

TRYGG & VÄLMÅENDE

– utformning av Den goda staden

Förord

Den här skriften är en uppföljning på det tidigare häftet ”TRYGG & SÄKER - utformning av Den goda staden”¹ från 2003. Det häftet kunde användas som en checklista med syfte att bedöma konsekvenser av hur stadsplaneringsåtgärder påverkar trygghet och säkerhet på allmänna platser. Denna skrift inbegriper även hur hälsa och välbefinnande påverkas av utformningen av närmiljön.

Skriften vänder sig till planerare, beslutsfattare och andra som ansvarar för hantering av fysiska platser och som vill se välmående och trygga människor i dessa miljöer. Skriften är utformad med en första mer teoretisk del och en andra del med exempel och illustrationer. Delarna kan exempelvis användas som ett komplement till ett arkitektoniskt kvalitetsprogram för att nå önskade sociala kvaliteter.

Personer med olika kompetenser har varit behjälpliga i framtagandet. Framför allt representanter från Helsingborgs stadsbyggnadsförvaltning som har ingått i en arbetsgrupp. Därutöver har avdelningen för hållbar utveckling och stadens lokala brottsförebyggande råd kommenterat upplägg och innehåll. Nyttiga synpunkter har även kommit från Gerd Cruse Sondén på Tryggare och Mänskligare Göteborg. Det kommunala bostadsbolaget Helsingborgshem och boende i fyra kvarter har hjälpt till genom att fungera som exempel och bollplank. Texten har författats av arkitekt Marianne Dock som arbetar på avdelningen för hållbar utveckling och nås via marianne.dock@helsingborg.se.

Helsingborg oktober 2007, Kommunstyrelsens förvaltning,
avdelningen för hållbar utveckling.



Sammanfattning

Platsers sammanhang och utformning påverkar hur vi mår och hur trygga vi känner oss. Vi har alla exempel på platser som får oss att trivas och känna oss delaktiga, och på platser som signalerar otrygghet och brist på kontroll och sammanhang. Syftet med denna skrift är att höja medvetenhet kring vilka faktorer som påverkar dessa känslor och att inspirera till en fysisk planering som sätter människans välmående i centrum.

Hela samhället påverkas

Det är inte bara individen som har nytta av att vara trygg och må bra. Självklart påverkas hela samhället. Trygga och välmående människor bidrar till positiva möten och ett gott samhällsklimat. Motsatsen är när individen på grund av rädsla exempelvis undviker att jogga i parken eller ta sig till kvällsaktiviteten. När någon känner sig tvingad att avstå från att delta i samhällslivet är det ett hot mot demokrati och valfrihet. Eftersom mest kvinnor hör till den grupp som avstår aktiviteter på grund av rädsla blir trygghet också en genusfråga.

Kopplingen trygghet och hälsa har inspirerats av WHO:s organisation Healthy Cities. Deras tankar kring hälsosam stadsplanering och hälsosamt åldrande har förenats i begreppet Healthy Urban Design – att utforma platser som främjar god folkhälsa och goda livsmiljöer. Ett nyckelord när man förenar olika discipliner för att få ett helhetsgrepp är *tillsammans*. Med olika kompetenser kan man belysa en nyexploatering eller en befintlig plats från olika håll. Ingen aktör kan ensam spanna över de faktorer som påverkar hur vi upplever vår omgivning. Det handlar om upplevelser av känslomässig karaktär som ska kombineras med praktiska och funktionella aspekter. Inte minst får vi glömma att arbeta tillsammans med de verkliga experterna på platsen, nämligen de som bor och verkar där.

Utformning som underlättar kontroll

Att känna sig trygg och må bra handlar till stor del om att ha kontroll över sin vardag. Det är när man är trygg man kan och vågar engagera sig i frågor från situationen i det egna kvarteret till de stora samhällsfrågorna. Människors engagemang är svaret på många frågor om hur vi ska komma till rätta med oegentligheter i samhället. Planerare kan inte ge människor kontroll och engagemang, men de kan underlätta för det.

De illustrerade exemplen visar på situationer kring fysiska möten och fysiska aktiviteter. De ger olika infallsvinklar på hur en medveten planering kan stödja individens möjlighet till känsla av kontroll. Illustrationerna ger sig inte ut för att vara heltäckande i strävan att nå miljöer som borgar för trygga och välmående människor. De vill istället väcka intresset och medvetenheten kring frågor som inte har självklara svar. Varje plats är unik och det finns ingen checklista som kan täcka alla de förutsättningar som en plats har och de frågor som platsen väcker. Vilken historia vill vi bevara och lyfta fram? Var vill vi att folk ska röra sig? Var vill vi hindra genomströmning? Var vill vi att människor ska mötas? Var hamnar entréerna bäst? Hur ska vi markera ansvarsgränserna? Hur ska vi säkert ta oss över vägen och genom parken? Det finns sällan några självklara svar på hur en plats slutgiltiga utformning blir. Det är kanske viktigare att man ställer frågorna än att man kan ge svar på dem. Att frågorna lyfts och blir belysta från olika professioner och infallsvinklar i ett tidigt skede ökar dock sannolikheten att de blir beaktade.

Ekonomisk vinning

Slutligen måste det påpekas att samhällsnyttan av att utforma miljöer så att människor mår bra självklart har en ekonomisk sida. Det är inte svårt att förstå att samhällsekonomi gynnas av minskade ohälsotal och minskad brottslighet. Det behöver inte heller vara dyrare att planera och utföra områden så att de underlättar för individens behov av kontroll. Däremot kan det vara kostsamt att i efterhand tvingas göra ändringar i ett otryggt område.

Utformning av staden

Syfte

Det finns studier både kring vad som påverkar vår hälsa och vad som påverkar vår trygghet, men det har saknats en lättillgänglig sammanställning av dessa båda inriktningar som vänder sig till dem som hanterar fysiska miljöer. Denna skrift försöker fylla den luckan och bidra med inspiration och kunskap kring utformningen av både nya och befintliga miljöer för att bidra till goda livsmiljöer och god folkhälsa.

De två följande påståendena utgör grunden för denna skrift:

- Med en medveten utformning av omgivningen kan man underlätta så att människor känner sig trygga och mår väl.
- Ett samhälle med trygga och välmående människor ger medborgare som har förutsättningar att engagera sig och bry sig om sina medmänniskor.

Välmående människor

Hur vi mår är beroende av en mängd faktorer. De flesta av dessa går att påverka. Sveriges elva folkhälsomål² spänner över just sådana områden där samhället och individen kan förbättra hur vi alla mår. Det handlar om faktorer som betydelsen av arbete och känslan av delaktighet, om sociala och ekonomiska förhållanden men även om våra kostvanor och fysiska aktiviteter.

Den fysiska omgivningen påverkar också hur vi mår. En välmående människa ska kunna röra sig tryggt, ska ha möjlighet att ta del av den offentliga miljön och kunna känna delaktighet i ett större sammanhang. Är det tillräckligt inbjudande att promenera, cykla eller utöva andra fysiska aktiviteter? Vågar man gå ut? Är det tydligt vem som ansvarar för platsen? Finns det attraktiva alternativ till att ta hissen, bussen eller bilen? Sammantaget speglar svaren på dessa och liknande frågor hur vi mår i förhållande till platsen vi befinner oss på.

Platsens sammanhang har betydelse

Fenomenet plats har intresserat många forskare och arkitekter. Vad är det som skapar ”bra” platser i staden? Kulturgeografen Kevin Lynch³ pekar bland annat på att en tydlig orienterbarhet på och mellan platser har betydelse för om de upplevs som goda i bemärkelsen intressanta, trivsamma och trygga. Det betyder bland annat att det är positivt om stadens olika delar uppfattas som delar i en helhet. Det är stor skillnad på en plats som är väl integrerad i sin omgivning och en plats som upplevs som perifer eller instängd mellan fysiska hinder. Ett bostadsområde som är utformat med god kontakt till intilliggande områden underlättar både individens rörlighet och kontakten mellan olika grupper av människor.

Andra forskare visar på kulturella och historiska sammanhang. Ju tydligare minnen och historia⁴ görs synliga desto lättare får människan att relatera sig till platsen. Strukturen som platsen befinner sig i är också betydelsefull. I ett läge med blandade funktioner som bostäder, arbetsplatser, butiker och annan service kan flera nå det de behöver på gång- och cykelavstånd, och på så sätt också bidra till platsens folkliv. Folk i rörelse är en del av den trygga staden. Gatumönstret bidrar till trygghet när det är utformat så att det samlar folk. Därför bör också byggnaders entréer vara vända mot gator och offentliga platser. Här måste man dock komma ihåg att ”gata” och ”offentlig plats” ser väldigt olika ut beroende på om man exempelvis befinner sig i en medeltida stadskärna eller i ett modernt förortsområde.



Folk i rörelse bidrar till den trygga staden

Platsens utformning har betydelse

Den danske arkitekten Jan Gehl har i många exempel visat hur platsers utformning får konsekvenser för vårt sociala beteende, vårt ansvarstagande och vår känsla av tillhörighet. Han visar med ibland skrattretande tydlighet hur de bästa intentioner ibland resulterar i mindre lyckade utformningar av gator och torg⁵. Det kan vara bänkar som är placerade där ingen vill sitta, ödsliga och storskaliga platser som ska fungera som mötesplatser men som inte ligger vid befolkade stråk och inte innehåller några målpunkter. Det kan vara inbrottskydd som fungerar som insynsskydd så att tjuven kan agera ostört, busshållsplatser som nås av bussen men som är svårtillgängliga för de resande, etcetera.

Det engelska arkitektparet Alison och Peter Smithson är några av dem som betonar att plats också har med identitet att göra. Ju större möjlighet att sätta egen prägel på sin omgivning och sin bostad desto trivsammare plats har man fått⁶. Lika viktigt är det att få vara delaktig i beslut som rör det egna bostadsområdet. Det har betydelse för tilltron till samhället och engagemanget för omgivningen, vilket i sin förlängning har stor påverkan på hälsan.

Ofta ser man tydliga likheter mellan de miljöer som beskrivs ska förhindra brott och de som beskrivs som goda livsmiljöer. Det amerikanska CPTED (Crime prevention through environmental design) försöker påverka brottslingar att avstå från kriminella handlingar. Det gör de dels genom att utforma miljön så att individernas möjligheter till möten och händelser ökar, dels genom att tydliga ansvarsförhållanden avspeglas i arkitektur och stadsplanering. Exempelvis betonas vikten av tydliga gränsträckningar mellan privat och offentligt.

Trygg

Trivsamt

Spännande

Bo Grönlund, svensk arkitekt på Konstakademien i Köpenhamn, menar att en god urban miljö är en balans mellan Den trygga staden, Den trevliga staden och Den spännande staden. Vår trygghetsiver får inte gå ut över upplevelsen av den intressanta och händelserika staden. Paret Smithson uttrycker något liknande med orden "Order is the end of all human activity"⁶.

Uppsikt bidrar till trygga miljöer. Bottenvåningar som har fönster och dörrar ger en känsla av ett kontrollerat och upplyst område. Det motsatta med höga källare eller stängda bottenvåningar skapar otrygghet även om huset i övrigt är bebott. Nischer utan funktion som ger mörka hålrum i fasader är också en faktor som skapar otrygghet.

Gemensamt för teorierna

Gemensamt för dessa och andra teorier kring fenomenet plats är den bakomliggande ståndpunkten att den fysiska utformningen av vår omgivning påverkar vårt sätt att agera och förhålla oss till varandra.



Trivselen ökar om det går att sätta egen prägel kring bostaden

Betydelsen för samhället

Det är viktigt att vi känner oss trygga. Det är en av de viktigaste faktorerna i vårt hälsotillstånd. Hälsö- och trygghetsundersökningar⁸ visar en fortsatt otrygghet hos de som rör sig i sitt bostadsområde och tendensen är att oron ökar. Fler kvinnor än män är oroliga. Trygghet blir därför också en genusfråga och i sin förlängning en demokrati-fråga då det finns individer som avstår från en promenad eller andra aktiviteter för att de inte vågar gå hemifrån, ta bussen eller ta sig från hållplatsen till hemmet. Den upplevda rädslan, som inte alltid är rationell, måste tas på största allvar. Det handlar inte om otryggheten är befo-gad eller inte. Rädslan i sig innebär obehag för individen och man kan riskera att intressegrupper agerar på egen hand genom att exempelvis bilda medborgargarden eller ta till andra metoder som är oönskade i ett demokratiskt samhälle. Sist men inte minst ligger det en stor samhälls-ekonomisk vinning i att utforma platser för att gynna människors trygghet och välmående.



När vi inte vågar promenera eller ta bussen blir otryggheten en demokratifråga

Skalskydd och belysning är bara en bit på vägen

Det finns en medvetenhet kring trygghet och säkerhet som handlar om att se över skalskydd (att det finns effektiva mekanismer som lås och galler som stänger ute oönskat intrång) och att se till att området går att överblicka (exempelvis tillräcklig belysning och tuktandet av växtlighet så att inte buskar och annan vegetation skymmer).

Att se till att låsen och belysningen är tillräckliga är en nödvändig början. Om vandalisering och vantrivsel ändå råder, eller om de boende ändå drar sig för att vistas i sitt bostadsområde – vad gör man då? Mekanisk övervakning med kameror behöver inte inge trygghet utan kan tvärtom signalera att man befinner sig i ett farligt område. Det samma gäller om man sätter galler och jalousier för fönstren. Skalskydd och belysning handlar om att ha kontroll, men det är inte alltid det räcker. Forskning⁹ be-

kräftar sambandet mellan att ha kontroll och att känna sig trygg. Med kontroll menas här både att ha uppsikt men också att ha kännedom och tillit till grannar och omgivning. De flesta av de situationer som visas i de kommande illustrerade exemplen handlar om utformning av miljöer för att bidra till tillit mellan människor, för att slippa behöva ta till vakter eller mekanisk övervakning.

Inga självklara lösningar

Trygga och hälsofrämjande miljöer handlar om att erbjuda individen en möjlighet till ett hälsosamt val och en rimlig kontroll över sin närmiljö. Det betyder att offentliga platser bör inge trygghet och inbjuda till både sociala och fysiska aktiviteter. Men platser och områden har olika förutsättningar. Det är exempelvis stor skillnad på grannkontakter i ett villaområde och i en stadskärna. Det handlar också om att hantera olika intressen. Det kan gälla en gångtunnel under en trafikerad väg som innebär trygghet för gående i avseendet att de inte blir överkörda men som samtidigt kan innebära oro för överfall i en tunnel utan uppsikt. Genom att tidigt föra in hälso- och trygghetsfrågor i planeringen kan man identifiera motstående intressen och undvika konflikter.

Komplexa frågor löser man tillsammans

För att bättre hantera motstående intressen söker allt fler aktörer nya samarbetspartners med kunskaper utöver den egna sektorns. Polisen är en av dessa som tillsammans med bland andra arkitekten Bo Grönlund utformat utmärkta råd för hur områden kan utformas för att öka trygghet och säkerhet¹⁰.

Rådet för Tryggare och Mänskligare Göteborg¹¹ arbetar bland annat med fysiska miljöer i en grupp med representanter från områdena arkitektur, sociologi, kommunikation och kultur. Tryggare och Mänskligare Göteborg arbetar med frågor som främjar kontakt, bygger relationer, ökar tillit och tillhörighet, frågor man betraktar som nyckelfaktorer i ett mänskligare samhälle. Forskare från Göteborgs universitet är också knutna till rådet.

Inom WHO:s nätverk Healthy Cities¹² har man från att ha intresserat sig för hälsosam stadsplanering börjat titta på hälsosam stadsutformning (Healthy Urban Design), det vill säga hur man tillsammans med en bred kompetens från medicinare, stadsplanerare, arkitekter, byggherrar och vanliga boende konkret kan utforma miljöer så att de bidrar till människans välmående. Inom Healthy Cities arbetar man även med att utveckla redskap som kan användas i medborgardialogen för att belysa hälsoaspekterna vid planeringen av fysiska miljöer.

Trygghet och välmående på olika nivåer

Staden

Lokalisering av funktioner påverkar tillgänglighet och folkliv och bidrar på så sätt till social kontroll. Blandstaden är ett begrepp som förespråkar miljöer med blandade funktioner för att öka intensiteten av människor och bidra till service på gång- och cykelavstånd.

Bostadsområdet

Inom bostadsområden och stadsdelar kan social kontroll betyda den sammanhängande staden där delarna bildar helheter utan barriärskapande effekter. Det betyder händelserika, flexibla och mångfasetterade miljöer med gator som samlar och inbjuder till folkliv kring kontrollerade och upplysta stråk.

Kvarteret

På kvartersnivå handlar det om att erbjuda social kontroll genom god överblick och hanterlig skala. Det ger förutsättningar att identifiera sig och sina grannar som tillhörande området vilket även ökar sannolikheten för ett engagemang för närmiljön.



De följande illustrerade exemplen fungerar på alla dessa nivåer. Det är samma frågor kring social kontroll som genomsyrar de olika nivåerna i staden och infallsvinklarna nedan som visar hur vi kan underlätta för olika företeelser.

1 Underlätta förståelse

En stad ska vara begriplig för dess invånare och besökare. Funktioner, sammanhang och orienterbarhet ska vara tydliga och enkla att förstå.

2 Underlätta för folkliv

Folkliv gör staden levande. Andra människors närvaro bidrar till ökad trygghet och säkerhet. Att vara ute och röra på sig är dessutom välgörande för hälsan.

3 Underlätta för möten

Att möta andra människor, spontant eller arrangerat, ökar förståelsen och tilliten till varandra. Möten ger delaktighet, som är en viktig del av hälsans bestämningsfaktorer.

4 Underlätta för uppsikt

Uppsikt över en plats inger trygghet eftersom det bidrar till kontroll. Vetskapen om att själv vara sedd utövar även ett socialt tryck på individen.

5 Underlätta ansvarstagande – medvetna gränser

Många människor tillsammans kräver också tydliga gränser. Det ska inte råda något tvivel om vem som ansvarar för ett område och vem som har tillträde till det.

6 Underlätta för fysiska aktiviteter

En trygg omgivning som inbjuder till utevistelse ger förutsättningar för att välja hälsofrämjande fysiska aktiviteter.

7 Underlätta underhåll - erbjuda skönhetsupplevelser

Til syvende og sidst måste vår omgivning erbjuda vackra och spännande upplevelser och vara beskaffad på ett sådant sätt att den är lätt att underhålla och svår att vandalisera.

1 Underlätta förståelse

En stad ska vara begriplig för dess invånare och besökare. Funktioner, sammanhang och orienterbarhet ska vara tydliga och enkla att förstå.

Ett område med en struktur som vi känner igen innebär att vi både kan orientera oss och förstå hur vi förväntas bete oss. På samma sätt som vi använder grammatiska regler i vårt språk för att bli tydliga behöver vi en igenkännbar struktur i uppbyggnaden av stads- och bostadsmiljöer för att göra dem begripliga.



En välkänd struktur kan vara rutnätsstaden där gatan tillhör det offentliga livet och gården inne i kvarteret har en mer privat karaktär. Man vet att man hittar till en adress genom att följa gatans numrering och man vet att gatan leder vidare till en annan gata eller plats i staden.



Det motsatta förhållandet innebär att man blir tvungen att sätta upp en orienteringstavla.



Stadsdelar fungerar bäst när de upplevs som en del i en helhet utan hindrande barriärer. En trafikerad gata behöver *inte* innebära en barriär mellan områden. Det är först när gatan inte går att korsa och när sidorna inte kantas av entréer till olika aktiviteter som den blir en barriärskapande gräns.

Orientering underlättas av utblickar och landmärken. Det centrala torget eller den uppstickande tornspiran i siktlinjen bidrar till en geografisk orientering.



Kulturella och historiska minnen bidrar till platsens upplevelse och djupare sammanhang. Möllan som har bevarats intill bostadsområdet bidrar till den historiska orienteringen och kan dessutom ge identitet till området – något att tillsammans vara stolta över.



Visuella samband ökar förståelsen av hur staden hänger samman. Oavsett om man är ny i ett område eller hemtam, uppskattar man de visuella och fysiska sambanden som gör att en förståelse av helheten är möjlig.





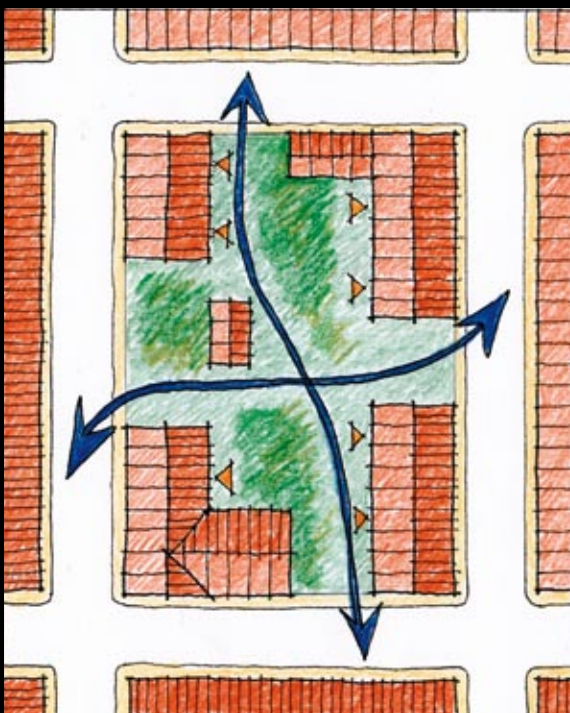
Det är inte lätt att orientera sig eller att förstå sammanhang och helhet när kopplingar mellan stadsdelar för fotgängare och cyklande går via gångtunnlar. Man vet inte vilken gata man passerar under.



Strukturen blir otydlig när ett kvarter har entréer till husen enbart från gårdssidan. Hur hittar man till rätt adress?



Andra fenomen blir lidande av att vända på beprövade strukturer. Här nås alla entréer från gården och de privata uteplatserna ligger mot gatan. För lägenheten på bottenvåningen innebär det en plats direkt intill gatukorsningen, vilket i sin tur lett till ordentlig avskärmning som i praktiken betyder att uteplatsen är oanvändbar för vistelse.



Kvarter med både entréer på gårdssidan och många öppningar blir lätt ett genomgångsstråk för allmänheten. Som boende blir det svårt att avgöra vem som hör till platsen och vem som bara utnyttjar genvägen.

2 Underlätta för folkliv

Folkliv gör staden levande. Andra människors närvaro bidrar till ökad trygghet och säkerhet. Att vara ute och röra på sig är välgörande för hälsan.

Gator och planmönster fördelar rörelsen i ett område så att vissa stråk blir mer använda än andra. Vill man att en plats ska befolkas måste den ha eller ligga nära målpunkter som drar till sig människor. Platsen måste dessutom vara en del av ett nätverk med andra platser och stråk. En platsbildning får inte bli en tom gest.

Inte bara gatumönstret främjar folkliv. En hög exploatering som ger fler individer på liten yta borgar givetvis för folkliv

Å ena sidan

På ena sidan av torget finns det gott om kopplingar genom entréer till olika verksamheter. Här finns målpunkter med en mängd olika inriktningar. Förutsättning för att få en befolkad sida är alltså god, vilket också syns genom uteserveringarnas etablering.

Å andra sidan

På andra sidan torget är den enda och ursprungliga entrén stängd. Denna sida med sin slutna fasad är bara något man passerar.

För att en plats ska befolkas, räcker det inte med att erbjuda inbjudande sittplatser i solen. Det krävs att sittplatserna finns på en plats där människor har ett mål, där stråk korsas eller helt enkelt där det finns ett folkliv att titta på.



3 Underlätta för möten

Att möta andra människor, spontant eller arrangerat, ökar förståelsen och tilliten till varandra. Möten ger delaktighet, som är en viktig del av hälsans bestämningsfaktorer.

Den fysiska miljön bör ha platser så att människor har möjlighet att mötas. Det räcker inte med att skapa en öppen yta för att få en mötesplats eller ett myllrande folkliv. Utöver en god koppling till resten av staden måste det finnas trivsamma punkter att stanna till vid.



På stadens torg, parker eller andra offentliga platser finns det med rätt förutsättningar möjlighet att se och möta även dem man kanske aldrig annars skulle ha kommit i kontakt med.



Även om staden är offentlig och till för alla måste den kunna erbjuda platser för enskilda möten.

En rätt placerad parkbänk där många passerar kan ge möjlighet till ett opretentiöst möte.



Trapphusentrén är ett ställe som med enkla medel kan få en utformning vid den offentliga gatan så att man ändå osökt kan stanna upp i en halvoffentlig zon och lära känna sin granne.

Den glasade dörren är ett plus som bidrar med ljus och överblick.



På gården kan mötet underlättas om det finns något gemensamt för alla i fastigheten. Här har tvättstugan i källaren flyttats till ett nytt hus som både förhöjt gårdens kvalité och möjliggjort en tilltalande mötesplats

Hustyper med många boenden måste ägnas extra omsorg när det gäller mötesplatser. Samma sak gäller när den offentliga gatan finns direkt utanför dörren som i exempelvis loftgångshus.

En rymlig entré på bottenvåningen eller en tydlig plats på gårdssidan kan ändå ge tillfredsställande möjligheter till spontana möten och grannkontakter.

Den lummiga gården skulle kunna vara de boendes mötesplats, men den saknar entréer till husen. Den som vill nå "sin" gård får först gå ut på gatan, runda huset och sedan komma in från kvarterets långsida.

Med genomgående entréer hade det inte behövts och gården hade kunnat vara den gemensamma platsen där man lärde känna sin granne bättre.

Den här gården är bara tillgänglig för de boende. De har fått möjlighet att sätta sin personliga prägel på sin miljö och därmed signalera sin hemvist. Möjligheten att de också delar både socialt och praktiskt ansvar ökar.

Möten mellan människor i bostadsområdet handlar mycket om igenkännande. Ett område bör innehålla platser att "råka" mötas på. När man vet vilka ens grannar är och bytt några ord med dem ökar förutsättningarna för gemensam förståelse och engagemang för området.



4 Underlätta för uppsikt

Uppsyn över en plats inger trygghet eftersom det bidrar till kontroll. Vetenskapen om att själv vara sedd utövar även ett socialt tryck på individen.

Den offentliga miljön mår väl av att kunna kontrolleras genom människors möjlighet till uppsikt. Att ha kontroll över det fysiska rummet inger trygghet, men det innebär inte att *alla* platser måste vara överblickbara och utan överraskningsmoment.

Ett bra planerat bostadsområde har en sådan utformning och skala att det finns en rimlig chans att överblicka både det egna privata området och även delar av grannens. En utformning som bidrar till vi-känsla underlättar engagemang och socialt ansvar.



På den publika platsen fungerar en aktiv omgivning som butiker, arbetsplatser, skolor och föreningslokaler som kontroll. Verksamheter som pågår på dag- och kvällstid blandat med bostäder bidrar till folklivet och påverkar tryggheten. Att gatan tillåter flera trafikslag är också en garanti för liv och rörelse.



Den positiva gågatan som domineras av butiker kan bli skrämmande ödslig efter stängningsdags...



...speciellt om butikerna stänger sina upplysta fönster med jalousier. Den typen av åtgärder kan istället signalera att här är det farligt och otryggt.

Se hellre till att bostäder och kontor bidrar med uppsikt dygnet runt.

Långa fasader utan dörrar, med exempelvis höga källarvåningar eller stängda bottenvåningar, kan skapa otrygghet även om byggnaden i övrigt är bebyggd.

Entréer mot gatan innebär (inte bara) en ökad kontroll. Gatusidans miljö utarmas när det är långt mellan händelser. Kvarteret blir dessutom mindre flexibelt för framtida förändringar. Hur får man in en publik verksamhet på bottenvåningen?

Andra aktörer (exempelvis butiker, förskolor och föreningslokaler) som hyr lokaler i bostadsområdet bidrar till kontroll även på tider då många lämnar sina bostäder.

Fönster mot platser och burspråk som ger sidoutblickar bidrar till att platsen känns kontrollerad även när ingen syns.

De här garagen är placerade så att man inte har uppsikt över dem från husen. Tillsammans bildar längorna istället ett insynsskydd vilket underlättar för den som inte har ärliga avsikter med sitt besök.

Många gång- och cykelbanor leds mellan bostadsområden innanför skymmande buskage där uppsikten från omgivningen är försumbar. Hade stråken passerat bostadsområdenas centrum hade man dessutom samlat folkliv från både boende och passerande till ett stråk

Varför inte bidra till ökat folkliv och trygghet genom att bygga nya bostäder längs med stråk utan uppsikt!





Balkongerna på bottenvåningen ger överblick men ingen tillgänglighet till gården, vilket bidrar till att den känns offentlig och inte direkt tillhörande fastigheten.

Med buskarna har man behövt markera en skyddande zon mellan den privata balkongen och den "offentliga" gården.



Här har gårdens tillhörighet markerats genom att ge lägenheterna på bottenvåningen privata uteplatser. Kontrollen har ökat bara genom att en person kan komma ut på gården.



Det som upplevs säkert på dagtid kan bli skrämmande på natten. Bra belysning bidrar till trygghet och underlättar uppsikt.



Om tunneln ändå känns skrämmande är det bra att kunna erbjuda en alternativ väg till den som vill gå där det finns möjlighet till mänsklig kontroll.

5 Underlätta ansvarstagande - medvetna gränser

Många människor tillsammans kräver också tydliga gränser. Det ska inte råda något tvivel om vem som ansvarar för ett område och vem som har tillträde till det.

Olika förhållningssätt gäller på platser med olika grader av offentligt och privat. Genom att markera gränserna mellan dessa platser underlättar man förståelsen för vilka regler och förhållningssätt som gäller. Ansvarskänslan hos boende och verksamma ökar när platser har en tydlig hemvist.

Det kan räcka med en förändring i markbeläggningen för att tydliggöra en gräns. Gatan är bred nog för en bil, men beläggningen signalerar att gatan är till för gående



En grind behöver inte ens vara stängd eller låst för att man ska förstå att man träder in på någon annans ansvarsområde. Tvärtom kan den låsta grinden signalera ogästvänlighet.



Här finns inte ens en grind men det är ändå en tydlig gränsmarkering mellan privat och offentligt. Även tillhörighet och ansvarområde blir tydligt.



Med enkla åtgärder kan individens behov av kontroll stötta. Det kan röra sig om något som markerar en ägo gräns eller som markerar en skillnad mellan privat och offentligt. Överdriften är murar och plank som istället erbjuder insynsskydd till inbrottstjuven.





När man bygger hus i park där husen inte följer rutnätsstadens mönster med hus och entréer i gatuliv, måste man ofta vara extra tydlig med gränser.

Här bidrar häcken och den väldefinierade öppningen till att tydliggöra skillnaden mellan den offentliga gatan och det område som hör till de boende.



Före:

De boende hade problem med att många sneddade över deras gård. Det var svårt att få till något gemensamt med privat karaktär vid deras fastighet.



Efter:

Genom att helt enkelt bygga bort genvägen med en hindrande spaljé har man gjort tydligt att gården är en plats som tillhör fastigheten.



Det finns bättre och trevligare sätt att markera ägande än med skyltar.

6 Underlätta för fysiska aktiviteter

En trygg omgivning som inbjuder till utevistelse ger förutsättningar för att välja hälsofrämjande och fysiska aktiviteter.

Stadsplanering i sig kan inte få individer till att röra sig mer, men med en medveten planering kan man underlätta för de val som innebär att invånarna även blir fysiskt aktiva. Det innebär exempelvis att erbjuda service på gång- och cykelavstånd, att skapa utemiljöer som är trygga och lättillgängliga och att se till att inte bilvägen är den enda säkra eller bekväma vägen till skolan eller affären. Framför allt innebär det att erbjuda attraktiva val så att det som upplevs som det bästa alternativet också blir det hälsosammaste.

Närhet mellan funktioner ökar förutsättningar för att den fysiska aktiviteten ska bli en del av det naturliga vardagslivet.

När dagligvaruhandel ligger på gång- och cykelavstånd är det betydligt lättare att välja det hälsosamma alternativet och låta bilen stå kvar hemma.

Vill man underlätta för fysiska aktiviteter måste man se till att gång- och cykelbanor är lättillgängliga, attraktiva och gena. Trafikseparering får inte innebära att oskyddade trafikanter leds på omvägar, då ökar risken att man ändå använder sträckor som inte planerats för gående och cyklister.

Här syns ett exempel där husens entréer och framsidor är vända mot gårdssidan. Det har gjort att trottoaren inte ansetts behöva fortsätta längs gatan.

Gator utan trottoarer inbjuder inte till promenad. Tvärtom signalerar miljön att det är bilen som gäller.





Om parken är vacker och välskött inbjuder den till vistelse.



Om en generös trappa är det första man möter istället för en hissdörr blir det enklare att välja just trappan. (Observera hissens tillbakadragna placering till vänster!)



Den här gång- och cykelbanan erbjuder inte några lockande upplevelser. På långa sträckor finns bara de kantzande buskarna som man inte kan se över..



...den parallella gatan med villor känns betydligt trevligare att vistas på. Varför kan inte gående och cyklande ledas hit?

7 Erbjudna skönhetsupplevelser - Underlätta underhåll

Omgivningen måste erbjuda upplevelser av skönhet och vara beskaffad på ett sådant sätt att den är lätt att underhålla och svår att vandalisera.

Den trygga och välmående staden handlar inte bara om lokalisering av parker, hus, stråk och entréer. Staden ska erbjuda skönhetsupplevelser och variation. Det ska vara möjligt att vara stolt över sitt kvarter och sin stad. Trygghetsivern får inte gå så långt att vi suddar ut de spännande och oväntade händelserna.

Det behövs inte stora gester för att bidra till en positiv upplevelse. Rabatten signalerar omsorg och omtanke.



Från gatan öppnar sig plötsligt en port och avslöjar ett vackert inre.



Upplevelser och smycken kan ha många olika uttryck.





Här har man till och med lyckats få soprummet till en skönhetsupplevelse.



Är det redan skräpigt alstrar det mer skräp. Med bra och tåliga material som är lätta att underhålla förebygger man ett tryggt och välmående område.



För att den goda planeringen ska ha förväntad effekt måste man underhålla och sköta området. I takt med att färgen flagnar försvinner stoltheten och lusten att bidra till ett rent och snyggt område.



Sist men inte minst - Upplevelser som lockar till att vistas ute bidrar till den levande staden.

De illustrerade exemplen

Syftet med de illustrerade exemplen är att belysa faktorer som påverkar hur vi mår och hur trygga vi känner oss. Både för att kunna planera nytt och kunna förändra befintligt till det bättre. Bilder och bildtexter är tänkta att fungera som både tankeväckare och inspiration. De gör inga anspråk på att ge en heltäckande bild av faktorer som ger trygghet och välmående, men de ska förmedla förståelse för miljöer som är utformade efter människan och hennes behov av kontroll över sin omgivning. Istället för att fungera som checklistor vill exemplen inspirera till miljöer som sätter människans välbefinnande i centrum och också väcka funderingar kring hur man hanterar motstående intressen.

Göra rätt från början

Genom att tidigt i planeringen föra in aspekter som skapar trygghet och välmående behöver man inte komma i konflikt med andra kvaliteter. Självklart är det bäst och mest ekonomiskt om man gör rätt från början, men det är viktigt att påpeka att även befintliga områden går att förändra. Det kan vara små detaljer som en förändring av markbeläggningen för att markera en gräns mellan privat och offentligt. Det kan vara större ingrepp som att göra ensidiga entréer genomgående¹³ eller att bygga bostäder längs stråk som upplevs som ödsliga.

Medborgardialoger

Som tidigare påpekats är upplevelsen av delaktighet i samhället en betydelsefull del av individens allmänna hälsotillstånd. Inför tankar på förändringar är det viktigt att de som är berörda får information om planer och bakomliggande faktorer. Medborgardialoger ger möjlighet att få ge synpunkter och få återkoppling.

Att ge sig ut tillsammans och vandra med dem som bor och verkar i en stadsdel eller ett bostadsområde är ett sätt att genomföra en medborgardialog. De som dagligen vistas i ett område är givetvis de som har bäst lokal känedom. Att vandra tillsammans är dessutom ett ledigt och avslappnat sätt att mötas på. Den avslutande kaffestunden

är viktig. Det är då man gemensamt går igenom så att alla hör vad som noterats under vandringen.

Där det ännu inte finns några boende

Det är sällan man vet vem som kommer att flytta till ett nyplanerat område. När det inte finns några lokala experter är det inte uppenbart vem man ska föra en dialog med. Då kan fiktiva vandringar vara till hjälp. Speciellt kan man fokusera på hur förutsättningarna upplevs utifrån någon med begränsad förmåga. Det kan vara ett barn som är för litet att klara sig själv, någon som inte har tillgång till bil och är beroende av kollektivtrafik eller någon med ett funktionshinder. Ett område ska passa flera kategorier av människor i olika stadier av livet.

Studenter på arkitektskolan i Lund fick i uppdrag att rita platser för syn- och hörselskadade. Resultaten blev utmärkta exempel på platser som gynnade trygghet och välmående. Miljöer som uppvisade tydliga gränser, tydligt ansvarstagande och rika upplevelser.



Markerade gränser är viktiga, men de får inte innebära hinder för den som har problem att ta sig fram.

Noter

1 Häftet finns på www.helsingborg.se/hallbarutveckling under trygga och säkra miljöer

2 www.fhi.se under Folkhälsomål

3 "The image of the city" Kevin Lynch 1960, ISBN 0 262 12004 6

4 Har bl.a. uttryckts av Christian Norberg-Schulz i "Genius Loci" 1979, SBN 85670 700 7

5. www.gehlarchitects.dk

6 "Ordinariness and light" Alison and Peter Smithson 1970, ISBN 0 262 19082 6

7 Bo Grönlunds artikel "Urbanitet – en central fråga för stadsliv och trygghet" <http://bo.gronlund.homepage.dk>

8 Bland annat i Hälsöförhållanden i Skåne - Folkhälsoenkät 2000 och 2004. Socialmedicinska enheten, Region Skåne.

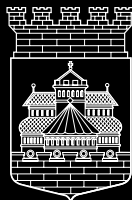
9 Se bl.a. Anita Heber, "Var rädd om dig!" 2007, kriminologiska institutionen, Stockholms universitet

10 www.botryggt.se

11 www.tryggaremanligare.goteborg.se

12 www.euro.who.int/healthy-cities

13 Se exempelvis Markbacken, ÖrebroBostäder AB



HELSINGBORG

Avdelningen för hållbar utveckling, Kommunstyrelsens förvaltning
Rådhuset, 251 89 Helsingborg, tel: 042-10 50 00
www.helsingborg.se/hallbarutveckling