenskinn Ingen sjenerende reflekser i gulv	Må ha godt lys også når man ser normalt	Lyset inne på toalettet er svakt og ikke jevnt godt.	Sterkere belysning på toalettene*	Lyspærer er byttet på alle toalettene
Hørsel og støy	Ikke vurdert	Ingen kommentarer	Ingen kommentarer		



Oslo kommune

Pilotprosjekt 2018-2019

Alders- og demensvennlig bibliotek på Deichman Oppsal

Aktiviteter: Status, utfordringer og tiltak pr. 11.10 2018

**Senter for
fagutvikling og forskning**



**Utviklingssenter for sykehjem
og hjemmetjenester Oslo**

Møte- plass og aktivitet	Dagens situasjon	Eldre personer sine innspill Møteplass og aktivitet	Forbedringer/ tiltak Prioritert*	I gang tiltak
Språkkafe (voksne/alle)	Språkkafe avholdes en gang i uken. Eldre brukes som frivillige.	Om språkkafe: Gir godt humør, er oppmuntrende og meningsfullt med utveksling av opplevelser. Blir kjent med folk og har det hyggelig sammen, lærer om mat, kultur og hverandre. Man føler seg nyttig som frivillig. Forslag: Samtalegrupper for eksempel på engelsk hvor man snakker om et tema eller nyhet	Språkkafe	Fortsetter
Datahjelp på biblioteket	Datahjelp #1 en-til-en, m/Skøyenåsen skole (voksne/alle) Datahjelp #2 en-til-en, m/Oppsal frivilligsentral (voksne/alle)	Om datahjelp: Veldig fint fordi mange vegrer seg, få veiledning, positivt å møte unge. OK å bruke og lese ebok på Ipad,, Forslag: Ønsker å lære grunnleggende data, bruk av PC, betale regninger på nett, gå på kurs med flere, lære av hverandre og kursholder. Ønsker enkel skriftlig bruksanvisning for data å la IKEA	Datakurs*	Fortsetter i samarbeid med Treffsenteret
Foredrag og debatt	Foredrag (voksne/alle) Debatt/åpne møter (voksne/alle) Torsdagstreff (voksne/seniorer) Østensjø historielag (voksne/seniorer)	Liker ulike typer foredrag Likte frokostmøter, annen brukergruppe enn på møtene i eldreuniversitetet (pensjonister) Forslag: Forfattermøter og –dialog, bokmøter, gjerne i mindre grupper, uformelt, intimt. Kan gå dypt inn i litteratur (andre tema får vi nok av andre steder), knytte litteratur og innsikt sammen	Forfattertreff, gjerne med intervjuer og dialog*	Foredrag i forskjellig form og torsdagstreff fortsetter
		Forslag: Se film (norsk klassikere og nye), låne film, video, gode kortfilmer og diskusjon	Film*	Tilby film
		Forslag: Kreative aktiviteter som tegne, male, sy, hekle, dikt, fortellinger, skuespill Få kunstforeninger inn i biblioteket, vise at vi samarbeider, lære å male, liste på maleklubben på Oppsal?, greit lokale og materiale, veileder vedr. maleklubb	Ikke aktuelt	Ikke aktuelt
		Forslag: Musikk er alltid bra, høre på musikk på biblioteket, konsert setter utfordringer til lyd, Oppsal har dårlig akustikk. Dele sanger over kulturgrenser, synge er viktig for språket, fremmed før å synge på biblioteket, blande sang i språkkafeen, kor, allsanggrupper, sanger fra barndom kan for eksempel hjelpe personer med demens og slagpasienter	Konsserter* Sang*	Konsserter planlegges Akustikk utbedres
		Forslag: Dansekurs kunne være interessant, mange har glemt trinnene, må ha veiledning, bevegelse er viktig, seniorsenteret har dans (dans hver torsdag på Treffsenteret), samarbeide?	Dans	Informere om Seniordans

Møte- plass og aktivitet	Dagens situasjon	Personer m/demens sine innspill Møteplass og aktivitet	Forbedringer/ tiltak Prioritert*	I gang tiltak
Om bibliotek/ komme til biblioteket for å gjøre annet enn å låne bøker	Ved nullmåling 1.9 2018 Ingen aktiviteter for personer med demens	Kommer gjerne på biblioteket; mange har gjort det mye tidligere, noen gjør det fortsatt, koselig på biblioteket, vil gjerne for å gjøre annet enn å låne bøker. Er ikke på biblioteket, kjøper bøker selv. Var mye på biblioteket i ungdommen, elsket Jack London og er interessert i jakt. Glad i Hamsun.	Tilby aktiviteter for personer med demens	Tilby aktiviteter
		Ja, kan godt komme til biblioteket, men ikke bingo (ble nevnt av intervjuer). Torsdagstreff; Hvem treffer man der?		
Datahjelp på biblioteket		Om datahjelp: Datahjelp kan mange ha nytte av, hjelp med mobil og pc, har glemt det nå, kan trenge litt hjelp, har meldt meg inn i Seniornett, få hjelp til å komme på sporet igjen	Data	Ikke planlagt
		Foredrag/forfattertreff (personer med demens ble ikke spurt om dette)	Ikke aktuelt	Ikke aktuelt
		Forslag: Gamle filmer fra da vi var unge	Film	Ikke planlagt
		Om utstillinger: Se på kunst, bilder og foto, er noe helt annet (i motsetning til for eksempel til male selv), det er innafor	Utstilling	Ikke planlagt
		Om musikk: Liker å lytte til musikk, går gjerne på konsert på biblioteket (om akustikken er god), vil låne musikk Om sang: Liker å synge selv, synger gjerne med andre på biblioteket (ikke gutta), selv om jeg ikke får med meg alt, når jeg synger, da er jeg helt med	Konsert* Sang*	Tilby sang- og musikk- konserter
		Om dans: Hyggelig og gøy å danse, liker det veldig godt, det er sunt å danse, ja, hvorfor ikke? Må ha skikkelig musikk Om å se på danseforestilling: Med gode dansere er det artig, danseforestilling i kombinasjon med noe annet, må bare ikke være langtekkelig	Danseforestilling	Ikke planlagt
		Forslag: Spill, for eksempel kortspill som bridge	Ikke prioritert	Ikke planlagt

Låne bok, samling, lese	Dagens situasjon	Eldre personer sine innspill	Personer m/demens sine innspill	Forbedringer/ tiltak Prioritert*	I gang tiltak
Låne bok	Noen finner fram selv Vanskelig for enkelte å låne elektronisk Vanskelig å finne resepsjon og informasjonsdisk Vanskelig å finne ansatte som kan hjelpe	Helt greit å finne bøker, god hjelp fra personalet, jeg spør betjening om hjelp til å finne bok Prøver først å gå og titte i hyllene ellers spørre, godt å være kjent i lokalet og kjenne ansatte	Trenger hjelp med låneautomat	Tydeliggjøre info-punkt og ansatte* Skilt/annet ved låneautomaten*	Ansattsnor brukes Merke infopunkt
Bøkene	Vanskelig å finne selve boken og finne bokgenren	Gjerne flere antall bøker, utvide sortimentet, kunne lese og se på titler, være aktuelle, låne bøker, tidsskrifter Hva med ambulerende bibliotek, boka hjem til deg-tjeneste m/tlf og nett for å bestille, kanskje ha forslag til nye bøker, bibliotek ute på treffsentrene, frivillighetssentralen og seniortjenesten kan brukes til å...?	Ønsker god merking av forfatter og type bøker Bøker som er lette å lese, noveller eller korte tekster, hvor finner man sånne bøker? I en egen hylle? Aviser Ønsker nye bøker	Jobbe med samlingen: Merke ulike bokgenre som letteste bøker, korte tekster, natur, historie osv* Skilte samlingen* Se på nye utlånstilbud/fram-heve eksisterende	Utvide spesialsamling i samarbeid med Leser søker bok Skille ut lette og korte bøker Merke samlingen med skilt
Lese selv	Vanskelig å lese pga dårlig syn, belysning, hukommelse	Forstørrelsesmaskin for å kunne lese med synsproblemer	Husker ikke hva jeg har lest, hvor er jeg i boken, hva har skjedd? Klarer ikke få tak i teksten i aviser Liker å lese selv	Bedre belysning* Høytlesing aviser/bøker	Få leseombud Bedre lys på arbeidsbord og ved hyller
Høytlesing/ lesesirkel	Ikke et tilbud per dags dato, er testet ut tidligere uten stor respons	Bokomtaler, ulike samtalegrupper, lesesirkel, skjønnlitteratur, dikt, bokvenn som leser for deg, lesesirkel Lese blader, tidsskrifter og aviser, avisgruppe Lesesirkel: «Begynner å bli tynt i rekkene og trenger å komme i en gruppe, noen å snakke med», vanskelig å lese høyt, man må være flink til det, bra å bli lest høyt for hvis synet er dårlig, Lese sammen	Liker å bli lest for (ok for noen, fremmed for andre), kan være sosial aktivitet Får ikke med seg innholdet, må kunne spørre Diskutere bøker, glemmer hva man har lest, de fleste tror nei?	Høytlesning aviser/bøker m/folk som har lært å lede slike grupper* Lese/diskutere aviser	Få leseombud, frivillige/ansatte
Lydbøker	Lydbøker stor del av samlingen, men begrenset hva som kommer ut fra forlagene	Lektyre av ymse slag slik som aviser, blader, informasjonshefter, lese aviser, søke informasjon om program og aktiviteter i nærmiljøet, lydbøker	Noen velger lydbøker, kan spole tilbake om man bruker tilrettelagt spiller	Gjøre lydbøker via Norsk lyd og blindeskriftbibliotek (NLB) tilgjengelige *	Samarbeid med og info om NLB

Service	Dagens situasjon	Eldre personers innspill	Personer m/demens sine innspill	Forbedringer/ tiltak	I gang tiltak
Tidspunkt	Ble ikke vurdert	Greier å gå ut på dagtid, også om vinteren, kveldstid problematisk. kveldsaktiviteter ikke bare for eldre fordi eldre ikke så lett kan komme Kl 18 er fint? Bør ikke avslutte altfor sent. Kl 17 er fint, kan komme rett fra jobb, kombinere med middag kl 17 med barnefamilier. Felles møtepunkt for flere, for eksempel middag og deretter en aktivitet. Ikke behov for å komme utenom betjent tid Passe på at ting ikke kolliderer	Etter kl 12 Individuelt, men ikke kvelden. Kvelden for det er da pårørende kan og det ikke er dagtilbud.	Formiddag* Kveld	Tilby aktiviteter på formiddagen
Sosiale miljø	Ble ikke vurdert	Et sted å gå til for hjelp, viktig å få god hjelp Stabilitet i personal, fint og viktig å møte personalet og få god hjelp. Det sosiale er viktig, fint å bli kjent med folk. Viktig for nye brukere å føle seg velkommen, bli tatt godt i mot på samlingene, føle seg velkommen. Viktig å bli sett og kjent med tilbudet. Mer kontakt med resten av huset Kaffe, variert utvalg av varm drikke; kaffe, te evt snacks, kaffeautomat	Personer med demens kommenterte ikke dette.	Bli tatt godt i mot* Servering* Arrangementer som stimulerer til kontakt*	To medarbeidere på aktiviteter for eldre og personer med demens Fortsetter å servere kaffe og kjeks
Informasjon	Se prosjektrapporten	Få vite i god tid Plakater på samfunnshuset, plakater der folk går, si i fra, infomasjonsbukker, viktig med info for dem uten data, gjerne sammen i et fora, Bøler biblioteks venner får invitasjon, plagsomt med korttidsminnet. Oppslagstavle for andre aktiviteter	Påminnelse på epost, helst SMS SMS dagen før i denne gruppen (hjemmeboende) eller samme dag, I tillegg trykt program, aktiv sjekking er vanskelig , treger påminnelse fra andre.	Riktige kanaler for informasjon om tilbudene, og i god tid Program for mer enn en mnd av gangen*	Spre informasjon via ressurspersoner i bydelen; på seniorsenteret, demenstkoordinator og - team, på sykehjem mm
Annet	Ikke aktuelt	Ikke snakke så mye om alder, tilbudene er for alle, må være tilrettelagt for eldre, gjøre det du liker, ikke bare det som er for eldre, må ikke være rettet mot eldre bare, Arrangementene må være alders vennlige Skal alle drive med det samme – Manglerud treffsenter, samfunnshuset, biblioteket, kunstforming, filmvisning, hva er kjerneoppgaven ? handicap-parkering viktig	Snakke om eller merke med «for personer med demens’ eller ‘demens’, noen positive til dette, andre synes ikke det er nødvendig	Ha alders- og demensvennlige rammer på arrangementene*	Kommunisere tydelige rammer



Åpent møte: Hvordan kan vi lage et alders- og demensvennlig bibliotek?

**Tirsdag 28. august kl. 10.30 – kl. 12.30
på Deichman Oppsal**

Mange av bydelens eldre bruker Deichman Oppsal ofte. De låner bøker og deltar på møter som biblioteket inviterer til. Men biblioteket har god plass til flere eldre besøkende. Nå ønsker Deichman Oppsal å vite hva du mener bør gjøres slik at flere eldre og personer med demens benytter tilbudene. Hvilke tilbud liker du, og hvilke tilbud savner du? Har du en idé? Bli med på møtet og del dine forslag med oss. Målet er at du og andre eldre i Bydel Østensjø opplever at biblioteket er en lokal møteplass for gode opplevelser.

Dagens innledninger

- «Å låne en bok - utfordringer og muligheter» ved Tom Rellsve, Østensjø eldreråd
- «Universelle tilpasninger i biblioteket» ved Sigrid Aketun, Senter for fagutvikling og forskning/USHT Oslo, Sykehjemsetaten

Vi sitter ved kaffebordene, lytter til innledningene, diskuterer dagens tema og utveksler innspill og ideer med hverandre. Gratis kaffe/te og lett servering. Vi håper du kommer!

Påmelding innen torsdag 23. august:

Send sms eller ring til Mari Gudim Torp på mobil 99 50 94 70, eller send epost til mari.gudim.torp@deichman.no

For spørsmål, ta kontakt med Mari Gudim Torp på Deichman Oppsal. Biblioteket ligger i Oppsal samfunnshus, Vetlandsveien 99-101, 0685 Oslo.



Oslo Kommune
Bydel Østensjø



Senter for
fagutvikling og forskning

Utviklingssenter for sykehjem
og hjemmetjenester Oslo



DEICHMAN OPPSAL

DEICHMAN OPPSAL
VETLANDSVEIEN 99-101
DEICHMAN.NO/OPPSAL

Pilot alders- og demensvennlig bibliotek Deichman Oppsal

Program mandag 3. september 2018

Kaffe fra klokken halv ni☺

Kl. 09.00	Velkommen	Mari Gudim Torp Deichman Oppsal Ellen Wasserfall Senter for fagutvikling og forskning/USHT Oslo, Sykehjemsetaten
Kl. 09.15	Demens – samfunn, symptomer og kommunikasjon	Mai Myhre Senter for fagutvikling og forskning/USHT Oslo, Sykehjemsetaten
Kl. 10.15	Pause	
Kl. 10.30	Universelle tilpasninger i biblioteket - Notere spørsmål, ta med i gruppearbeidet	Sigrid Aketun Senter for fagutvikling og forskning/USHT Oslo, Sykehjemsetaten
Kl. 11.00	Oslo - en aldersvennlig by	Anne Berit Rafoss Byrådsavdeling for eldre, helse og arbeid
Kl. 11.30	Lunsj og bli kjent med biblioteket	
Kl. 12.10	Å låne en bok – utfordringer og muligheter	Tom Rellsve, Østensjø eldreråd
Kl. 12.30	Rutinene på Oppsal bibliotek	Mari Gudim Torp
Kl. 12.45	Gruppearbeid med pause underveis	
Kl 13.50	Oppsummering og veien videre	Mari Gudim Torp Ellen Wasserfall
Kl 14.00	Takk for i dag!	

NB Undervisningen er på Oppsal samfunnshus, rom 406, vegg-i-vegg med Oppsal bibliotek.
Adresse: Vetlandsveien 99, 0685 Oslo
Ellen Wasserfall, mobil 95 25 22 21, dersom det skulle være noe.

Akustikk lydmåling og befaring

14-08-2018

Kunde:

DEICHMAN OPPSAL

Vetlandsveien 99, 0685 Oslo

Kontaktperson: Mari Gudim Torp

Mobil: 995 09 470

Mail: mari.gudim.torp@deichman.no



Beskrivelse av problemet, areal

Det er vesentlig og ubehagelig etterklang i biblioteket og bruker ønsker å forbedre akustikken for å oppnå bedre rom komfort, samt komme innenfor forskriftet ihht. NS8175:2012. Gulvene er belagt med harde materialer parkett, vegger og tak er kledd med gipsplater. Det er mye vindusareal.

Generelt sett er det mange harde reflekterende flater på i biblioteket. Stor takhøyde samt meget åpent lokale resulterer i stort romvolum som bidrar til å forsterke etterklang i hele biblioteket. Det mangler grunnleggende absorpsjon i lokalet.

Det er nødvendig å få ned:

1. Etterklang (ekko) i arealene.

Målinger av areal, etterklang og hvilestøy.

Målinger er foretatt vha Norsonic 131

Akustikk i arealet

- Antall m³: ca. 1536 m³
- Takhøyde: 3, 27 m

Etterklangsmåling (RT 60):

- Foretok 3 målinger spredt utover arealet
- Etterklangen ble gjennomsnittlig målt til 0,90 Tsek

Kommentarer og anbefalinger

Vi forholder oss til gjeldende forskrift, **NS8175:2012, tabell 43, klasse B** for høyeste tillatte etterklangtid i biblioteker.

I biblioteket er etterklangstiden svært høy og dette skaper dårlige forhold for dialog og komfortabelt opphold og samvær, spesielt når flere personer er samlet. Det forringer taletydelighet og taleoppfattelse. Det forringer betydelig opplevelsen av for eksempel samtale, musikk og fremført lyd.

For å forbedre akustikken og dermed lydforholdene i lokalene har vi i våre beregninger lagt til grunn en ønsket etterklangtid på ca **0,52** i hht. forskriftet. Dette hensyntatt hva rommene brukes til.

Tiltak i arealene som er lydmålt for å få ned etterklang.

Følgende tiltak bør utføres i arealene:

Kle tak med lydabsorbenter for å få ned etterklangen og støy.

Beregningene viser at det må installeres ca. **226 m²** høyverdig lydabsorberende overflate fordelt i arealene for å oppnå bedre forhold for dialog og komfortabelt opphold og samvær. Fordeling av dette pr areal fremgår av høyre nedre kolonne, rad 1 i vedlagte beregninger (merket rødt).

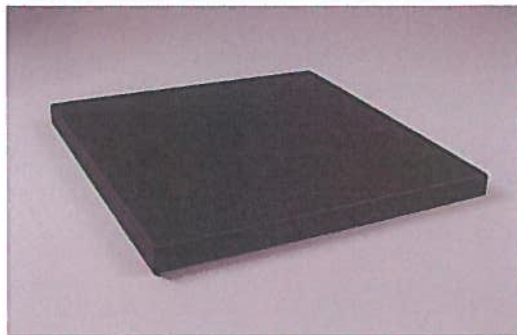


Anbefalt absorbent til tiltaket i arealene:

Eira 40 Svart (tak og veggabsorbent)

Denne platen er utviklet spesielt med tanke på montasje limt direkte i tak eller på vegg. Vedlagt følger datablad for platen. Der beskrives diverse aspekter i hht CE krav.

I biblioteket vil vi benytte spesialabsorbenten Eira 40 i ulike størrelser for å få til et meget godt sluttresultat. Vi vil unngå mye tilpasninger og kutt i platene.



Kostnadsestimat:

Bibliotek - totalt: 226 m²:

Ved bruk av absorbenten **Eira 40**.

- Materialer inkl festemiddel: ca. 148 100,- kr.
- Eventuell montasje vha montør: ca. 52 000,- kr.
- Rigg og drift ved montør: ca. 1. 800,- kr.
- Sum estimat: ca. 201 900,- kr ekskl mva. og frakt.

NB! Vi kan gi dere 15% rabatt på materialer. Rabatt er ikke vist i estimatet.

Andre kostnader

I forbindelse med montasje kan det oppstå tilleggsarbeider og tilpasninger som ikke er forutsett.

Diverse demontering og remontering av f.eks. lamper.

Kjøring, bompenger mm tilkommer normalt. Samt frakt av varer fra lager.

Prisliste for montasjetjenester er vedlagt (priser i prislisten er ekskl mva).

Eventuelt arbeid utført av elektriker faktureres separat.



Om lydabsorbentene

Holdbarhet

Alle platene er antibakterielle og er behandlet mot muggdannelse.

På spesielt utsatte steder kan en med fordel bruke produktet **Frigg** (tekstilkledd absorbent). *Frigg* er slagfaste plater som tåler mye.

Frigg kan rengjøres med oppvridd klut med vanlig husholdningssåpe og/eller støvsuges.

Platene har lang levetid.

Estetikk/dekor

Det er mulig å kle deler av veggene med absorberende plater av typen **Frigg**. På denne platen er det også mulig å printe motiv.

Vedrørende montering

Har man ikke erfaring med bygg/renovering anbefaler vi at profesjonelle montører brukes til monteringen. Erfaringsmessig gir dette det beste resultat. Om ønskelig formidler vi derfor montering fra dyktige montører med solid erfaring. Prisliste for montasjetjenester er vedlagt.

Sluttkommentar

For ordens skyld vil vi nevne at målt etterklangstid i biblioteket ikke er tillatt og at umiddelbare tiltak ville bli krevd av Arbeidstilsynet.

Vi vil også poengtere at arealene mangler det vi kaller «grunnleggende lydabsorpsjon».

Ved å gjennomføre ovennevnte tiltak vil etterklangen i rommene dempes betydelig.

Taletydelighet og taleoppfattelse vil bedres vesentlig og forflytningen av lyd i rommene og opplevelsen av støy fra mennesker og aktivitet vil reduseres vesentlig. Opplevelse og bruk av mikrofon og musikkanlegg, samt samtaler og festligheter vil bli betydelig forbedret.

Opphold i arealene vil oppleves mye mer komfortabelt, spesielt når flere er samlet og der er økt aktivitet. Det vil også ha positiv påvirkning på lydnivået målt i dB i arealet. Konstant lydnivå fra innendørs og utendørs lydkilder måles i dB og skal ikke ligge over 30 dB ref. NS 8175:2012.

Tiltak som utføres som beskrevet av oss kontrollmåles etter ferdigstillelse.

NB! Dere avgjør selv hvorvidt og i hvilken grad dere utfører tiltak.

Forbehold om skrivefeil.

Vennlig hilsen

Mads Lindhardsen

Prosjektleder

ml@akustikkcenter.no

Tlf: 913 70 557



Mari Gudim Torp

Fra: Mads Lindhardsen <ml@akustikksenter.no>
Sendt: onsdag 20. februar 2019 10.26
Til: Mari Gudim Torp
Emne: Kontrollmåling & skillevegger - Bibliotek - Norsk Akustikksenter AS
Vedlegg: Tilbud_2965 - skillevegger.pdf; Datablad Hugin Akustikk skillevegg .pdf

Oppfølgingsflagg: Følg opp
Status for flagg: Fullført

Hei,

Her er resultatene og vedlagt ligger tilbud på lyddempende skillevegger samt datablad på disse.

Måleresultat:

Etterklang:

- Før: 0,9 sekunder
- Etter: 0,44 sekunder
- Mål ihht. NS8175:2012: 0,52 sekunder

Konklusjon: dere er nå godt innenfor forskriftet NS8175:2012. Tiltaket i deres lokaler hadde høyere effekt enn forventet og resultatet er nå svært bra.

Videre tiltak: Brukere beskriver at de ennå skjemmes av støy fra scenen (*høytopplesning m.m.*). Det er pga. retningsbestemt støy som ikke stoppes før den når resten av lokalet og brukere som ønsker stillhet. Eneste måten å minske slik støy er ved å fysisk hindre lyden å nå fram. Dette gjøres ved hjelp av akustiske skillevegger. Som avtalt ligger det et tilbud vedlagt og dere har fått 20% rabatt på materiell, slik som på første leveranse.

Hører fra deg/dere 😊

Vennlig hilsen

Mads Lindhardsen
Avdelingsleder Østlandet



Tlf: +47 913 70 557
Sentralbord: +47 902 38 611

Fra: Mari Gudim Torp [<mailto:mari.gudim.torp@deichman.no>]
Sendt: tirsdag 19. februar 2019 08:34
Til: Mads Lindhardsen <ml@akustikksenter.no>
Emne: Sv: Kontrollmåling - Bibliotek - Norsk Akustikksenter AS

Nei, kan du sende på nytt?

Mvh Mari Gudim Torp, seksjonsleder Deichman Bøler og Deichman Oppsal, tlf 99509470



INSTALLATØREN

OSLO

Et selskap i Installatøren Gruppen

Deichmanske Bibliotek Oppsal

V. Mari Gudim Torp

Mail: mari.gudim.torp@deichman.no

Dato

21.09.2018

Referanse

Rafal Kosinski

BELYSNING RAPPORT – DEICHMANSKE BIBLIOTEK AVD OPPSAL

Kontroll dato: 20.09.2018
Utført av: Rafal Kosinski
Utført måling: Lux – målinger i lesesal

Krav

Arbeidsbelysning er et av de sentrale HMS-tiltakene i arbeidslivet. I Arbeidsmiljøloven kapittel 4-4, forskrift om arbeidsplasser og arbeidslokaler § 8 står det følgende: «Arbeidsbelysning skal være fullt forsvarlig ut fra hensynet til arbeidstakerens helse, miljø, sikkerhet og velferd»

Energikrav og energieffektivisering av belysningsanlegg er i dag regulert av Plan og bygningsloven og TEK (teknisk forskrift), som stiller krav til gjennomsnittlig effektbehov i driftstiden. Standardiserte inndata for kontrollberegning av belysningens effektbehov er gitt i NS 3031:2007

Lyskultur

For å tilfredsstille kravene i arbeidsmiljøloven og byggeforskriftene har vi tatt utgangspunkt i tabell fra Lyskultur. Dette er en veileder for prosjektering av belysning, som følger den europeiske standarden: NS-EN 12464-1 Lys og belysning – Belysning av arbeidsplasser – Del 1: Innendørs arbeidsplasser. Publikasjonen legger føringer for planlegging av belysningsanlegg, og forklarer begrepene som benyttes. I Lyskultur publikasjon i tabell 1 er det utarbeidet tabeller over de forskjellige typer arbeidsplasser.

**INSTALLATØREN**

OSLO

Et selskap i Installatøren Gruppen

Luxtabell

Sjekklisten nedenfor er hentet fra temaheftet Luxtabell og planleggingskriterier for innendørs belysningsanlegg utgitt av Lyskultur. Kolonnen merknader er supplert med egne erfaringer.

Romtype, oppgaver eller aktivitet	Belysningsstyrkelux	Fargegjengivelsesindeks, Ra	Merknader
Klasserom, introduksjons- og veiledningsrom	300	80	Lysregulering bør tilstrebes
Klasserom for kvelds- og voksenundervisning	500	80	Lysregulering bør tilstrebes
Forelesningssal	500	80	Lysregulering bør tilstrebes
Tavle	500	80	Unngå refleksjoner
Demonstrasjonsbord	500	80	I forelesningssaler: 750lux
Kunstrom	500	80	
Kunst i kunstgallerier	750	80	
Tegnesal, teknisk tegning	750	80	
Øvingsrom og laboratorier	500	80	
Håndarbeidsrom	500	80	
Undervisning/grupperom	500	80	
Musikk, øvingsrom	300	80	
Dataøvingsrom	300	80	
Språklaboratorier	300	80	
Forberedelsesrom/grupperom	500	80	
Personalrom	300	80	
Fellesrom, samlingsrom for studenter	200	80	Lysregulering bør tilstrebes
Inngangsparti	200	80	
Vrimlearealer, korridorer	100	80	
Trapper	150	80	
Bibliotek bokhyll (ikke publikumsområder)	200	80	
Bibliotek, lesesal (publikumsområder)	500	80	
Lagerrom for læremateriell	100	80	
Idretthaller, gymnastikksaler, svømmehaller	300	80	
Kantiner	200	80	
Kjøkken/tekjøkken	500	80	
Barnehage			
Lekerom	300	80	Lysregulering bør tilstrebes
Stellerom	300	80	
Aktivitetsrom	300	80	
Kontorer			
Arkivering, kopiering etc.	300	80	
Skriving, skrivemaskinarbeid, lesing arbeid på dataskjermer	500	80	Arbeid ved dataskjerm
Konferanse- og møterom	500	80	Lysregulering bør tilstrebes
Resepsjonsdisk	300	80	

Tekniske begreper

Når vi jobber med lysberegninger, må vi ha kjennskap til en del tekniske begreper og forkortelser.

- Em: Viser den gjennomsnittlige lysstyrken i Lux for rommet.
- Ra: Ra er fargegjengivelsen



INSTALLATØREN

OSLO

Et selskap i Installatøren Gruppen

Kommentar:

Etter målinger gjort 20.09.2018 kommer det tydelig frem at det er for lite lys i publikumsområder ved Deichamske avd. Oppsal. Kravet på 500lux er ikke overholdt noen steder i biblioteket. Spesielt ved leseområder er det viktig å være innenfor kravet.

Løsningen som er pr. dags dato med lyspærer uten lampeskjerm hengende ned fra tak gjør at lyset har god spredning, men blir ikke sentrert nok og når ikke høy nok styrke i leteområdene.

Det anbefales å prosjektere ny egen belysning i tillegg til eksisterende belysning som bedrer disse forholdene.

Ta gjerne kontakt ved videre spørsmål.

For installatøren Oslo

Rafal Kosinski
rafal@installatoren.as
Tlf 939 57 332

Installatøren Oslo AS

Orgnr: 985 885 443
www.installatoren.as
4000 2122 / post@installatoren.as

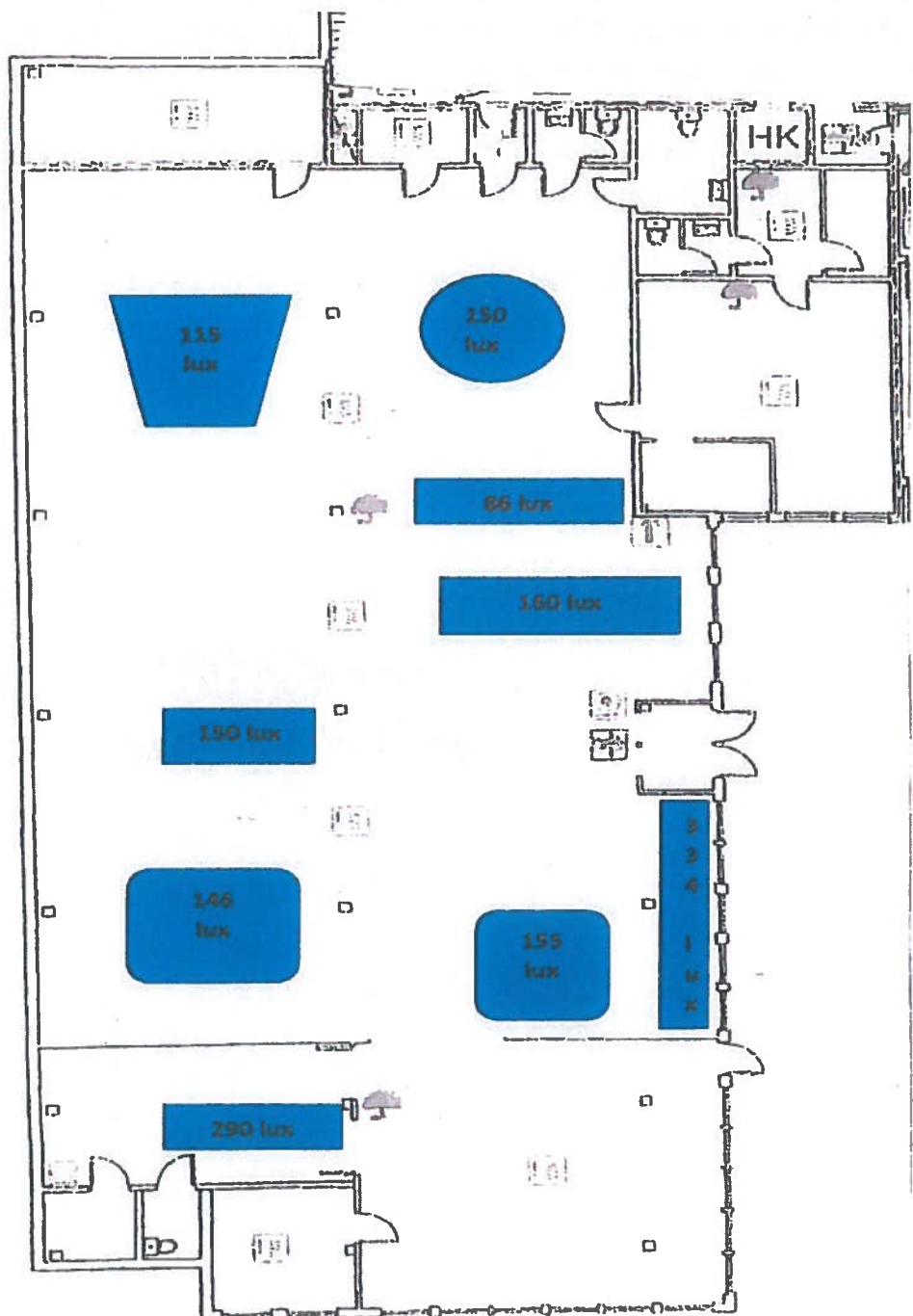


INSTALLATØREN

OSLO

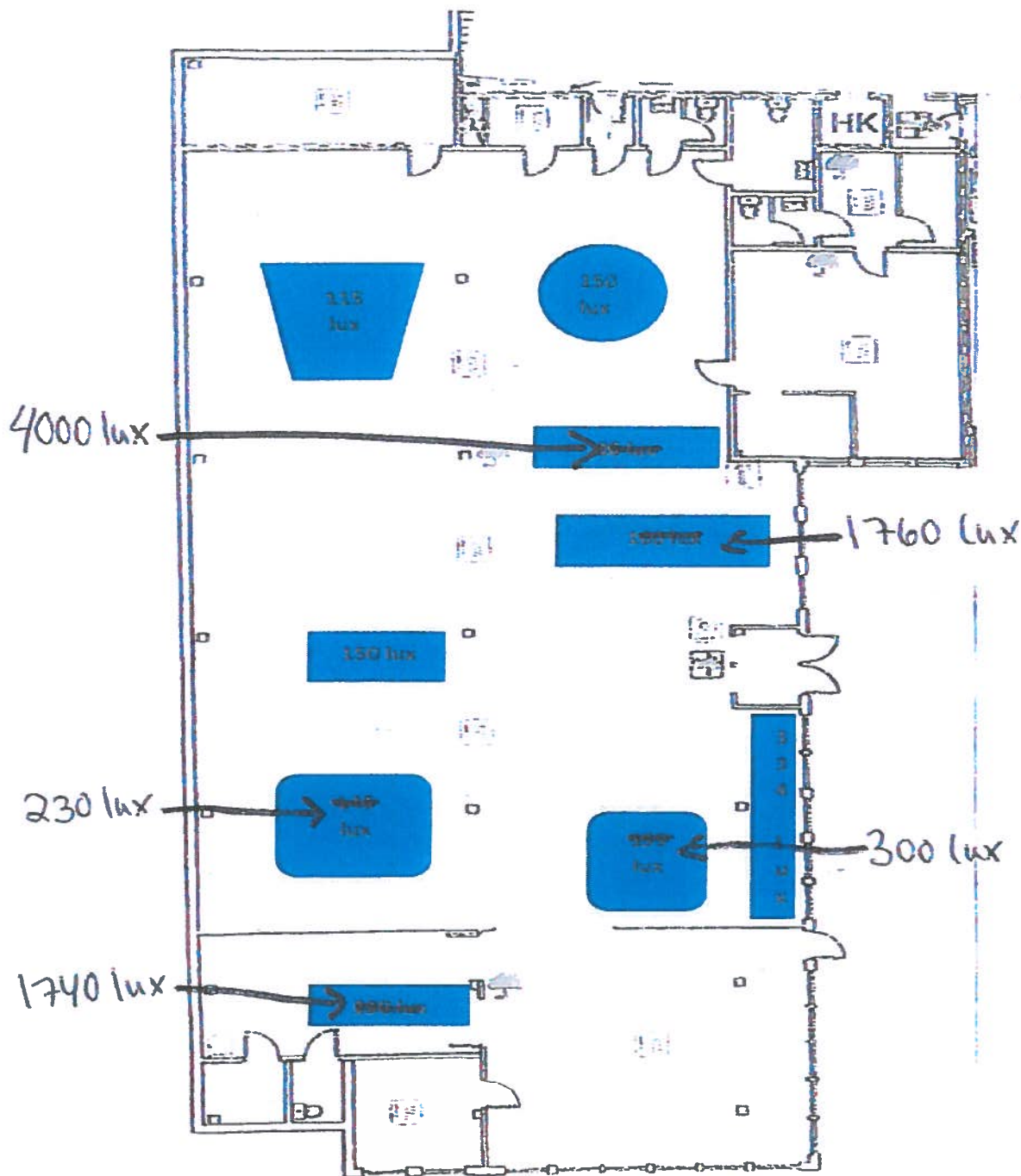
Et selskap i Installatøren Gruppen

Måleresultater ved Deichmanske avd. Oppsal:





17.10.18

Måleresultater ved Deichmanske avd. Oppsal:



Velkommen til lansering og minikonsert

Tirsdag 23. oktober kl. 13.00-14.00

Bli kjent med nytt alders- og demensvennlig bibliotek på Oppsal.

Byrådene Rina Mariann Hansen og Tone Tellevik Dahl vil offisielt lansere tilbudet.

Arrangementet er åpent for alle og vil by på informasjon om prosjektet, lett servering og **minikonsert med artist og visesanger Kari Svendsen.**

Ta gjerne med deg en venn. Vi møter deg ved inngangen og assisterer videre. Har du spørsmål om arrangementet eller andre saker, henvend deg til biblioteket i betjent tid eller kontakt Mari Gudim Torp mari.gudim.torp@deichman.no / 22 76 12 60.

DEICHMAN OPPSAL



Oslo Kommune
Bydel Østensjø



Senter for
fagutvikling og forskning

Utviklingssenter for sykehjem
og hjemmetjenester Oslo



DEICHMAN OPPSAL
VETLANDSVEIEN 99-101
DEICHMAN.NO/OPPSAL

Alders- og demensvennlig bibliotek på Oppsal

program høst 2018



DEICHMAN
OPPSAL

Program

OKTOBER

- 8.10. kl. 19 Helene Sandvig med foredraget "Et langsomt farvel"
En sterk historie om å være pårørende til en far med demens.
- 11.10. kl. 11 Torsdagstreff med Seniordans Norge "Informasjon og inspirasjon"
- 18.10. kl. 11 Torsdagstreff med Odd Karsten Tveit
Foredraget "Gudfaren. Trygve Lie. Gudfaren som sviktet FN"
- 23.10. kl. 11 Lansering av alders- og demensvennlig bibliotek, info og taler,
og minikonsert med Kari Svendsen.
- 25.10. kl. 11 Torsdagstreff med film! Vi snurrer filmen "Kings Bay" (2017) om
ulykken fra gruen på Svalbard. Lengde: 1 t 33 min.

NOVEMBER

- 1.11.+2.11. kl. 10-14 Datakurs i samarbeid med Oppsal treffsenter.
Tema: Nettpassord og Vipps. Påmelding til biblioteket.
- 6.11. kl. 11-12.30 «Å lese for andre» kurs og inspirasjon om høytlesning. For deg som
leser for andre eller kunne tenke deg å bli leseombud.
- 8.11. kl. 11 Torsdagstreff med Finn Arnt fra historielaget om Oppsals lokalhistorie
- 12.11. kl. 13.30 Konsert med Østensjø seniorkor
Kom og opplev vakre og varmende toner!
- 20.11. kl. 13 Konserten "Visesang og popmusikk" med Elita, Daniel og Marie
Musikkterapistudenter fra Norges musikkhøgskole gleder oss med
musikk. Åpen for alle, og spesielt tilrettelagt for personer med demens.
- 22.11. kl. 13 Torsdagstreff med Terje Emberland, religionshistoriker og forfatter.
Forteller om tiden "Da fascismen kom til Norge".
- 29.11. kl. 11 Torsdagstreff med film! Vi snurrer filmen "Offer eller spion" (2014) om
sabotasjelederen Asbjørn Sunde.

DESEMBER

- 6.12.+7.12. kl. 10-14 Datakurs i samarbeid med Oppsal treffsenter.
Tema: Facebook. Påmelding til biblioteket.
- 13.12. kl. 11 Torsdagstreff med Hanne Kristin Rohde. Tidligere politiinspektør
forteller om veien fra politi til bestselgende krimforfatter.
- 13.12 kl. 11 Konsert med trubadur Bengt-Ole Nordström.
- 20.12 kl.11 Torsdagstreff og julekonsert med av Sigrid (vokal) , Andreas
(kontrabass) , Jan (piano) og Emil (stealgitar).
Tidligere studenter ved Norges Musikkhøgskole.

Om tilbudene

Våre tilbud er laget på bakgrunn av innspill fra eldre og personer med demens. Vi har fått flotte forslag som for eksempel konsertopplevelser og høytlesning, og jobber nå med et program som består av film, foredrag, forfattermøter, datahjelp og musikk.

Deichman Oppsal er i gang med et samarbeid med **Leser søker bok**, der leseombud kan lære å lese høyt for grupper i biblioteket eller ute på institusjoner. Vi jobber med å finne frivillige som ønsker å lese høyt for andre, ta gjerne kontakt om du synes dette virker interessant. Vi har også innledet et samarbeid med **Norsk lyd og blindeskriftbibliotek** for å kunne tilby flere lydbøker for alle som ønsker det.

Biblioteket fortsetter å jobbe med å utvikle tilbudene. Har du en idé eller et forslag til aktivitet på biblioteket? Ta kontakt med seksjonsleder Mari Gudim Torp på 99 50 94 70 eller skriv en e-post til mari.gudim.torp@deichman.no

Flere aktiviteter kommer utover høsten og vinteren, og disse finner du oversikt over i våre månedsprogram og på våre nettsider www.deichman.no/oppsal

Praktisk informasjon om våre arrangementer

Få hjelp når du trenger det, vi bistår gjerne

Opplev relevant innhold og aktiviteter, helt gratis

Enkel servering

Gratis parkering i parkeringshuset Oppsal senter inntil 3 timer

Enkel adkomst, biblioteket ligger i Oppsal samfunnshus

Se etter symbolet **Oslo+** på våre arrangementer

Om pilotprosjektet

Pilotprosjektet Alders- og demensvennlig bibliotek på Deichman Oppsal skal teste ut forskjellige tiltak som kan bidra til at eldre og personer med demens i større grad benytter bibliotekets tilbud.

Eldre og personer med demens er invitert til medvirkning, og biblioteket vil tilpasse tilbudet ut fra behov og ønsker som kommer fram. Tilpasninger og nye tilbud vil bli prøvd ut, og ansatte vil få opplæring i alders- og demensvennlighet.

Biblioteket vil samarbeide med viktige lokale ressurser: helsepersonell, demensforening og pårørende i bydelen. På nyåret 2019 vil resultatene av arbeidet bli evaluert, og en skriftlig rapport utarbeidet. Deretter vil man vurdere om arbeidet skal overføres til andre av Oslos bibliotek.

Pilotprosjektet er et samarbeid mellom Deichman, Sykehjemsetaten v/Senter for fagutvikling og forskning og Bydel Østensjø. Det startet i mars 2018 og avsluttes i februar 2019.

Kontakt

Har du spørsmål til piloten?

Ta kontakt med prosjektleder Ellen Wasserfall på 95 25 22 21 eller skriv en e-post til ellen.wasserfall@sye.oslo.kommune.no

Deichman Oppsal
Vetlandsveien 99-101
Telefon: 22 76 12 60
www.deichman.no/oppsal

