

# Demonstrasjonsbolig

## Hva?

«Den trygge boligen» er en pop-up leilighet som rom for rom viser enkle måter å gjøre hjemmet tryggere. «Leiligheten» er et lokale møblert som et hjem, med nyttig informasjon, veiledning og gode tips. De besøkende får se eksempler på brann- og fallfarer, og presenteres smarte måter å forebygge på.

## Hvorfor?

De fleste ulykker skjer i hjemmet og risikoen øker med alderen. Fall er den viktigste skadeårsaken. Ti prosent av de over 65 år pådrar seg en skade i løpet av et år, og av disse skyldes minst 80 prosent fall. 60 prosent av fallskadene i bolig og boligområder rammer folk over 80 år. Det er nyttig å vise at en bolig ikke trenger å være full av hjelpemidler for å være tryggere. Det er ofte de enkle grepene som er de mest effektfulle.

## Arrangør

Ansatte i kommunen. Det kan være folkehelsekoordinator, seniorveileder, frivillighetssentral eller hjemmetjenesten. Det optimale er å inkludere flere sektorer i en arbeidsgruppe som kan komme med innspill.

## Målgruppe

Innbyggere som er i posisjon til å planlegge sin egen alderdom og som ønsker å finne ut av hva som kan gjøre dagliglivet aktivt og tryggere å leve. Pårørende som ønsker å hjelpe foreldre, familie eller venner og samtidig redusere egne bekymringer.



*Snu arket for å lese mer om hvordan du skaper «Den trygge boligen» →*



## Hvordan?

«Den trygge boligen» kan innredes som et hjem med så mange rom man har plass og kapasitet til. Leiligheten viser frem ulike fall- og brannfarer som kan oppstå i hjemmet, og presenterer forslag til enkle grep og smarte løsninger for hvordan man kan gjøre boligen tryggere og bedre å bo i. Besøkende får tilbud om en guidet omvisning i leiligheten, eller kan selv gå rundt og lese tips som henger på veggen.

## Budsjett

En demonstrasjonsbolig trenger ikke å koste mye ekstra. Dersom en ansatt i kommunen får avsatt tid til å jobbe med dette, vil det ikke kreve ekstra lønnskostnader. Lokale kan man ofte låne i kommunen (eksempler kan være foajé i rådhuset, bibliotek, seniorsenter, frivilligsentral eller lignende). Alternativt kan en lokal eiendomsforvalter kanskje stille med et lokale, for eksempel et butikklokale som står midlertidig tomt.

Møbler og gjenstander kan ofte fås tak i gratis på Finn.no eller lignende steder. Spør kolleger om de har noe de vil låne ut eller gi bort. Butikker kan sponse med ulike produkter. Hjelpemiddelsentralen låner kanskje bort noe. Brannvesenet stiller ofte med komfyrvakt, røykvarsler og annet brannforebyggende materiell som kan stilles ut.

*Kontakt gjerne oss i Skafor for å bli satt i kontakt med andre som har arrangert demonstrasjonsbolig. Erfaringsdeling er alltid nyttig.*

## Innhold

Her er det kun fantasien som setter grenser! De viktigste rommene er kjøkken, bad, stue og soverom. Tenk i hovedsak på fall- og brannforebygging, og supplert med mer dersom dere har ressurser til det. Skafor har plakater med tips og «visste du at...» som er fine å henge opp i en slik leilighet.

Mange benytter seg også av velferdsteknologi, og viser frem dette. Det har kommet mye god teknologi på markedet, men husk at det enkle ofte er det beste.

## Markedsføring

Få tak i lokalavisen og lokalradioen. Del informasjon på sosiale medier. Hvis ikke noen i kommunen er skikkelig gode på dette, kan dere be ungdommer som er interessert i film, kommunikasjon og sosiale medier til å hjelpe dere. For eksempel kan dere invitere videregående elever ved medier og kommunikasjon til å lage reportasje og film som kan benyttes i ulike kanaler.



## Hva er Seniorsikker?

Stadig flere av oss lever lenger, og de fleste vil ønske å bo i sin egen bolig så lenge som mulig. Samtidig vet vi at eldre er utsatt for ulykker, og at de fleste skader skjer i hjemmet. Hvordan kan vi forebygge? Hvordan kan risiko kan ryddes, ulykker forhindres, skader forebygges, så seniorer kan bo lengst mulig hjemme – trygt og sikkert? Med Seniorsikker ønsker vi å inspirere og motivere kommuner til å gjøre en innsats for Eldres sikkerhet gjennom enkle forebyggings tiltak – som virker.

Seniorsikker er et tiltak fra Skadeforebyggende forum.

→ [www.skafor.org/seniorsikker](http://www.skafor.org/seniorsikker)



**Seniorsikker**  
Trygg • Hjemme • Lenge