

## Hva kan du se etter?

### 1. UTFORMING

Howdan et område er utformet har betydning for både bruken og sikkerheten.

- Hva blir området brukt til?
- Er området oversiktig?
- Finnes det snublefeller eller farlige gjenstander som kan føre til skade?

### 2. VEDLIKEHOLD

Vedlikehold er nødvendig for å opprettholde et trivelig og trygt område.

- Fjernes grus fra veier og fortau?
- Blir utearealet ryddet for søppel og gjenstander som kan utgjøre fare?
- Finnes det slitne lekeapparater eller farlige konstruksjoner i området?
- Blir snø og istapper på hustak fjernet av gårdeiere?
- Beskjæring er viktig for god sikt.

### 3. SAMFUNNET

Ulike mennesker har ulike behov.

- Hvem bruker området?
- Er området tilpasset ulike aldersgrupper?
- Er det universelt utformet?
- Blir området brukt i det hele tatt?

### 4. INDIVIDET

Personlig trivsel er også viktig.

- Hva gjør at du føler deg trygg/utrygg?
- Føler du deg mindre trygg her sammenlignet med andre steder?
- Er det andre mennesker i området du kan henvende deg til?
- Får du en god følelse av å være her?

## NYTTIGE VANDRINGSGUIDER

[www.skafor.org/vandringsguider](http://www.skafor.org/vandringsguider)

1. Gang- og sykkelvei.
2. Syklister og fotgjengere ved bilvei.
3. Holdeplasser for kollektiv transport.
4. Boligkomplekser og entréer.
5. Parkeringsplasser.
6. Gangtunneler.
7. Torg.
8. Skoler og barnehager.
9. Lekeplasser.
10. Badeplasser og brygger.



## TRYGGHETSVANDRING

For et tryggere, triveligere og mer tilgjengelig nærmiljø



### Skadeforebyggende forum

Skadeforebyggende forum (Skafor) er en ideell organisasjon som arbeider for å forebygge skader og ulykker. Vi samarbeider med nasjonale myndigheter, kommuner og organisasjoner over hele landet.

Se [www.skafor.org](http://www.skafor.org) for mer informasjon.



### HVA?

Et tiltak som samler og engasjerer mennesker til innsats for lokalmiljøet. Gruppen ser på et utvalgt område, mulige farer og risikoforhold, og foreslår endringer.

### HVORFOR?

Et trygt nærmiljø kommer ikke av seg selv. Det krever innsats og vedlikehold. De som benytter seg av området kan fortelle hva som fungerer og hva som trenger forbedringer. Med en trygghetsvandring kan du også bli bedre kjent med naboene og styrke samholdet i lokalmiljøet.

### HVEM?

Hvem som helst! Det kan være kommunen som vil utbedre et område og inviterer frivillige til å gjennomføre en vandring. Det lokale idrettslaget, velforeningen, foreldre/ FAU, politiet eller ildsjeler som brenner for et godt nærmiljø kan være initiativtakere.

Vandringen kan brukes for å legge press på ulike aktører og skaper forventninger. Initiativtaker til en vandring må være forberedt på å følge opp med tiltak og innsats.



## Trygghetsvandring i fire trinn

Trygghetsvandring bør gjennomføres med en tydelig plan, fra start til konklusjon.

### Trinn 1: PLANLEGGE

Hva er målet for vandringen? Hvor skal vi vandre?  
Hva er tidsplanen? Hvem skal bli med? Passer dere på at alle får penn og papir og tar bilder underveis?  
Hvem er vandringsleder og hvem sørger for at funnene blir notert og rapportert inn til riktig instans/person?

### Trinn 2: VANDRE

Det er en fordel om gruppene er bredt sammensatt for å få frem ulike synspunkter, men de bør ikke være større enn at hele gruppen kan samarbeide og diskutere funnene i fellesskap.

### Trinn 3: DISKUTERE

Rett etter vandringen samles alle for å diskutere funn og refleksjoner. Avhenger synspunktene av alder eller andre forskjeller? Kan deltagerne bli enige om tiltak som gjør området tryggere for alle?

### Trinn 4: RAPPORTERE

En anbefaling med aktuelle tiltak på kort og lang sikt overleveres til de som har bestilt vandringen eller til å øve press på lokale myndigheter/andre for å få gjennomført tiltak. Den kan også sendes til pressen.

Det er viktig å minne deltakerne om hvilke forventninger de kan ha til tiltak og forbedringer etter vandringen. Det er klokt å være tydelig på forhold det ikke er aktuelt å gjøre noe med.

Deltakerne bør få informasjon om tiltak som blir gjennomført etter vandringen, slik at de kan se resultater av innsatsen.

## Eksempler

Bærum kommune har gjennomført trygghetsvandring rundt alle seniorsentrene. Her har brukerne og ansatte vært med. Færre fall og økt trygghet for seniorer er vinn-vinn for kommunen.

Bydel Stovner sjekket belysningen i gangtunneler, rundt stoppesteder for bussen og andre steder rundt senteret. God belysning gir økt trygghet.

I Halden kommune ble man bevisst at mange søppel-dunker sto for nære husvegger. «Flytt en dunk»-kampanjen ledet til økt brannsikkerhet.

Færder kommune inviterte til vandring på badeplasser. Livbøyer, badestiger, glatte fjell, stupesikkerhet,toaletter og andre forhold ble vurdert. Slik kunne kommunen gjøre badeplassene tryggere og triveligere.



660 000 mennesker skader seg hvert år. Mange ulykker skjer utendørs, og mange kan forebygges.  
Start din trygghetsvandring i dag.

