

Gode boliger for eldre

En litteraturgjennomgang

Katharina Herlofson og Hans Christian Sandlie

BOVEL-notat 2/25
Housingwel Working Paper 2/25



Om Senter for bolig- og velferdsforskning – BOVEL

BOVEL er et senter ved Senter for velferds- og arbeidslivsforskning på OsloMet – storbyuniversitetet. Velferdsforskningsinstituttet NOVA er vertsinstitusjon. Lavinntektsgrupper på boligmarkedet, den kommunale boligsektoren og effekter av offentlig politikk er blant senterets viktigste forskningstemaer i perioden 2022 til 2025. BOVEL har et faglig tyngdepunkt i kvantitative registerbaserte analyser, men vil også gjennomføre kvalitative studier, surveyundersøkelser og forskningsprosjekter som kombinerer ulike datasett og metoder. Senteret finansieres hovedsaklig av Kommunal- og distriktsdepartementet. Departementet har en opsjon på forlengelse av senterets drift i fem år. I tillegg til SVA-instituttene NIBR, AFI og SIFO har BOVEL følgende partnere: Frischsenteret, Fafo, VID vitenskapelig høyskole, Nord Universitet, Nordlandsforskning, Institutt for samfunnsforskning.

Om BOVEL-notat

BOVEL-notater (*HOUSINGWEL Working Papers*) er kvalitetssikrede foreløpige rapporter fra pågående eller avsluttede forskningsprosjekter. Notatene publiseres på BOVELs nettsider [BOVEL - Senter for bolig- og velferdsforskning \(oslomet.no\)](https://www.oslomet.no/bovel) samt i vitenarkivet ODA ved OsloMet. De vil ofte bearbeides til vitenskapelige artikler, bokkapitler eller andre publikasjoner.

Henvendelser vedrørende notatene kan rettes til:

Velferdsforskningsinstituttet NOVA
Postboks 4, St. Olavs plass, 0130 Oslo
Telefon: 67 23 50 00
E-post: postmottak-nova@oslomet.no

Forord

Formålet med litteraturgjennomgangen som presenteres i dette notatet, har vært å kartlegge hva tidligere forskning har trukket fram som kriterier og egenskaper ved egnete boliger for eldre. Arbeidet er del av prosjektet «Kunnskapsoversikt – hva kjennetegner gode boliger for eldre?» som NOVA, i samarbeid med NIBR, har gjennomført på oppdrag fra Husbanken.

I tillegg til litteraturgjennomgangen har vi i prosjektet sett nærmere på erfaringer fra sosiale boligløsninger for eldre, samt kartlagt hindringer utbyggere møter på i planlegging og oppføring av aldersvennlige boliger. Samlet sett gir resultatene fra prosjektet nyttig kunnskap når det gjelder mulighetene for at flere eldre skal kunne bo trygt i egen bolig i et aldersvennlig bomiljø i årene framover.

Oslo, 21.2.2025

Katharina Herlofson (prosjektleder)

Innhold

Sammendrag	5
Innledning	7
Bakgrunn	8
Litteratursøk	10
Hva kjennetegner gode boliger for eldre?	11
Beliggenhet.....	13
Tilgjengelighet utenfra.....	14
Tilgjengelighet innendørs	15
Muligheter for å gjøre tilpasninger	17
Lettstelthet og vedlikeholdsvennlighet.....	19
Trygghet og sikkerhet.....	21
Følelsesmessig tilknytning og tilhørighet.....	23
Sosiale aspekter	24
Økonomisk overkommelighet.....	26
Tilgang til tjenester	28
Avslutning	31
Litteratur	33
Vedlegg	36

Sammendrag

Demografiske endringer med en stadig økende befolkningsaldring vil utvilsomt innebære et økt press på helse- og omsorgstjenestene i årene framover. Det vil derfor være nødvendig å tenke annerledes for å få til en bærekraftig eldreomsorg. Dette kommer tydelig til uttrykk i reformen «Bo trygt hjemme» som har som mål at flere eldre skal kunne bo trygt i egen bolig i et aldersvennlig bomiljø – og det lengst mulig.

Det finnes ingen entydig definisjon av hva som er gode boliger for eldre, men tidligere studier har pekt på flere ulike egenskaper og kriterier som kjennetegner slike boliger. I dette notatet har vi kartlagt disse ved å gjennomgå relevant norsk og skandinavisk forskning. Gjennomgangen omfatter til sammen 18 studier (15 rapporter og tre tidsskriftsartikler) hvorav 14 er norske, tre er svenske og en er dansk.

Vi har sortert egenskapene ved gode boliger for eldre under følgende ti overskrifter: 1) beliggenhet, 2) tilgjengelighet utenfra, 3) tilgjengelighet innendørs, 4) muligheter for å gjøre tilpasninger, 5) lettsteltet og vedlikeholdsvennlighet, 6) trygghet og sikkerhet, 7) følelsesmessig tilknytning og tilhørighet, 8) sosiale aspekter, 9) økonomisk overkommelighet og 10) tilgang til tjenester.

En god bolig for eldre bør ha en sentral *beliggenhet* med nærhet til «alt» (butikker, apotek, helsetjenester og offentlig transport). Nærhet til familie, nettverk og turmuligheter er også viktig. En god beliggenhet gjør dagliglivet enklere, gjør det lettere å delta i samfunnet og bidrar til selvhjelpenhet.

Boligen må være lett *tilgjengelig utenfra*. Uteområdet bør være slik at det er enkelt å bevege seg, og det må være lett å komme seg inn i – og ut av – boligen. Dette innebærer enkel, trinnfri og belyst adkomst fra terreng/parkering og bred inngangsdør.

Tilgjengelighet innendørs er også viktig. Boligen bør være enkel å bevege seg rundt i med alle nødvendige rom på ett plan. Hvis ikke lokalisert i første etasje, bør den ha heis og den bør være terskelfri, ha tilstrekkelig belysning og et funksjonelt bad.

Videre bør en god bolig for eldre ha *muligheter for å gjøre tilpasninger*. Det vil si at den bør være fleksibel og kunne tilpasses endrete behov. Dette gjelder både mindre og større tilpasninger både i og utenfor boligen, inkludert installering av ulike hjelpemidler og endringer i rominndeling hvis nødvendig.

At boligen er *lettstelt og vedlikeholdsvennlig*, er også viktig. Dette gjør hverdagslivet enklere og bidrar til at eldre i større grad kan klare seg selv uten hjelp fra andre.

En forutsetning for at boligen skal være egnet til å bli boende i – også med funksjonssvekkelser – er at den oppleves som *trygg og sikker*. Gode

sikkerhetssystemer i boligen er viktig, men enda viktigere er vissheten om å kunne få hjelp ved behov.

Følelsesmessig tilknytning og tilhørighet kan bety mye for trygghet og livskvalitet – og dermed også for mulighetene til å kunne bli boende lenger hjemme. En god bolig for eldre bør derfor være en bolig beboerne opplever tilhørighet til eller er beliggende i et område de føler tilknytning til.

Ikke minst er det viktig at en god bolig for eldre har et godt bomiljø, der det er muligheter for *sosialt samvær og felles aktiviteter* enten i felleslokaler eller i nærområdet.

Folk må dessuten ha råd til å bo i egnete boliger i alderdommen. Gode boliger for eldre bør derfor være *økonomisk overkommelige*. Dette gjelder både selve kjøps- eller leieprisen og driftskostnader som strøm og vedlikehold.

Sist, men ikke minst, så må gode boliger for eldre være slik at beboerne har muligheter for å motta hjelp og omsorg både i form av menneskelig nærvær og av teknologi. En forutsetning for at eldre skal kunne bli boende hjemme lenge, er at de kan få tilstrekkelig med hjelp når behovene melder seg.

For å nå målet om at flere eldre skal bli boende hjemme – og det lengst mulig, må det finne sted en økning av boliger som er egnet for alderdommen. Dette kan gjøres ved at eksisterende boliger i større grad tilpasses eldre år, og ved at det bygges flere boliger som det vil være trygt og godt å bli gammel i. Et viktig aspekt ved gode boliger for eldre er imidlertid at det ikke utelukkende handler om boliger som er tilrettelagt for personer med funksjonsnedsettelse og behov for hjelp. Vel så viktig er det at boligene har egenskaper som kan bidra til å forebygge isolasjon og svekkelser som kan komme med økende alder, og som er slik at det går an å leve mest mulig uavhengig av hjelp fra andre.

En slik vid forståelse av gode boliger for eldre tar høyde for de betydelige variasjonene som kjennetegner eldre aldersgrupper. Aldring er en individuell prosess med store forskjeller i preferanser og behov fra person til person. Et større fokus på sosiale aspekter vil muligens også kunne bidra til øke yngre eldres engasjement knyttet til planlegging av egen bosituasjon i alderdommen.

Innledning

Demografiske endringer med en stadig økning i andelen og antallet eldre utgjør en sentral samfunnsutfordring i årene som kommer. Utviklingen vil utvilsomt innebære et økt press på helse- og omsorgstjenestene, og det vil derfor være behov for å tenke annerledes for å få til en bærekraftig eldreomsorg. Dette budskapet kommer tydelig til uttrykk i stortingsmeldingen Fellesskap og meistring – Bu trygt heime (Meld. St. 24, 2022–2023). Stortingsmeldingen presenterer en reform med det mål at eldre skal kunne bo trygt i egen bolig i et aldersvennlig bomiljø – og det lengst mulig. For å få til dette må det finne sted en økning i egnete boliger for eldre, både ved at eksisterende boliger i større grad tilpasses alderdommen og ved at det bygges flere boliger som det vil være trygt og godt å bli gammel i.

Det finnes ikke noe entydig svar på, ei heller noen klar definisjon av, hva som er egnete – eller gode – boliger for eldre. Vår forståelse av betegnelsen 'gode boliger for eldre' er at det ikke utelukkende dreier seg om boliger som er egnet for skrøpelige personer med behov for hjelp. Vel så viktig er det at det dreier seg om boliger som kan bidra til å forebygge isolasjon og svekkelser som kan komme med økende alder, og som er slik at det går an å leve mest mulig uavhengig av hjelp fra andre.

Hva som er å betrakte som gode boligegenskaper sett fra eldre personers perspektiv, trenger ikke nødvendigvis være de samme sett fra kommuners og hjemmetjenesters ståsted. Det er også slik at det vil variere fra person til person hva som oppleves som en god bolig – og det selv om de tilhører samme aldersgruppe. Aldring er en individuell prosess med store forskjeller fra person til person, og behovene og preferansene er derfor også ulike. Noen opplever å bli skrøpelige tidlig i sekstiårene, mens andre fortsatt er friske og spreke når de runder 90 år. Kronologisk alder brukes likevel ofte i definisjoner av eldre selv om den er lite egnet for å si noe om folks funksjonsevne. Vår forståelse av hva som er gode boliger for eldre er imidlertid formulert slik at den ikke medfører noe behov for å definere nærmere hva som menes med eldre i denne sammenhengen. Dette er i tråd med Bo trygt hjemme reformen – der målgruppen er eldre personer, men uten noen avgrensning til en spesifikk aldersgruppe (Meld. St. 24, 2022–2023, s. 9).

Selv om det ikke finnes noen konkret definisjon av gode boliger for eldre, har det i tidligere studier blitt pekt på flere ulike kjennetegn og kriterier ved boliger som kan bidra til at eldre kan bo trygt og selvstendig i eget hjem – og det så lenge som mulig. Hensikten med dette notatet er å oppsummere hva disse studiene viser, og på den måten bidra med en gjennomgang av egenskaper som kjennetegner gode boliger for eldre. Gjennomgangen vil bli basert på tidligere norsk og skandinavisk forskning fra de siste tjue årene (2004–2024).

Bakgrunn

Boliggjøring – eller «hjemliggjøring» – av eldreomsorgen er ikke noe nytt. Allerede på begynnelsen av 1990-tallet la Gjærevoll-utvalget vekt på at hjemfølelsen bør sikres i alle deler av livsløpet (NOU 1992:1). Eldre med behov for hjelp skulle få muligheten til å bo lengst mulig i egen bolig og motta tjenester der. Og den gang, som i dag, var planlegging av alderdommen et viktig stikkord: «Det må være et mål at planlegging for en kommende pensjonisttilværelse i langt større grad kommer på dagsorden slik at den enkelte i tide og på et rasjonelt grunnlag kan fatte valg i forhold til egen bolig og framtidig livssituasjon for øvrig» (NOU 1992:1, Sammendrag, s. 2). En ansvarsdeling der kommunene står for de nødvendige tjenestene, mens eldre selv tar et større ansvar for boligen, ble antatt å kunne bidra til å styrke velferdsstatens bærekraft. Som aldersforskeren Svein Olav Daatland skriver, var dette tanker som var framtidsrettete da det ble forventet at morgendagens eldre ville ha større økonomiske ressurser enn datidens som kunne investeres i bolig samtidig som at de ville stille flere krav til boligens standard (Daatland, 2014).

Den gangen handlet boliggjøringen av eldreomsorgen i stor grad om å erstatte kostbar institusjonsomsorg med boliger som var tilrettelagt for (heldøgns) hjemmebaserte omsorgstjenester – såkalte «omsorgsboliger». Hensikten var å utsette og begrense, eller til og med unngå, behovet for sykehjem. I dag, og framover, er målet å utsette og redusere behovet for omsorgstjenester generelt, også de som mottas i egen bolig. Eldreboligprogrammet, som er del av Bo trygt hjemme-reformen (Meld. St. 24, 2022–2023) er ment å skulle bidra til dette ved å komme med tiltak som fremmer selvhjulpenhet og deltakelse, og på den måten øke mulighetene for å kunne bli boende hjemme lengst mulig. Et viktig mål er å stimulere til en økning av egnete boliger for eldre over hele landet, og til å få eldre til å tilpasse nåværende bolig eller flytte til en bedre egnet bolig. Et sentralt premiss i denne sammenheng er at folk skal ha råd til å bo i egnete boliger i alderdommen, og det legges derfor vekt på at personer som ikke har de midlene som trengs for å kunne flytte eller tilpasse egen bolig, også skal ivaretas.

Målsettingen om at flest mulig skal bli boende hjemme lengst mulig, samsvarer til dels med Eldres egne preferanser, noe som også i relativt stor grad gjelder dersom behovene for pleie og omsorg blir omfattende (Sandlie, Flåto & Gulbrandsen, 2023). I en nylig gjennomført undersøkelse svarte nærmere halvparten av hjemmeboende i aldersgruppen 70–79 år at de ville foretrekke å bli boende i nåværende bolig om de skulle få større behov, mens rundt en tredel ville foretrekke å flytte til en omsorgsbolig (Sandlie et al., 2023). Svært få oppga at de ville flytte på institusjon (kun omlag 3%). Ønsket om å bli boende i den nåværende boligen var noe mer utbredt blant de som hadde flyttet etter fylte 65 år – trolig fordi mange av dem da (nylig) hadde flyttet til en bolig som var bedre egnet til å kunne bli boende i dersom større omsorgsbehov skulle oppstå.

At mange foretrekker å kunne bli boende hjemme i egen bolig lengst mulig, ja kanskje så lenge de lever, henger sammen med et ønske om å kunne klare seg selv livet ut, og da helst uten hjelp fra andre. Å kunne klare seg selv uavhengig av andre handler imidlertid ikke bare om ens egne ferdigheter eller evne til selvhjulpenhet (kompetanse), men også om kravene som kommer fra omgivelsene. Sentralt i denne sammenhengen er krav-kompetanse modellen til Lawton (1977) – en modell som kan være egnet for å analysere hvilke egenskaper gode boliger for eldre bør ha. Det optimale er at det er noenlunde balanse mellom kravene og den enkeltes kompetanse da det vil gi store muligheter for god tilpasning og høy trivsel. Dersom kravene blir for store sett i forhold til kompetansen, vil det kunne få ugunstige utfall. Men kravene må heller ikke være for små. Er boligen for lettstelt, kan det bidra til å redusere funksjonen til personer som ellers ville vært mer aktive (Sudmann, 2017). Daatland og Solem (2011) refererer til dette som «institusjonaliseringseffekten» – det vil si passivisering som følge av mangel på utfordringer og stimulans.

Det framgår videre av Lawtons modell at jo bedre forutsetninger den enkelte har, desto bedre vil han eller hun også være til å mestre kravene fra omgivelsene. Men den enkeltes forutsetninger er gjerne i stadig endring i eldre år, og hva som trengs for å kunne bli boende hjemme, vil derfor også kunne endre seg (Wiles et al., 2012). Dette tas det høyde for i modellen til Lawton ved at den er dynamisk – den ser altså på tilpasning av bosituasjonen som en kontinuerlig prosess der balansen mellom krav og kompetanse bør altså vurderes løpende. Dersom ubalanser oppstår, vil det være viktig å styrke den enkeltes forutsetninger til å kunne bli boende hjemme gjennom tiltak som for eksempel trening, bruk av hjelpemidler, ulike tilpasninger i boligen eller ombygging – eller, hvis nødvendig, flytting til en mer egnet bolig (Sandlie et al., 2023).

En ombygging av boligen eller flytting krever planlegging, og *planlegging av egen bosituasjon* i alderdommen er ett av de tre overordnede temaene i eldreboligprogrammet. Programmet skal stimulere eldre til i større grad å ta ansvar for, og bli mer bevisste, sin egen boligsituasjon, og til at det bygges flere boliger som er godt egnet for alderdommen. Hensikten med notatet er å bidra til dette arbeidet ved å gi en gjennomgang av hva forskningen viser når det gjelder egenskaper og kvaliteter som kjennetegner boliger som det er trygt og godt å bli gammel i.

Litteratursøk

Formålet med litteraturgjennomgangen er altså å kartlegge hva tidligere forskning trekker fram som egenskaper og kjennetegn ved gode boliger for eldre. Vi baserer oss i hovedsak på norsk forskning, men vil også trekke inn enkelte skandinaviske studier som omhandler dette temaet. Vi har gjennomført en såkalt 'hurtigoversikt', det vil si en type gjennomgang som er utført på kortere tid og med forenklete steg sammenliknet med systematiske kunnskapsoversikter (Folkehelseinstituttet, 2018). Det finnes ulike definisjoner og oppfatninger om hva en hurtigoversikt faktisk består av (Hamel et al., 2021). Det vanlige er at de omfatter en mindre utstrakt søkestrategi enn det som kreves for systematisk gjennomganger, noe som også innebærer at det søkes i færre litteraturbaser. De viktigste funnene beskrives ofte narrativt.

Før vi startet å søke etter litteratur, samlet vi opp relevante publikasjoner vi allerede kjente til, og som på forskjellig vis belyser egenskaper ved gode boliger (boformer) for eldre. Deretter gikk vi igjennom referanselistene til publikasjonene, samt søkte etter litteratur som refererer til disse. Til sist gjennomførte vi en rekke søk med forskjellige ord og ordkombinasjoner i ulike databaser (bl.a. Scopus, Web of Science, Google Scholar).¹ Søkene i Google Scholar genererte en lang liste med publikasjoner som viste seg å ikke være relevante for vårt formål, men det var likevel her vi fant de mest aktuelle studiene (i tillegg til de vi allerede kjente til). Etter å ha vurdert den enkelte publikasjonens relevans, sitter vi igjen med 18 studier (15 rapporter og 3 tidsskriftsartikler) hvorav 14 er norske, tre er svenske og 1 er dansk.

Som det framgår av fordelingene, er et stort flertall av publikasjonene forskningsrapporter og ikke vitenskapelige fagfelleverderte tidsskriftsartikler. Rapporter regnes gjerne som såkalt «grå litteratur» og blir ofte utelatt i kunnskapsoppsummeringer med begrunnelsen at denne type publikasjoner ikke har gjennomgått en like grundig fagfellevurdering og derfor ikke er like pålitelig, som det vitenskapelige artikler er. I den senere tid har det imidlertid blitt stadig vanligere å inkludere forskningsrapporter da disse ofte gir viktig og verdifull innsikt en ellers ville gått glipp av (Paez, 2017). Siden en betydelig del av forskningen som er relevant for de problemstillingene vi er interessert i her, er å finne i rapportform, ville en utelatelse av denne litteraturen gjort gjennomgangen vår svært begrenset og ufullstendig.

¹ Søkeordene og kombinasjonene omfatter "seniorbolig", "eldrebolig", "seniorleilighet", "aldersvennlig bolig", "trygghetsbolig*", "trygghetsboende", "seniorboende", "senior-bostäder", "bolig AND eldre", "boende AND äldre", samt engelske søkeord som "age-friendly housing" og "senior housing", i kombinasjon med "Norway" eller "Denmark" eller "Sweden" og "old" eller "elderly".

Hva kjennetegner gode boliger for eldre?

Hva som er en god bolig for eldre, har i liten grad blitt definert konkret i tidligere forskning. Som nevnt innledningsvis, har det snarere blitt pekt på ulike kjennetegn og kriterier ved boliger som kan bidra til at eldre kan bo trygt og selvstendig i eget hjem så lenge som mulig. Ut fra gjennomgangen vår av relevant litteratur, har vi sortert disse egenskapene under følgende ti overskrifter: 1) beliggenhet, 2) tilgjengelighet utenfra, 3) tilgjengelighet innendørs, 4) muligheter for å gjøre tilpasninger, 5) lettstelthet og vedlikeholdsvennlighet, 6) trygghet og sikkerhet, 7) følelsesmessig tilknytning og tilhørighet, 8) sosiale aspekter, 9) økonomisk overkommelighet og 10) tilgang til tjenester.

Publikasjonene det refereres til i gjennomgangen konkluderer ikke nødvendigvis alltid likt når det gjelder ulike egenskaper ved gode boliger for eldre. Dette henger dels sammen med at studiene er basert på ulike gruppers perspektiv, og de dekker også et tidsrom på to tiår (2004–2024). Samsvaret er likevel påfallende stort.

Tabell 1 på neste side gir en oversikt over publikasjoner som belyser de ti overordnede kjennetegnene ved gode boliger for eldre.² Studiene bygger på forskjellige datagrunnlag (bl.a. spørreskjemaundersøkelser, dybdeintervjuer, casestudier, feltarbeid og kunnskapsoppsummeringer) og utvalg (eldre i ulike aldersgrupper, beboere i sentrale eller mer rurale strøk, ansatte i hjemmetjenestene mm.). Se tabell i vedlegg for nærmere opplysninger om de enkelte studiene.

² Enkelte av rapportene har antologiform med ulike kapitelforfattere. Vi referer i disse tilfellene til rapportenes redaktører (som inkluderer forfatterne av enkeltkapitlene).

Tabell 1. Oversikt over publikasjoner som belyser de ulike egenskapene ved gode boliger for eldre

Egenskaper	Referanser
Beliggenhet	Brevik & Schmidt (2005); Ytrehus & Fyhn (2006); Wågø og Høyland (2009); Schmidt et al. (2013); Ruud et al. (2014); Hjalmarsson & Österman (2017); Ekhaugen et al. (2018); Høyland et al. (2020); Sørvoll et al. (2020); Sandlie et al. (2023)
Tilgjengelighet utenfra	Brevik & Schmidt (2005); Ruud et al. (2014); Hjalmarsson & Österman (2017); Ekhaugen et al. (2018); Lindahl et al. (2019); Høyland et al. (2020); Sørvoll et al. (2020); Sandlie et al. (2023)
Tilgjengelighet innendørs	Brevik & Schmidt (2005); Ytrehus & Fyhn (2006); Wågø & Høyland (2009); Abramsson mfl. (2014); Sørvoll mfl. (2016); Hjalmarsson & Österman (2017); Ekhaugen et al. (2018); Siren & Larsen (2019); Sørvoll et al. (2020); Sandlie et al. (2023)
Muligheter for å gjøre tilpasninger	Brevik & Schmidt (2005); Schmidt et al. (2013); Abramsson et al. (2014); Sørvoll et al. (2016); Ekhaugen et al. (2018); Høyland et al. (2020); Sørvoll et al. (2020); Sandlie et al. (2023)
Lettstøthet og vedlikeholdsvennlighet	Brevik & Schmidt (2005); Wågø & Høyland (2009); Schmidt et al. (2013); Abramsson et al. (2014); Ruud et al. (2014); Munkejord et al. (2018); Lindahl et al. (2019); Sørvoll et al. (2020); Sandlie et al. (2023)
Trygghet og sikkerhet	Brevik & Schmidt (2005); Ytrehus & Fyhn (2006); Schmidt et al. (2013); Ruud et al. (2014); Hjalmarsson & Österman (2017); Munkejord et al. (2018); Lindahl et al. (2019); Høyland et al. (2020); Moe et al. (2021); Magnussen et al. (2023); Sørvoll et al. (2020); Sandlie et al. (2023)
Følelsesmessig tilknytning og tilhørighet	Ytrehus (2004); Brevik & Schmidt (2005); Ytrehus & Fyhn (2006); Wågø & Høyland (2009); Abramsson et al. (2014); Ruud et al. (2014); Munkejord et al. (2018); Lindahl et al. (2019); Høyland et al. (2020); Sørvoll et al. (2020); Magnussen et al. (2023); Sandlie et al. (2023)
Sosiale aspekter	Brevik & Schmidt (2005); Wågø & Høyland (2009); Schmidt et al. (2013); Abramsson et al. (2014); Hjalmarsson & Österman (2017); Siren & Larsen (2019); Høyland et al. (2020); Moe et al. (2021); Sørvoll et al. (2020); Sandlie et al. (2023)
Økonomisk overkommelighet	Ytrehus (2004); Brevik & Schmidt (2005); Ytrehus & Fyhn (2006); Wågø & Høyland (2009); Schmidt et al. (2013); Abramsson et al. (2014); Sørvoll et al. (2016); Hjalmarsson & Österman (2017); Siren & Larsen (2019); Sørvoll et al. (2020); Ruud et al. (2014); Sandlie et al. (2023)
Tilgang til tjenester	Brevik & Schmidt (2005); Wågø & Høyland (2009); Sørvoll et al. (2016); Hjalmarsson & Österman (2017); Ekhaugen et al. (2018); Sørvoll et al. (2020); Magnussen et al. (2023); Sandlie et al. (2023)

Beliggenhet

En god bolig for eldre bør være sentralt plassert og nær «alt» (butikker, apotek, helsetjenester og offentlig transport). Beliggenhet i forhold til familie, nettverk og turmuligheter er også viktig. En god beliggenhet gjør dagliglivet enklere, gjør det lettere å delta i samfunnet og bidrar til selvhjelpenhet.

Fordelen ved å bo slik at en har en rekke tilbud innen kort gangavstand, trekkes fram i flere av studiene vi har gjennomgått (bl.a. Ruud, Schmidt, Sørlie, Skogheim & Vestby, 2014; Hjalmarsson & Österman 2017; Ekhaugen, Bjerkmann, Ekeland & Holden, 2018; Høyland, Denizou, Halvorsen & Moe, 2020; Sørvoll, Gulbrandsen, Nordvik, Ruud, Sandlie & Skogheim, 2020; Sandlie, Flåto & Gulbrandsen, 2023). Ifølge Ekhaugen og kolleger (2018) er en beliggenhet i nærhet til sentrale funksjoner som butikk og sosiale arenaer en av de aller viktigste kvalitetene når det gjelder boliger for eldre. Dette er også første punktet på prioriteringslisten til ressursgruppen i studien til Schmidt og kolleger (2013): «Fremtidens boliger for eldre må ha sentral(lokal) beliggenhet med tilgang til et visst butikk-/servicetilbud og offentlig kommunikasjon» (s. 43).

Fordelene ved en sentral beliggenhet er flere. Det gjør det lettere for eldre å delta i samfunnet, noe blant annet Wågø og Høyland (2009) påpeker, og det bidrar til selvhjelpenhet. Sørvoll og kolleger (2020) framhever at gangavstand til «alt» er vesentlig nettopp fordi det gjør det lettere å kunne klare seg selv i hverdagen. Tilsvarende argumenterer Hjalmarsson og Österman (2017) med viktigheten av «...centralt läge, nära till kommunikationer, affärer, vårdcentral och apotek eftersom en tillgänglig miljö förbättrar möjligheterna att klara sig på egen hand» (s. 41). Også Ruud og kolleger (2014), som ser på boligpreferanser i distriktskommuner, trekker slutningen at det å bo sentrumsnært med alle tilbud innen kort gangavstand, vil bidra til at eldre vil kunne klare seg lenger uten bistand enn det de ville gjort om de ble boende i hus utenfor sentrumsområdene. Likeledes hevder Høyland og kolleger (2020) at en beliggenhet med gangavstand til tjenester og offentlig transport vil kunne gjøre at flere kan bli boende i boligen lenger. De viser blant annet til en eldre kvinne de intervjuet som uttalte følgende: «at vi har nærhet til offentlig kommunikasjon, at vi har nærhet til senteret hvor det er, hvor vi har tannlegen, vi har legen, vi har apotek, vi har pol nå, posten har flyttet, men allikevel, det er en postkasse der og det er en minibank, så sånn sett ... det er jo veldig viktig [...] for man må kunne gå dit med rullator, rett og slett» (s. 70).

Sørvoll og kolleger legger i tillegg vekt på at beliggenhet i forhold til natur og utsikt er viktig, mens Wågø og Høyland (2009) påpeker at nærhet til familie, venner og rekreasjonsmuligheter bidrar til å gjøre nærmiljøet godt å leve i. Også Sandlie et al. (2023) trekker fram verdien av natur og turmuligheter i nærområdet. I tillegg understreker de betydningen av nærhet til familien da det øker mulighetene for hyppig kontakt og for å kunne få hjelp i hverdagen.

Studien til Ytrehus og Fyhn (2006) viser at eldres prioriteringer med hensyn til beliggenhet kan variere på tvers av ulike områder av landet. I deres studie framgår det eksempelvis at nærhet til familie prioriteres høyere i Fauske enn i bydel Frogner, mens det er omvendt for nærhet til butikker, apotek og liknende typer tilbud. Boligens beliggenhet i forhold til et område hvor en er godt kjent, er

et annet viktig poeng (Brevik & Schmidt 2005). Dette handler imidlertid først og fremst om trygghet som vi vil komme tilbake til under punkt 6.

En sentral beliggenhet er ikke bare av betydning for beboerne. Ikke minst kan det ha mye så si med tanke på kommunenes pleie- og omsorgstjenester, noe som framheves i flere av studiene vi har gjennomgått. Ruud og kolleger (2014) viser for eksempel til effektiviseringsgevinsten ved en sentral beliggenhet for kommunenes hjemmetjenester: «Det kan også ses som en fordel for kommunen at flere eldre velger å flytte til kommunesenteret fordi det er mer effektivt for hjemmetjenesten å nå folk som bor sentralt» (s. 141). Tilsvarende påpeker Brevik og Schmidt (2005) hvordan en sentralisert beliggenhet gir gevinster for kommunene i form av kortere reiseavstander, mens Sørvoll mfl. (2020) konstaterer at egnete boliger for eldre bør ha en beliggenhet som gjør det enkelt for de kommunale hjemmetjenestene å yte hjelp når dette blir avgjørende for at en person fortsatt skal kunne bo hjemme.

Tilgjengelighet utenfra

En god bolig for eldre må være lett tilgjengelig utenfra. Uteområdet bør være slik at det er enkelt å bevege seg, og det må være lett å komme seg inn i – og ut av – boligen. Dette innebærer enkel, trinnfri og belyst adkomst fra terreng/parkering og bred inngangsdør.

Tilgjengelighet er en viktig egenskap ved gode boliger for eldre. I studiene vi har gjennomgått, handler dette mest om tilgjengelighet innendørs, men det er også flere som påpeker viktigheten av at boligen er lett tilgjengelig utenfra. En avgjørende egenskap ved gode boliger for eldre er nettopp at det skal være enkelt å komme seg inn – og ut (bl.a. Brevik & Schmidt, 2005; Hjalmarsson & Österman 2017; Ekhaugen et al., 2018; Sandlie et al., 2023).

Som Sandlie og kolleger (2023) understreker, må det: «tilrettelegges for et liv både inne og ute» (s. 42), mens Brevik og Schmidt (2005) legger vekt på at: «Tilgjengelighet *både inne og utenfra* er avgjørende» (s. 67). Brevik og Schmidt (2005) operasjonaliserer følgelig boligens tilgjengelighet som en kombinasjon av tilgjengelighet utenfra og innendørs der det førstnevnte dreier seg om at adkomsten til boligens inngangsplan må være trappe- eller terskelfri. Tilsvarende operasjonalisering finner vi også hos Sandlie med kolleger (2023).

Ekhaugen mfl. (2018) beskriver hvordan trapper gjør det vanskelig for mange å komme seg inn i og ut av boligen. Dette gjelder ikke bare trapper utendørs, men også trapper i leilighetskomplekser uten heis. Tilgang til heis er det aspektet som flest respondenter i den svenske studien til Lindahl og kolleger (2019) trakk fram som viktig for at boligen skal være bra å bli gammel i. At heis har stor betydning for boligens tilgjengelighet, er et poeng som går igjen i flere av publikasjonene i denne gjennomgangen (bl.a. Sørvoll, Sandlie, Nordvik & Gulbrandsen, 2016; Høyland et al., 2020; Sørvoll et al., 2020; Sandlie et al., 2023). Ifølge Høyland et al. (2020) er heis «antakelig det enkelttiltaket som best kan bidra til at flere kan bli boende hjemme, selv om boligene ikke er fullt ut tilgjengelige» (s. 94).

En heis er imidlertid til liten nytte dersom beboerne først må forsere en trapp utenfor inngangspartiet for å komme til heisen (Hjalmarsson & Österman, 2017). I intervjuene Ekhaugen og kolleger (2018) gjennomførte med ansatte i hjemmetjenestene og ergoterapeuter ble det hyppig trukket fram at trapper og terskler for å komme inn og ut av boliger gjør det særlig problematisk og risikofyllt for beboere med redusert balanse eller hjerte-/lungeproblemer. Resultatet er at denne gruppen lett blir sittende inne og dermed isolert. Samme problem peker Hjalmarsson og Österman (2017) på – nemlig at problemer med å ta seg inn i og ut av huset lett kan medføre økt isolering. Flere av informantene deres savnet nettopp mulighetene å kunne gå ut når de selv ønsket det.

Når det gjelder adkomsten til boligen utover trapper og trinn, bør det heller ikke være noen bratt bakke foran inngangspartiet (Ruud et al., 2014; Sørvoll et al., 2020). Ekhaugen og kolleger (2018) påpeker videre at boligens uteområde generelt bør være slik utformet at det er lett å bevege seg der selv om en er ustø eller bruker rullator. Området rundt boligen bør heller ikke være slik at det krever mye snømåking vinterstid (Ruud et al., 2014). Utfordringer med snømåking er et tema som flere av informantene i studien til Sandlie et al. (2023) trakk fram. Flere opplevde å måtte bli værende hjemme på dager med mye snø. Bekymring knyttet til snømåking er også tema i studien til Munkejord, Eggebø og Schönfelder (2018). Dette med vinter og snø er tydelig noe som oppleves som tungt og vanskelig av flere eldre – og da særlig blant de som bor i distriktene.

En god tilgjengelighet utenfra er dessuten en positiv faktor for besøkende (Høyland et al., 2020) og, ikke minst, for hjemmetjenesten som enkelt bør kunne komme seg inn i boligen for å yte hjelp – og på den måten bidra til at eldre kan bli boende hjemme (Sørvoll et al., 2020). God tilgjengelighet til boligen, også på vinterstid, innebærer åpenbart sparte kostnader for pleie og omsorgstjenestene, noe også Brevik og Schmidt (2005) påpeker.

Veilederen for aldersvennlige boliger som er utarbeidet av OBOS (2024), handler i vesentlig grad om tilgjengelighet, og det også utendørs. I tillegg til forhold som vi allerede har referert til over, legges det her vekt på belysning. God belysning, uten blendingsfare, gjør det lettere å orientere seg utendørs og å komme seg inn i boligen, og bidrar dermed til økt trygghet.

Tilgjengelighet innendørs

En god bolig for eldre bør være lett å bevege seg rundt i med alle nødvendige rom på ett plan. Hvis ikke lokalisert i første etasje, bør den ha heis og den bør være terskelfri, ha tilstrekkelig belysning og et funksjonelt bad.

Boligens tilgjengelighet har mye å si for hvor lenge eldre kan bli boende hjemme. Derfor er mangel på boliger med god tilgjengelighet et problem, ikke bare for eldre som ønsker å bli boende hjemme, men også for kommunene som ønsker å satse sterkere på omsorgstjenester i eget hjem (Sørvoll et al., 2016). Godt tilgjengelige boliger antas dessuten å kunne redusere bruken av tjenester og således være ressursbesparende (Brevik & Schmidt, 2005).

Alt på ett plan trekkes fram som særlig viktig for at boligen skal være godt egnet (Brevik & Schmidt 2005; Wågø & Høyland 2009; Ekhaugen et al., 2018; Sørvoll et al., 2020; Sandlie et al., 2023). Sandlie med kolleger (2023) operasjonaliserer en tilgjengelig bolig som en bolig med bad, kjøkken, stue og minst ett soverom på inngangsplanet, kombinert med trinnfri adkomst (eller heis eller beliggenhet i første etasje). Brevik og Schmidt (2005) har i tillegg med at rommene i boligen skal være tilgjengelige for rullestolbrukere, men understreker at den overordnede betingelsen for å oppnå tilgjengelighet i boligen, er at alle nødvendige rom er på ett plan.

Blant respondentene i studien til Siren og Larsen (2019) som nylig hadde flyttet til ny bolig, var den viktigste årsaken til flyttingen å få en mindre bolig. En god del oppga også at de hadde flyttet «for at bli fri for besværlige trapper» (s. 33). Alt på ett plan uten trapper trekkes ikke minst fram i studien til Ekhaugen et al. (2018) som det mest avgjørende for hvor lenge eldre kan bo hjemme. I intervjuene med hjemmetjenesten og ergoterapeuter var det nettopp viktigheten av trappefri bolig som gikk igjen. I tillegg kommer tilgjengeligheten på badet der det er en vesentlig fordel med terskelfri adkomst, dusj uten nivåforskjell og god plass. Særlig dusjen kan være utfordrende. Ansatte i hjemmetjenestene rapporterte om problemer med dusjen i så mye som to tredjedeler av boligene de besøker (Ekhaugen et al., 2018).

Hvorvidt boligen er funksjonsvennlig, handler i stor grad om beboernes individuelle forutsetninger (Sandlie et al., 2023). Boligen bør være tilrettelagt på en måte som fremmer deltakelse, selvhjelpenhet og aktiv aldring (ibid., s. 10). Som nevnt innledningsvis, kan en bolig som er for tilgjengelig også bidra til å redusere funksjonen til eldre. Nettopp dette ble påpekt i ett av intervjuene i studien til Ekhaugen og kolleger (2018): «Jeg vil også føye til at kronglete hus i flere tilfeller kan være positivt for brukerne, da de blir "tvunget" til å bevege seg mer» (s. 66).

At trapper kan forårsake fallulykker, er godt dokumentert i forskning om fall (Bergland, 2012). Samtidig er det slik at trapper kan bidra til at eldre holder seg fysisk aktive, noe som igjen er med på å forebygge funksjonssvekkelser. Som en av informantene til Sandlie et al. (2023) fortalte, så var det trappen som utgjorde mosjonen til moren hennes, for hun var ikke så mye ute, og trappen hadde gelender så den var trygg å gå i (s. 72). At «trapp er sunt året rundt»³ gjelder imidlertid ikke for alle, og siden vi her først og fremst er ute etter å dokumentere egenskaper som gjør det mulig for eldre å bli boende hjemme lengst mulig, også med svekkelser, er tilgjengelighet viktig, og den bør altså helst være trappefri.

En annet viktig kvalitet handler om god belysning i boligen. Det gir bedre kontraster og gjør det lettere for beboere å bevege seg og holde balansen (Ekhaugen et al., 2018). God belysning gjentas flere steder i veilederen til OBOS om aldersvennlige boliger (OBOS, 2024). Det anbefales blant annet nattlys på bad og i entré og godt opplyste arbeidsflater på kjøkken. Belysning er

³ *Vi over 60*, <https://viover60.no/artikler/trapp-er-sunt-aret-rundt/>

for øvrig noe det er relativt enkelt å kunne tilpasse, som vi kommer tilbake til under neste punkt.

En bolig som er utformet slik at det er lett å bevege seg rundt, vil dessuten gjøre det lettere for omsorgsgivere å bidra når behov for hjelp oppstår (Abramsson et al., 2014). Sørvoll og kolleger (2020) legger til at boliger som det er lett å komme inn i, lett å bevege seg rundt i, og som er utformet på en måte som gjør det enkelt for den kommunale hjemmetjeneste å yte hjelp, er avgjørende for om en person kan fortsette å bo hjemme (Sørvoll et al., 2020). Tilsvarende argumenterer Brevik og Schmidt (2005) at sannsynlighetene er store for at eldre som bor i tilgjengelige boliger vil kunne bli boende hjemme lenger enn de ville gjort i en mindre tilgjengelig bolig uten. Brevik og Schmidt understreker også at det er til stor hjelp for hjemmetjenestenes ressursbruk at boligene er tilgjengelige og lettstelte. Ekhaugen og kolleger (2018) påpeker at det særlig er de baderelaterte hindrene som har størst betydning for arbeidssituasjonen til hjemmetjenesten: «De boligene der fysiske hindre gjør det vanskelig for brukeren å dusje uten hjelp, er i stor grad de samme boligene som gjør det vanskelig for hjemmetjenesten å hjelpe brukeren med å dusje» (s. 30).

Boligegenskaper som forbindes med tilgjengelighet er noe mange eldre er spesielt opptatt av (Sørvoll et al., 2020). Tilsvarende viser studien til Ytrehus og Fyhn (2006) at boligens utforming har høy prioritering og det uavhengig av bosted. Brevik og Schmidt (2005) hevder at det er en betydelig bevissthet rundt dette med tilgjengelighet blant folk, framstår som et potensiale for at en skal kunne lykkes i arbeidet med å stimulere eldre til å bedre tilgjengeligheten i boligen gjennom å gjøre tilpasninger og utbedringer.

Muligheter for å gjøre tilpasninger

En god bolig for eldre bør være fleksibel og kunne tilpasses endrete behov. Dette innebærer muligheter for å kunne utføre enklere tilpasninger både i og utenfor boligen, inkludert installering av ulike hjelpemidler, eller å kunne gjennomføre større endringer for eksempel i rominndelingen.

En bolig kan være godt egnet for eldre å bo i – helt til den ikke er det lenger. Da er det viktig at det går an å gjøre tilpasninger i boligen slik at den igjen blir egnet å bo i. Å kunne øke boligens tilgjengelighet gjennom å utføre ulike utbedringer i boligen, er nettopp noe som trekkes fram i forskningen som en sentral egenskap ved boliger for eldre (bl.a. Brevik & Schmidt 2005; Schmidt, Holm, Kvinge & Nørve, 2013; Sørvoll et al., 2016; Ekhaugen et al., 2018; Sørvoll et al., 2020; Sandlie et al., 2023). Behov har det nemlig med å endre seg etter hvert som en blir eldre, og dermed vil også hva som eventuelt trengs av tilpasninger kunne endre seg. Som framhevet innledningsvis er tilpasning av boligen en kontinuerlig prosess, og en godt egnet bolig vil derfor være en bolig som det går an å gjøre tilpasninger og utbedringer i – for på den måten øke mulighetene for å kunne bli boende hjemme (enda) lenger.

Når det gjelder adkomst til boligen, framhever Høyland og kolleger (2020) at installering av heis nok er det enkelttiltaket som i størst grad bidrar til at flere kan bli boende lenger hjemme, og det selv når boligen ikke er fullt ut

tilgjengelig. Samme poeng finner vi hos Sørvoll et al. (2020) som i tillegg viser til at heis kan bidra til økt livskvalitet for mange som opplever funksjonssvekkelser. Sørvoll og kolleger (2020) påpeker at det ofte kan anses som vanskelig eller umulig å installere heis, særlig i gamle bygg, men at utredninger av ulike muligheter og samling av gode eksempler kan bidra til å finne løsninger på 'heisproblemet', med det resultat at flere bygg får installert heis.

Ser vi på tilpasninger inne i boligen, er fjerning av terskler og montering av gelender og håndtak, samt utvidelse av dører for å gjøre dem bredere, noe som går igjen som viktige tiltak for å gjøre boliger mer tilgjengelige i takt med endrete behov (Brevik & Schmidt 2005; Sørvoll et al., 2016; Ekhaugen et al., 2018; Sandlie et al., 2023). Dette er å regne som mindre tilpasninger. Ekhaugen og kolleger (2018) nevner i tillegg rydding av overmøblerte rom og fjerning av tepper for å gjøre boligen mer tilgjengelig og framkommelig. Bedring av belysning trekkes også fram av flere som en relativt enkel tilpasning (Brevik & Schmidt 2005; Ekhaugen et al., 2018; Sørvoll et al., 2016; Sandlie et al., 2023).

I spørreundersøkelser der det er spurt om utførte, eller planlagt utførte, utbedringer inngår gjerne følgende tiltak: fjerning av terskler, montering av ekstra gelender i trapp, utvidelse av dører, tilpasninger på kjøkken, tilpasninger på badet, montering av rullestolrampe og installering av ekstra belysning (Brevik & Schmidt 2005; Sørvoll et al., 2016). Sørvoll og kolleger (2020) legger til montering av dørtelefon og automatisk døråpner, samt montering av heis/løfteplattform. Kartlegginger viser at gjennomføring av de nevnte typene tilpasninger ikke er særlig utbredt. Andelene som har utført de ulike utbedringer er imidlertid noe høyere i undersøkelsen til Sørvoll og kolleger fra 2020 sammenliknet med de gjennomført av Brevik og Schmidt (2005) og Sørvoll et al. (2016). Men som Sørvoll og kolleger (2020) påpeker, kan dette henge sammen med at utvalget i studien deres er noe eldre og at dermed også behovet for utbedringer er sterkere. Det kan også tenkes at det er en større bevissthet om at mulige behov for utbedringer kan oppstå.

At andelene som har utført ulike utbedringer er relativt små, kan altså ha å gjøre med at behovene så langt ikke har vært til stede for denne type tilpasninger i boligen. Men selv blant eldre med funksjonsnedsettelse som oppleves som begrensende i dagliglivet, oppgir de fleste at det ikke er relevant å utføre ulike utbedringer av bosituasjonen (Sandlie et al., 2023). Ett unntak er tilrettelegging av boligen med alt på ett plan – 29 prosent av utvalget i studien til Sandlie og kolleger (2023) oppgir å ha alle hovedfunksjoner samlet i en og samme etasje. Dette kan være en konsekvens av tilpasninger de selv har fått utført i den opprinnelige boligen eller at de har flyttet til en bedre egnet bolig med alt på ett plan. Det er i tillegg flere som rapporterer om fjerning av terskler og installering av håndtak på badet, noen har fått montert hjelpemidler knyttet til hørsel og lyd, mens (svært) få har gjennomført større ombygginger av kjøkken og bad (Sandlie et al., 2023).

Badet oppleves som det største problemområdet i boligene ansatte i hjemmetjenestene er inne i (Ekhaugen et al., 2018) – og det er altså også det rommet som det sjeldnest gjøres noe med (med unntak av montering av håndtak i dusj). Dette er ikke så rart siden ombygging av bad både er dyrt og belastende, ikke minst for beboerne som ofte må flytte ut mens utbedringen

pågår. Ifølge Ekhaugen og kolleger (2018) er ett av de viktigste problemene med badene at de er små, noe det ikke alltid er mulig å gjøre noe med. En bedre tilgjengelighet på badet, selv om det er kostnadskreven, ville imidlertid kunne gi store gevinster: «Bedre utforming av eksisterende bad er vurdert å kunne gjøre brukeren mer selvhjulpne i 47 pst. av boligene i vårt utvalg» skriver Ekhaugen et al. (2018, s. 40).

Det er imidlertid ikke kun badet som bør utbedres eller tilpasses. Alt i alt viser funnene til Ekhaugen et al. (2018) at omkring 35 prosent av boligene som hjemmetjenesten besøker, har hindre av betydning. I 90 prosent av tilfellene ville det vært mulig å gjøre noe med disse hindrene med det resultat at beboerne ville vært mer selvhjulpne.

Det at det i så stor grad er mulig å gjøre noe med boligens tilgjengelighet, er verdt å merke seg. Brevik og Schmidt (2005) rapporterer også om «en nokså omfattende aktivitet, vilje og innsikt blant framtidige eldre til i egen regi å gjøre noe med tilgjengelighet og hensiktsmessighet i boligen i forhold til framtid og mulig skrøpeligheit» (s. 108). De konkluderer at denne bevisstheten om betydningen av en tilgjengelig bolig kan representere et potensiale for å kunne lykkes i arbeidet med å stimulere eldre til å utbedre boligene sine eller til å flytte til mer egnede boliger. Abramsson og kolleger (2014) er mer forbeholdne. Basert på funn fra deres studie er de usikre på hvorvidt eldre faktisk vil gjøre tilpasningene som kreves i boligen, selv om de planlegger å gjøre det, når den tid kommer at tilpasningsbehovene oppstår. Og som vi har referert til over, virker det heller ikke å være særlig vanlig blant eldre med funksjonsnedsettelse som oppleves som begrensende i dagliglivet, å anse det som relevant å utføre ulike utbedringer av bosituasjonen (Sandlie et al., 2023). Dette altså til tross for at strategiske tilpasninger utvilsomt vil kunne bidra til at flere eldre kan bli boende hjemme lenger i eget hjem (Sørvoll et al., 2020). Og det vil utvilsomt også være ressursbesparende for hjemmetjenestene (Ekhaugen et al., 2005).

Lettstelthet og vedlikeholdsvennlighet

En god bolig for eldre bør være lettstelt og den bør være uten store vedlikeholdsbehov. En vedlikeholdsvennlig bolig gjør hverdagslivet enklere og bidrar til at eldre i større grad kan klare seg selv uten hjelp fra andre.

Selv om det i Norge er tradisjon for å bruke relativt store beløp og mye tid på oppussing og vedlikehold av bolig, bør gode boliger for eldre i stor grad være vedlikeholdsvennlige. I flere av publikasjonene vi har gjennomgått, trekkes det nettopp fram at en god bolig for eldre bør være enkel å vedlikeholde og den bør være lettstelt (bl.a. Wågø & Høyland 2009; Schmidt et al., 2013; Ruud et al., 2014; Sørvoll et al., 2020).

I studien til Sørvoll et al. (2020) oppgir så mange som 82 prosent at en viktig egenskap ved en framtidig bolig er at boligen er enkel å vedlikeholde. Dette gjelder på tvers av bosted. Det å kunne ha en vedlikeholdsfri og lettstelt bolig er også et viktig motiv for å flytte (Schmidt et al., 2013; Ruud et al., 2014; Sandlie et al., 2023). For noen handler dette ønsket om å kunne frigjøre tid til andre interesser og aktiviteter (Ruud et al., 2014), mens det for andre dreier seg om at

de ikke lenger klarer å utføre vedlikeholdsarbeidet på egen hånd, og at de ikke ønsker å være avhengig av andres hjelp (Sørvoll et al., 2020). Lindahl, Ryd, Kaan og Isaksson (2019) viser til at blant de som planla for sin framtidige boligsituasjon, var det flere som oppga at de ville flytte *før* de fikk problemer med å vedlikeholde boligen.

I casekommunene i studien til Ruud og kolleger (2014) er en stor andel av eldre boliger gamle bygg med store vedlikeholdsbehov. De er derfor ikke uvanlig at det kommer til et punkt der beboerne enten må foreta oppgraderinger av huset eller flytte – og da gjerne til en nyere leilighet. Nyere leiligheter forventes å være langt mer lettstelte og vedlikeholdsvennlige enn eneboliger (Lindahl et al., 2019), noe studien til Sørvoll et al. (2020) også bekrefter. Her framgår det at omfanget av vedlikeholdsaktiviteter, ikke overraskende, er vesentlig større blant beboere i enebolig enn blant de som bor i blokkleiligheter.

Det er imidlertid ikke alle som ønsker seg en lettstelt leilighet – «noen setter pris på å bruke tiden sin til praktiske gjøremål i og rundt hjemmet», som Sandlie et al. (2023) påpeker (s. 82). Dessuten bidrar vedlikeholds- og annet husarbeid til å holde 'hjulene i gang', noe studien til Abramsson, Elmqvist og Turner (2014) viser. Informantene deres var tydelige på at dersom de ikke lenger kunne klare å holde huset eller hagen, ville de heller flytte – også fordi det for flere var nettopp dette arbeidet som gjorde at de var tilfreds med boligen og ønsket å bli boende.

Boligers vedlikeholdsbehov kan skape mye bekymring og uro. Munkejord og kolleger (2018) illustrerer dette gjennom et intervju med en eldre mann som forteller om bekymringer ikke bare for det å skaffe og bære inn nok ved, måke snø og vedlikeholde huset, men også for hva han skulle gjøre dersom varmtvannsbeholderen røk eller varmepumpen streiket (s. 22). Å kunne bo slik at en er sikret at denne typer oppgaver blir utført når en blir for skrøpelig til å kunne gjøre det selv, er det mange seniorer som ønsker (Brevik & Schmidt, 2005).

Sørvoll og kolleger (2020) påpeker at eldre som oftest vil kunne bli boende hjemme lenger om de flytter til en ny bolig med mindre vedlikeholdsbehov enn de vil kunne gjøre om de blir værende i den opprinnelige boligen. Dette gjelder også for de som allerede har gjennomført omfattende og dyre tilpasninger og utbedringer. Dessuten er det ressursbesparende for kommunene idet hjemmetjenestene trenger mindre tid til å utføre oppgavene sine i en lettstelt og tilgjengelig bolig, som vi også har påpekt under avsnittet om tilgjengelighet (Brevik & Schmidt, 2005; Sørvoll et al., 2016).

Vedlikeholdsvennlige og lettstelte boliger kan dessuten bidra til økt trygghet for beboere (Munkejord et al., 2018). Nettopp med tanke på at trygghet i hjemmet bidrar til at eldre kan bli boende lenger i boligen, har Direktoratet for samfunnssikkerhet og beredskap (2024) utarbeidet en informasjonsbrosjyre som beskriver ulike tiltak og tilpasninger som kan gjøre hjemmet tryggere. Dette kommer vi nærmere tilbake til i neste avsnitt.

Trygghet og sikkerhet

At boligen anses som trygg og sikker, er en forutsetning for at den skal kunne oppleves som egnet til å bli boende i i alderdommen– også med funksjonssvekkelser. Gode sikkerhetssystemer i boligen er viktig, men ikke minst vissheten om å kunne få hjelp ved behov.

Opplevelse av trygghet er av vesentlig betydning for å kunne bli boende hjemme lengst mulig i alderdommen, noe som vektlegges tydelig i reformen Bo trygt hjemme. Hjemmet er for de fleste en viktig arena for både for identitet og tilhørighet – og også for trygghet (Sørvoll et al., 2020). Å føle seg trygg i og utenfor egen bolig anses som en forutsetning for aktivitet, mestring og livskvalitet i alderdommen (Sudmann, 2017). Trygghet er følgelig en viktig egenskap ved gode boliger for eldre (bl.a. Brevik & Schmidt, 2005; Hjalmarsson & Österman, 2017; Munkejord et al., 2018; Moe, Hauge & Høyland, 2021; Sandlie et al., 2023).

Å vite at det er kort vei dersom en skulle trenge hjelp, er viktig for mange (Ruud et al., 2014). Trygghet hjemme handler derfor i stor grad om nærhet til familie og venner og/eller helsetjenester. Brevik og Schmidt (2005) viser til at rundt to av tre seniorer mener at nærhet til familie og hjemmetjenester er av vesentlig betydning for å kunne bli boende hjemme som skrøpelig. Og som Sandlie og kolleger (2023) skriver: «Når eldre opplever funksjonsnedsettelse som blir så begrensende for daglige aktiviteter at de ikke lenger er selvhjulpne, er tilgang på hjelp viktig for å opprettholde en trygg bostatus» (s. 42). Schmidt og kolleger (2013) påpeker at selv små møter i hverdagen kan ha stor betydning for opplevelsen av trygghet i situasjoner der helsen begynner å svikte.

Schmidt et al. (2013) vektlegger hvordan nye og mer sosiale boligløsninger for eldre bidrar til å gi beboerne trygghet. I casestudiene deres av ulike typer sosiale boformer, var det nettopp opplevelsen av å føle seg trygg informantene løftet fram som den viktigste kvaliteten ved en slik boform – sammen med de sosiale aspektene. Tryggheten dreier seg både om vissheten om å kunne få hjelp hvis noe skulle skje og om at beboerne bryr seg om hverandre. Muligheter for støtte i hverdagen er ikke minst viktig dersom livet føles vanskelig og en trenger noen å snakke med (Schmidt et al., 2013). Selv om flere av informantene i studien til Ruud med kolleger (2014) helst kunne tenke seg et aldersblandet bomiljø, trakk flere fram fordelene med å kunne bo slik at det er mange pensjonister som er hjemme på dagtid, da det vil kunne gi økt trygghet. Blant informantene i studien til Høyland et al. (2020), som alle bodde i nye, sosiale, boligløsninger, var gode naboer noe som flere så på som trygghetsskapende, ikke minst med tanke på det å kunne hjelpe hverandre ved behov. Som en av dem fortalte: «Men du kan si fordelene er og, i forhold til trygghet, det er at trenger du hjelp til en eller annen ting, så er det ikke vanskelig å spørre noen av de som bor her.» (s. 139).

Hjalmarsson og Österman (2017) trekker tilsvarende fram viktigheten av å ha familie i nærheten og kontakt med naboer. Hvordan gode naboer gir trygghet kommer tydelig fram i intervjuet med en av informantene deres som fortalte at naboene kan observere «när jag släcker lampan och tänker att nu går hon och lägger sig» (s. 24). Dette ga henne stor trygghet. Schmidt et al. (2013) viser til

et dansk bofelleskap hvor de hadde innført et gardinsystem der naboene går og sjekker at alt er vel dersom en av beboerne ikke har dratt til side gardiene før kl. 11 på formiddagen. Likeledes viser Moe og kolleger (2021) til intervjuer med beboere i bofelleskap som uttalte at «...hvis ikke noen av oss dukker opp der, som har glemt det eller noe sånt. Så ringer vi på døren og sier "skal du ikke ned der i dag". Så vi passer på hverandre, vi gjør det altså» (s. 55). En annen fortalte at tryggheten ikke bare gjaldt for henne, men også for barna og barnebarna hennes – som da slipper å tenke at «å herregud nå må vi hjem og ordne med mutter'n igjen» (s. 55).

Øvrige trygghetsskapende forhold som belyses i studien til Hjalmarsson og Österman (2017) fra Stockholm er det å ha dør med sikkerhetslås og kikkhull sånn at det går an å se hvem som banker på. Nærmere to tredeler av respondentene i undersøkelsen deres vurderte kikkhull som en viktig faktor for at de skulle føle seg trygge og sikre i boligen. Drøye halvparten la vekt på nærhet til familie og gode naboer som trygghetsskapende.

De av informantene i studien til Munkejord og kolleger (2018) som var opptatte av trygghet i egen bolig, hadde det til felles at de opplevde å bli ivaretatt – både av familie og hjemmetjenester. For noen kan det å flytte til en sentralt beliggende og lettstelt leilighet gi økt trygghet, for andre er det viktig å kunne bli boende og gjøre vante aktiviteter i kjente omgivelser for å kunne føle seg trygg, selv om boligen er isolert plassert (ibid.). Som Magnussen et al. (2023) oppsummerer: «det å kunne opprettholde hjemmefølelsen har mye å si for at eldre skal føle seg trygge hjemme» (s. 16).

Kunnskapsoppsummeringen til Magnussen, Øvern og Devik (2023) har tittelen *Trygg i eget hjem?* Den handler altså nettopp om hvilke forhold eldre hjemmeboende erfarer som viktige for at de skal kunne føle seg trygge hjemme. Utover tilgang til familie og tjenester, trekker forfatterne også fram teknologi. Trygghets- og sikkerhetsteknologi kan gi trygghet både ved at det gir muligheter for at eldre selv skal kunne tilkalle hjelp ved behov, og ved at noen «følger med» på dem. Men en forutsetning er at brukeren av teknologien forstår hvordan den fungerer og klarer å benytte seg av den. Også såkalt kompensasjons- og velværeteknologi kan gi eldre en opplevelse av sikkerhet, velvære og mestring i eget hjem, men bruk av denne type teknologi krever kontinuerlig oppfølging fordi brukerens situasjon kan endre seg raskt. Som Høyland et al. (2020) påpeker, må teknologien tilpasses den enkelte beboer slik at den ikke oppleves som stressende og komplisert. De legger til at, med unntak av trygghetsalarm, så har ikke forventningen om teknologiens sentrale rolle for beboernes trygghet i boligkompleksene de studerte, så langt slått til. Dette kan blant annet skyldes at en del eldre ikke stoler helt på teknologien, noe Magnussen og kolleger (2023) også trekker fram som en viktig faktor.

Direktoratet for sikkerhet og beredskap (2024) lister opp en rekke tiltak som vil kunne gjøre eldre mer trygge hjemme. Dette omfatter blant annet lamper som gir godt lys, komfyrvakt og antisklibelegg i trapper og på bad. Tiltakene handler først å fremst om å unngå fall og brann, noe som selvsagt er viktig. For mange eldre er det imidlertid først og fremst følelsen av å være hjemme som skaper trygghet (Magnussen et al., 2023). Å kunne fortsette å bo i vante omgivelser der en er kjent både fysisk, sosialt og kulturelt, har stor betydning for tilhørighet og

trygghet (Ruud et al., 2014), som er den neste egenskapen ved gode boliger som vi skal se nærmere på.

Følelsesmessig tilknytning og tilhørighet

En god bolig for eldre er en bolig beboerne opplever tilhørighet til eller er beliggende i et område de føler tilknytning til. Følelsesmessig tilknytning kan bety mye for trygghet og livskvalitet – og dermed også for mulighetene til å kunne bli boende lenger hjemme.

Følelsesmessig tilknytning og tilhørighet er egenskaper som går igjen i flere av publikasjonene vi har gjennomgått (Ytrehus, 2004; Brevik & Schmidt, 2005; Abramsson et al., 2014; Ruud et al., 2014; Munkejord et al., 2018; Sørvoll et al., 2020; Magnussen et al., 2023; Sandlie et al., 2023). Det dreier seg ikke bare om tilknytning til boligen, men også til nærområdet – begge deler står sentralt for opplevelsen av trygghet (bl.a. Brevik & Schmidt, 2005; Ytrehus & Fyhn, 2006).

Ytrehus (2004) understreker at Eldres forhold til lokalområdet i større grad må tas hensyn til for å kunne forstå deres syn på bolig og en eventuell flytting. Samme argument finner vi hos Brevik og Schmidt (2005). Tilknytning er en vesentlig egenskap ved det å bo, og dette gjelder ikke bare selve boligen, men også omgivelsene boligen befinner seg i. Dette er heller ikke urimelig i og med at det er i og nær boligen eldre som regel tilbringer mest tid. Ifølge Magnusson og kolleger (2023) er nettopp «følelsen av å være hjemme» noe som bidrar til at eldre føler seg trygge i boligene sine. Det handler om «opplevelse av integritet, av å være hjemme i eget liv, av å kunne følge egne rutiner og vaner, og av nærhet til mennesker som er viktige» (s. 28).

Studien til Brevik og Schmidt (2005) illustrerer at blant åtte oppgitte boligeenskaper i, framstår den følelsesmessige tilknytningen til boligen, samt det at boligens beliggenhet er i et område hvor en selv er godt kjent, som svært viktige kvaliteter. Den følelsesmessige tilknytningen til boligen synes også å tilta med økende alder (ibid.). Følelsesmessig tilknytning framstår imidlertid som noe mindre viktig i studien til Sørvoll og kolleger (2020). Dette kan henge sammen med ordlyden i spørsmålet og hvilke andre egenskaper det spørres om i samme spørsmålsrekke. I studien til Brevik og Schmidt (2005) ble det spurt om følelsesmessig tilknytning i spørsmålsrekke som først og fremst omhandler beliggenhet⁴, mens hos Sørvoll et al. (2020) ble tilsvarende spørsmål stilt sammen med spørsmål som i hovedsak dreier seg om boligens utforming.⁵

⁴ Øvrige spørsmål: boligens nærhet til privat service, boligens beliggenhet i forhold til offentlige tjenester, boligens beliggenhet i forhold til jobb, boligens beliggenhet i forhold til familie. I tillegg ble det også spurt om boligens utforming og at bokostnadene er slik de er nå i samme spørsmålsrekke om egenskaper ved boligen (Brevik og Schmidt, 2005, s. 58 (fotnote)).

⁵ Øvrige spørsmål: at boligen er på ett plan, at boligen har heis, at boligen er utformet med tanke på funksjonsnedsettelse/skrøpelig, at boligen er enkel å vedlikeholde, at boligen er slik at du/dere kan leve mest mulig uavhengig av andres hjelp, at det finnes gode parkeringsmuligheter nær boligen og boutgiftene (Sørvoll et al., 2020, s. 19 i vedlegget (spørreskjema)).

Dette kan være forklaringen på at den følelsesmessige tilknytningen til boligen framstår som viktigere i den førstnevnte studien enn i den sistnevnte.

Wågø og Høyland (2009) framhever at en sentral faktor for mange eldre valg av bolig er at de føler tilhørighet til området. Sandlie og kolleger (2023, s. 14) viser til tidligere forskning der det framgår at tilknytning til nærmiljøet bidrar til større glede over egen livssituasjon (Boldy et al., 2011) og til forebygging av ensomhet (Sixsmith & Sixsmith, 2008). Munkejord et al. (2018) trekker fram mulighetene til å kunne gjøre vante ting i kjente omgivelser, mens Abramsson et al. (2014) peker på nærmiljøets betydning for å kunne opprettholde kontakten med folk som står en nær. Ifølge Ytrehus (2004) handler det om «å kjenne igjen og bli kjent igjen, og å kjenne til områdets historie. Det «å høre til» er ensbetydende med å kjenne til omgivelsene, å ha sosiale relasjoner og oppleve området som sitt område» (s. 369). Tanken på det å ikke kjenne andre eller ikke bli gjenkjent, var ikke noe informantene hennes ønsket. De anså tilhørigheten til området som mer grunnleggende viktig enn tilknytningen til selve boligen.

Flere av informantene i studien til Høyland og kolleger (2020) uttrykte bekymring for at en flytting ville innebære at personen tas ut av sin sosiale omgangskrets, og at det vil kunne føre til ensomhet og isolasjon. Sørvoll et al. (2020) trekker nettopp fram tilhørigheten til området som en mulig flyttebarriere. De fleste ønsker av den grunn å flytte lokalt (Ytrehus & Fyhn 2006). Derfor er det av vesentlig betydning for mange eldre å ha muligheter til å kunne flytte innenfor nærområdet dersom de ikke lenger kan bli boende i den opprinnelige boligen. For som en av informantene til Lindahl et al. (2019) uttrykte, etter å ha flyttet til et nytt sted: «Hemma är fortfarande i Göteborg, och radhuset. Det har inte blivit hemma här för mig riktigt» (s. 47–48).

En viktig årsak til at den stedsmessige tilknytningen har såpass stor verdi, handler om betydningen av sosiale relasjoner – det å kjenne folk, ikke føle seg som en fremmed, ha noen å snakke med. De sosiale aspektene ved boligen er svært viktige, noe vi kommer nærmere inn på i neste avsnitt.

Sosiale aspekter

En god bolig for eldre må også ha et godt bomiljø, der det er muligheter for sosialt samvær og felles aktiviteter, enten i felleslokaler eller i nærområdet.

Ofte tenkes det først og fremst på boligens beliggenhet og tilgjengelighet når det er snakk om gode og egnede boliger for eldre. Men sosiale dimensjoner er minst like viktige. Funksjoner som legger til rette for aktiviteter og sosial deltakelse og tilhørighet trekkes også fram i flere av publikasjonene vi har gjennomgått (Brevik & Schmidt 2005; Wågø & Høyland, 2009; Schmidt et al., 2013; Høyland et al., 2020; Sørvoll et al., 2020; Sandlie et al., 2023). Forutsetningen for at eldre skal kunne bli boende hjemme lengst mulig, handler nemlig ikke bare om i hvilken grad boligen er godt nok tilrettelagt for eventuelle svekkelser som kan komme med økende alder. Vel så viktig er «muligheten til å komme seg ut og delta på sosiale aktiviteter og ta del i sosiale nettverk» (Sandlie et al., s. 83).

Enkelte av studiene vi har gjennomgått handler spesifikt om boliger med fellesskapsløsninger – det vil si såkalte sosiale boformer (Wågø og Høyland,

2009; Schmidt et al., 2013; Høyland et al., 2020; Moe et al., 2021). Schmidt har tidligere omtalt dette som henholdsvis boliger med «nogo attåt» og bolig+ (Schmidt, 1991; 2002). Som nevnt innledningsvis, er det en stor tro på at denne typer boliger vil kunne bidra til å løse framtidens omsorgsutfordringer. Hva som er eventuelle effekter eller gevinster av sosiale boformer, er tema i et annet notat fra prosjektet (Zeiner & Herlofson, 2025). Her beskriver vi mer generelt hva som ligger i en boligs sosiale aspekter.

Ifølge Schmidt og kolleger (2013) vil en boligløsning med felleslokaler og fellesaktiviteter gi flere muligheter for sosial kontakt enn det som er tilfellet for ordinære boliger. Dette gjelder også for beboere med svekket helse. Men en boligs sosiale aspekter handler ikke bare om felleslokaler. Det kan for eksempel også dreie seg om utformingen av et inngangsparti i et ordinært leilighetsbygg. Det sistnevnte framheves i studien til Abramsson et al. (2014): «En viktig møtesplass i boendet var entrén där brevlådorna fanns uppsatta. Där planerades många aktiviteter och man passade på att prata en stund med sina grannar» (s. 45). At adkomstarealer og hovedinngangen kan være viktige knutepunkter for sosiale treff, kommer også fram i veilederen til OBOS for aldersvennlige boliger, nettopp fordi slike områder kan «være et sted hvor naboer stopper for en prat» (s. 23). Særlig viktig vil det kunne være for eldre som ofte tilbringer mye av tiden i og i nærheten av hjemmet. Ifølge Høyland et al. (2020) er inngangspartier eller områder rundt en resepsjon steder som gjerne blir mye brukt siden de kan fungere som en uformell møteplass. Denne type fellesarealer er dermed med på å bidra til utviklingen av et godt bomiljø. Wågø og Høyland (2009) viser til at «Fellesarealene omtales i intervjuer som en nøytral arena der de kan møtes, drikke kaffe og prate sammen» (s. 51). Eller som en av informantene i studien til Schmidt og kolleger (2013) påpekte: «det er jo damer her som kommer ned bare for å høre litt sladder som de sier, og så rusler de hjem igjen» (s. 76).

Samtlige informanter i studien til Moe og kolleger (2021), som alle bodde i bofellesskap øremerket aldersgruppen 50 år +, trakk fram viktigheten av sosiale relasjoner. De sosiale aspektene ved denne type boform var for mange hovedårsaken til at de hadde valgt å flytte til et bofellesskap. Flertallet mente at en slik type boform fungerer best om beboerne er i noenlunde lik situasjon i livet. På spørsmål om bofellesskap i studien til Brevik og Schmidt fra 2005, svarte omkring fire av ti at de var åpne for å bo med venner eller likesinnete. Cirka 20 prosent kunne tenke seg å bo med tilfeldige andre. Funn fra Danmark viser at 37 prosent i aldersgruppen 52–62 år kunne tenke seg å bo i bofellesskap med andre på samme alder der alle har sin egen bolig og der det er lokaler for felles aktiviteter. I eldre aldersgrupper er andelen lavere – av 82–97-åringene er det 18 prosent som kunne tenke seg å bo slik (Siren & Larsen, 2019). Også Sandlie og kolleger (2023) rapporterer at en god del eldre (70 år+) oppgir at de kan tenke seg å bo i en leilighet med tilknyttede fellesarealer (som trimrom og samlingslokaler), og da fortrinnsvis sammen med andre seniorer og ikke med folk i ulik alder (Sandlie et al., 2023). Det er imidlertid verdt å merke seg at dette i så fall ville kunne være aktuelt på sikt. Kun rundt 5 prosent kunne tenke seg en slik boligløsning her og nå (ibid.).

Ifølge Sørvoll og kolleger (2020) er det flere som savner tilbud om forskjellige fellesskapsløsninger i nye boliger og da spesielt løsninger som ivaretar sosiale

samværsformer. Noe flere av informantene i studien deres trakk fram som særlig ønskelig, er muligheter for felles middag. Tilsvarende framgår også av studien til Hjalmarsson og Österman (2017) der «flera konstaterade att det inte var roligt att äta ensam» (s. 36). I undersøkelsen til Lindahl et al. (2019) ble det ikke stilt spørsmål om felles spiserom, muligens fordi ingen av boligløsningene de studerte hadde dette. Det samtlige av informantene deres framhevet som viktig, var derimot et godt utemiljø der en kunne møtes. Tilsvarende trakk informantene til Moe et al. (2021) fram tilgang til hage som særlig viktig for opplevelsen av å bo godt.

Noen er av den oppfatning at det i enkelte tilfeller kan bli litt vel mange fellesaktiviteter. Som en av informantene til Lindahl og kolleger (2019) uttrykte, «så vill man ju inte ha något sådant där att man ska ses hela tiden» (s. 43). Også Schmidt et al. (2013) rapporterer at det for noen kan bli for mye av det gode – og at en vanlig motforestilling mot bofellesskap nettopp er at det vil kunne innebære tap av privatliv. Hjalmarsson og Österman (2017) derimot, rapporterer om et sterkt ønske om felles aktiviteter og «Gärna hela dagen och även kvällar» (s. 36). De legger til at det viktige er dog ikke aktivitetene i seg selv, men mulighetene til å kunne treffe andre (Hjalmarsson & Österman, 2017).

En annen motforestilling mot boliger med fellesløsninger er høye kostnader (Schmidt et al., 2013). Men som Schmidt og kolleger (2013) påpeker, så vil en kunne nøye seg med en mindre bolig dersom flere av lokalene er felles (som gjestehybel og selskapslokaler). De skiller mellom såkalte service- og samvirkemodeller der det i førstnevnte er ansatt personale, mens det i samvirkemodellen er beboerne som har ansvar for felles aktiviteter. En slik type løsning vil være mer overkommelig for de med en mer begrenset økonomi, som vi kommer tilbake til nedenfor.

Økonomisk overkommelighet

Folk må ha råd til å bo i egnete boliger i alderdommen. Gode boliger for eldre bør derfor være økonomisk overkommelige. Dette gjelder både selve kjøps- eller leieprisen og driftskostnader som strøm og vedlikehold.

Det at folk skal ha råd til å bo i egnete boliger i alderdommen, er et viktig premiss i Bo trygt hjemme-reformen. Økonomisk overkommelighet er også et tema som går igjen i flere av studiene i litteraturgjennomgangen vår (Ytrehus, 2004; Ytrehus & Fyhn, 2006; Schmidt et al., 2013; Ruud et al., 2014; Sørvoll et al., 2016; Sørvoll et al., 2020; Sandlie et al., 2023).

Personlig økonomi er åpenbart av avgjørende betydning for boligvalg, både når det gjelder planer om tilpasninger eller ombygging av boligen, og når det dreier seg om planer om flytting. Som Schmidt og kolleger (2013) påpeker, har nye boliger med attraktiv beliggenhet og universell utforming som regel en høy pris – med det resultat at eldre «blir boende i boliger som er lite funksjonelle og tunge å drifte» s. 149). Ytrehus (2004) rapporterer om flere i hennes studie som kunne tenke seg å flytte fra eneboligen, men som velger å bli boende fordi de opplever at leilighetene i området er for dyre. Også i gruppeintervjuene i studien til Sandlie og kolleger (2023) ble det uttrykt bekymring for at salg av enebolig

ikke ville gi nok økonomiske midler til å kunne kjøpe leilighet. Videre påpeker Ruud et al., (2014) at «Selv om eldre prinsipielt sett kunne ønske en mindre, bedre tilrettelagt bolig (for eksempel med heis) og med mer sentral beliggenhet, er det et problem at prisen en kan oppnå for egen bolig ofte ikke er tilstrekkelig til å kunne kjøpe en ny leilighet» (s. 24).

Ifølge Sørvoll og kolleger (2016) tilfredstiller det ordinære boligmarkedet langt på vei boligbehovet til eldre med god økonomi, men det samme er ikke nødvendigvis tilfellet når det gjelder eldre med mer begrensede økonomiske ressurser. Sistnevnte gruppe vil ha problemer med å kunne finansiere en sentralt beliggende og lettstelt leilighet, noe som særlig gjelder for vanskeligstilte enslige (Ruud et al., 2014). I studien til Sørvoll mfl. fra 2020 er det et mindretall som svarer at de ikke har råd eller at de ikke ønsker å prioritere flytting av økonomiske årsaker. Som Sørvoll og kolleger påpeker, er dette mindretallet dog betydelig – 17 prosent. Andelen er størst i spredtbygde strøk der en fjerdedel oppgir dette som barriere for flytting. At ikke alle har råd til å flytte til en bedre egnet bolig, og på den måten ha muligheten til å kunne bli boende lenger hjemme, er også noe ansatte i hjemmetjenestene rapporterer om i studien til Ekhaugen et al. (2018).

En boform med felleslokaler kan utgjøre et rimeligere boligalternativ fordi en kan nøye seg med en mindre leilighet, men samtidig ha tilgang til felleslokaler som gjesterom og selskapslokaler (Schmidt et al., 2013). Men boliger med fellesarealer har gjerne en høy salgspris, noe som gjør at etterspørselen etter denne typen boliger først og fremst er forbeholdt eldre med god økonomi (Sørvoll et al., 2020). Interessen blant eldre for boliger med fellesarealer er relativt stor, som vi refererte til under forrige punkt (Brevik & Schmidt, 2005; Siren & Larsen, 2019), men Sørvoll og kolleger (2020) spør seg om den rapporterte interessen muligens kanskje er større enn det betalingsviljen og betalingsevnen faktisk er (Sørvoll et al., 2020). Ifølge Sørvoll og kolleger er det mye som tyder på at etterspørselen etter denne type boligløsninger er svært prissensitiv. Det framgår for øvrig av studien til Brevik og Schmidt (2005) at det ikke uventet er de med høy inntekt som i størst grad kunne tenke seg å betale ekstra for felleslokaler. De med færre økonomiske ressurser er mer tilbøyelige til å ønske seg en kommunal omsorgsbolig.

Som nevnt over, skiller Schmidt og kolleger (2013) mellom service- og samvirkemodeller for nyere boligløsninger med fellesarealer der førstnevnte modell har ansatt personale og muligheter for å kjøpe tjenester, mens det i sistnevnte er beboerne selv som er ansvarlige for felles aktiviteter. Samvirkemodellen er en løsning som kan være mer økonomisk overkommelig for eldre med mer begrensede ressurser. Men denne løsningen kan samtidig være sårbar blant annet ved at den belager seg på beboernes initiativ og engasjement – som av naturlige årsaker kan endre seg med økende alder.

Som Abramsson et al., (2014) påpeker, så har gruppen av eldre med svak økonomi samme behov for en god og tilrettelagt bolig som de mer ressurssterke. Høyland og kolleger (2020) understreker derfor viktigheten av at det tilbys utleieboliger til eldre som ikke har tilstrekkelig boligkapital. Siren og Larsen (2019) påpeker imidlertid at eldre som allerede leier bolig vil kunne oppleve problemer med å finne en bedre tilrettelagt leiebolig uten at dette

innebærer vesentlig høyere leieutgifter. Dette er en gruppe som heller ikke har muligheter for å kapitalisere boligen og flytte til en leiebolig siden de allerede er leietakere. Like fullt, en sentralt plassert utleiebolig med god standard og tilgjengelighet er trolig noe som flere eldre med mer begrenset økonomi ville kunne tenke seg (Sørvoll et al., 2020). Schmidt et al. (2013) viser til Danmark der en betydelig andel av seniorbofelleskapene er organisert som leieboliger, blant annet av hensyn til personer med et mer begrenset økonomisk handlingsrom. Størrelsen på leien vil da være sentral. I studien til Hjalmarsson og Österman (2017) fra Sverige viser forfatterne til at en vanlig oppfatning er at denne type boform er for dyr. Mange av deres respondenter oppga derfor at de ikke ville ha råd til å flytte inn fordi utgiftene var høyere enn i deres nåværende bolig. Wågø og Høyland (2009) peker på at boligkonsepter med fellesskapsløsninger uansett bør inneholde boliger med ulik størrelse slik at det vil kunne være mulig å flytte til en mindre leilighet om en skulle få dårligere råd. På den måten kan en bli boende på samme sted selv om den økonomiske situasjonen endrer seg (Wågø & Høyland, 2009).

En av konklusjonene til Sørvoll og kolleger (2020) er at det i årene framover må jobbes mer med ulike strategier som kan hjelpe eldre med svak økonomi til en god boligsituasjon. Økt bruk av startlån kan være en vei å gå. En annen strategi vil være å øke antallet utleieboligprosjekter. I tillegg vil deleie, som for eksempel OBOS tilbyr, der en kan eie halve boligen eller mer, men bruke hele⁶, være en mulighet. Et slikt konsept kan også brukes av kommuner som kjøper boliger og leier disse ut til økonomisk vanskeligstilte med det for øyet at beboerne skal kunne kjøpe boligen på sikt.⁷

Dersom nye prosjekter av boligløsninger med en mer sosial boform kan tilby leie- eller deleiemuligheter, og da også for godt voksne aldersgrupper, vil det kanskje kunne hjelpe eldre med færre økonomiske ressurser til å få seg en bedre tilrettelagt bolig, fortrinnsvis med tilgang til felleslokaler og aktiviteter, samt muligheter for å kunne motta ulike typer tjenester ved behov.

Tilgang til tjenester

Forutsetningen for at eldre skal kunne bli boende hjemme lenge, er at de kan få tilstrekkelig med hjelp når behovene melder seg. En viktig egenskap ved gode boliger for eldre er følgelig at de er tilrettelagt slik at beboerne har muligheter for å motta hjelp og omsorg både i form av menneskelig nærvær og av teknologi.

Den siste egenskapen ved gode boliger for eldre som vi vil trekke fram her, er mulighetene for tilgang til tjenester. Dette er tema i flere av publikasjonene vi har gjennomgått, og handler ikke bare om tilgang til offentlige pleie- og omsorgstjenester, men også om muligheter for å kunne kjøpe ulike typer servicetjenester i tilknytning til boligen (bl.a. Brevik & Schmidt, 2005; Wågø &

⁶ <https://www.obos.no/ny-bolig/obos-deleie/>

⁷ Se f.eks. <https://www.huseierne.no/alt-om-bolig/kjop-av-bolig/hva-er-leie-til-eie-deleie-bostart/>

Høyland, 2009; Sørvoll et al., 2016; Hjalmarsson & Österman, 2017; Ekhaugen et al., 2018; Sørvoll et al., 2020; Magnussen et al., 2023; Sandlie et al., 2023).

For å kunne lykkes i satsingen på å få flere eldre til å bli boende lenger hjemme, er det behov for at boligene har god tilgjengelighet slik at det er problemfritt å motta hjelp og omsorg i hjemmet (Abramsson et al., 2014; Høyland et al., 2020). Dette har vi vært inne på tidligere, der vi også har referert til studien til Ekhaugen og kolleger (2018) som viser at ansatte i hjemmetjenesten opplever hindre i mer enn en tredjedel av boligene de besøker. Hindrene gjør det ikke bare vanskelig for beboerne å utføre daglige aktiviteter, men hemmer også hjemmetjenestene som skal yte hjelp og omsorg. Wågø og Høyland (2009) trekker fram ett av seniorboligprosjektene i studien deres der beboerne flyttet inn med tanke på alderdommen. Ifølge ansatte i hjemmetjenesten er dette botilbudet imidlertid dårlig tilpasset utfordringer som kan oppstå ved nedsatt funksjon. Boligens beliggenhet kan og være avgjørende. For eksempel viser Sørvoll og kolleger (2020) til en distriktskommune i deres studie der hjemmetjenestene ikke greier å yte hjelp til eldre hver dag på grunn av store avstander og begrensninger i kollektivtilbudet.

Det at det er tilstrekkelig med hjelp og tjenester tilknyttet boligen, kan bidra til å sikre Eldres trygghet (Ytrefhus & Fyhn, 2006). Blant informantene til Ruud og kolleger (2014) som hadde blitt boende i den samme boligen over lang tid, var det nettopp det at de så for seg at de på sikt ville kunne motta pleie- og omsorgstjenester som gjorde at de ønsket å bli boende så lenge som mulig. Tilsvarende konstanterte en av informantene til Hjalmarsson og Österman (2017) at: «jag vet precis hur jag vill bo. Jag vill bo hemma. Så länge som möjligt. Kan jag få hemtjänst vill jag definitivt bo hemma tills jag dör» (s. 31). Viktighetene av tjenester for tryggheten til eldre kommer tydelig fram i kunnskapsoppsommeringen til Magnussen og kolleger (2023) der forfatterne understreker at «Det å ha tilbud om eller å motta helse- og omsorgstjenester i hjemmet fremstår som en grunnbetingelse for Eldres trygghetsopplevelse» (s. 13). Av den grunn kan det også oppstå utrygghet dersom tjenestene uteblir eller ikke fungerer slik en skulle ønske.

Det er utvilsomt viktig med nok hjelp, men som det kom fram i intervjuer med helse- og omsorgspersonalet i boligkompleksene i studien til Wågø og Høyland (2009), er det også viktig at tjenestene ikke yter *mer* hjelp enn nødvendig. Å sørge for at eldre ikke passiviseres er et poeng vi har vært inne på tidligere. For som en av informantene til Wågø og Høyland (2009) uttalte, så må «eldre må ikke sykeliggjøres. De må hjelpes til å klare seg selv» (s. 35).

En annen type tjenester som kan bidra til Eldres opplevelse av trygghet, dreier seg om teknologi og digitale hjelpemidler (Magnussen et al., 2020). Høyland mfl. (2020) viser til at ulike løsninger for digitalt tilsyn, også i ordinære boliger, kan avlaste kommunenes omsorgstjenester. Men som informanter i studien til Sørvoll et al. (2020) påpeker, kan en slik «teknifisering» innebære at eldre blir «innesperret» alene i boligen fordi flere av funksjonene ikke krever besøk av tjenestene (s. 87–88). Videre kan det være problematisk å mestre ny teknologi (Sørvoll et al., 2020; Magnussen et al., 2023). Magnussen og kolleger (2024) framhever at digitale tjenester i boligen kan bidra til å skape trygghet, men de

kan også skape utrygghet, blant annet fordi tjenestene kan være vanskelig å bruke og fordi en god del eldre ikke stoler på teknologien.

Tilgang til tjenester kan også handle om muligheter for benyttelse av ulike servicetjenester. Brevik og Schmidt (2005) rapporterer at interessen er stor for å kjøpe tjenester i tilknytning til en framtidig bolig. Det dreier seg da først og fremst om hjelp til tyngre husholdsarbeid og vaktmestertjenester. Dette, sammen med snømåking og hagearbeid, er oppgaver som vil være blant de første en ikke lenger er i stand til å utføre selv i alderdommen. Deretter kommer tjenester knyttet til oppgaver for å kunne klare seg i hverdagen som innkjøp, matlaging og husarbeid. Wågø og Høyland (2009) rapporterer i tillegg om en vilje blant beboerne i boligkompleksene de studerte til å betale for tjenester som blant annet «følge til butikken, legen og byen», «turfølge» og «sosial kontakt» (s. 46).

En av fordelene med nye og mer sosiale boligløsninger er at det, utover fellesarealer, gjerne er tilgang til tjenester og at det er muligheter for å dele vedlikeholdsarbeidet med andre (Brevik & Schmidt, 2005; Sørvoll et al., 2020) – det Schmidt (1991) omtaler som «nogo attåt». Resultater fra studien til Sandlie og kolleger (2023) viser at drøye halvparten oppgir å være enige i påstanden at boliger med fellesarealer gir tilgang til gode tjenester. Videre er 70 prosent enige i at en slik boligløsning gir tilgang på sosialt fellesskap, mens 54 prosent mener at det gir muligheten til å leve et aktivt liv. Ifølge forfatterne virker etterspørselen etter en slik boligløsning likevel å være lav. Dette vil vi komme nærmere inn på i et annet notat fra prosjektet der vi mer inngående vil se på erfaringer fra sosiale boformer for eldre (Zeiner & Herlofson, 2025).

Avslutning

For å nå målet om at flere eldre skal bli boende hjemme – og det lengst mulig, må det finne sted en økning av egnede boliger for alderdommen. Dette kan gjøres ved at eksisterende boliger i større grad tilpasses eldre år, og ved at det bygges flere boliger som det vil være trygt og godt å bli gammel i.

I forskningslitteraturen finnes det ingen klar og tydelig definisjon av hva som er en god eller egnet bolig for eldre. Det pekes snarere på ulike kjennetegn og kriterier ved boliger som kan bidra til at eldre kan bo trygt og selvstendig i eget hjem. Hensikten med dette notatet har vært å gjennomgå og oppsummere hva tidligere studier trekker fram som viktige egenskaper ved gode boliger for eldre. Disse har vi sortert under ti overskrifter: 1) beliggenhet, 2) tilgjengelighet utenfra, 3) tilgjengelighet innendørs, 4) muligheter for å gjøre tilpasninger, 5) lettstelheter og vedlikeholdsvennlighet, 6) trygghet og sikkerhet, 7) følelsesmessig tilknytning og tilhørighet, 8) sosiale aspekter, 9) økonomisk overkommelighet og 10) tilgang til tjenester.

Gode boliger for eldre handler altså ikke bare om boliger som er tilrettelagt for personer med funksjonsnedsettelse og behov for hjelp. Vel så viktig er det at det at boligene har egenskaper som kan bidra til å forebygge isolasjon og svekkelse som kan komme med økende alder, og som er slik at det går an å leve mest mulig uavhengig av hjelp fra andre. Fordelen med en slik vid forståelse av gode boliger for eldre er at den tar høyde for de betydelige variasjonene som kjennetegner eldre aldersgrupper. Aldring er en individuell prosess med store forskjeller i preferanser og behov fra person til person. Et større fokus på andre boligkvaliteter, som blant annet sosiale aspekter, enn utforming (f.eks. brede dører, alt-på-ett-plan og heis), vil muligens kunne bidra til øke yngre eldres engasjement knyttet til planlegging av egen boplass i alderdommen.

Kort oppsummert bør gode boliger for eldre

- ha en beliggenhet med nærhet til «alt»
- være lette å komme seg inn i – og ut av
- ha alt på ett plan
- være fleksible med tanke på å kunne gjøre tilpasninger ved endrete behov
- være vedlikeholdsvennlige
- oppleves som trygge
- gi opplevelse av hjemmefølelse og tilhørighet
- gi anledning til å ha noen å være med
- være økonomisk overkommelige (også for de med begrensede ressurser)
- gi muligheter for tilgang til tjenester når behov oppstår

Det er nærliggende å tenke seg at mer sosiale boformer med ulike fellesskapsløsninger i stor grad vil kunne oppfylle samtlige av disse ti punktene og dermed utgjøre en god boligmodell for flere eldre. Vi har sett nærmere på erfaringer fra denne type boligløsninger i et eget notat om sosiale boformer for eldre (Zeiner og Herlofson 2025), mens Mamre og Nordahl (2025) har kartlagt hindringer utbyggere møter på i planlegging og oppføring av egnete boliger for eldre, inkludert mer sosiale boligløsninger. Samlet sett frambringer notatene nyttig kunnskap når det gjelder mulighetene for at flere eldre skal kunne ha tilgang til en god og trygg bolig i et aldersvennlig bomiljø i årene framover.

Litteratur

- Abramsson, M. (2009). Mellanboendeformer för äldre – av interesse för såväl de äldre som för bostadsföretagen. I Jönson, H. (red.) *Åldrande, åldersordning, ålderism* (s. 138–156), Nationella institutet för forskning om äldre och åldrande (NISAL), Linköpings universitet. <https://liu.diva-portal.org/smash/get/diva2:354703/FULLTEXT01.pdf>
- Abramsson, M., Elmqvist, A. & Turner, L. M. (2014). *Äldres flyttningar och motiv till att flytta eller bo kvar*. Nationella institutet för forskning om äldre och åldrande (NISAL), Linköpings universitet. <https://www.diva-portal.org/smash/get/diva2:789192/FULLTEXT01.pdf>
- Andøy kommune (2024). *Kunnskapsgrunnlag for Boligsosial handlingsplan for Andøy 2024–2028*. <https://www.andoy.kommune.no/f/p1/i47c07b5a-76ad-46b5-aad0-ec630f86af6d/endelig-kunnskapsgrunnlag-2.pdf>
- Asker kommune (2021). *Sosiale boformer. Kommuneplanens arealdel 2022–2034*. <https://www.aker.kommune.no/contentassets/6fbcdcf0dac14102982b8231f62e8c52/kommuneplanens-arealdel/vedlegg-36-sosiale-boformer-datert-14.09.21.pdf>
- Bergland, A. (2012) Fall risk factors in community-dwelling elderly people. *Norsk Epidemiologi*, 22(2), 151–164. <http://dx.doi.org/10.5324/nje.v22i2.1561>
- Boldy, D., Grenade, L., Lewin, G., Karol, E. & Burton, E. (2011). Older people's decisions regarding 'ageing in place': A Western Australian case study. *Australasian Journal on Ageing* 30, 136–142. <https://doi.org/10.1111/j.1741-6612.2010.00469.x>
- Brevik, I. & Schmidt, L. (2005). *Slik vil eldre bo. En undersøkelse av framtidige eldres boligpreferanser*. NIBR-rapport 2005:17. <https://hdl.handle.net/20.500.12199/5760>
- Direktoratet for samfunnssikkerhet og beredskap (2024). *Trygghet i hjemmet for eldre*. https://www.dsb.no/globalassets/dokumenter/veiledere-handboker-og-informasjonsmaterieill/brosjyrer-og-informasjonsmaterieill/trygghet_i_hjemmet_2024_digital.pdf
- Daatland, S. O. (2014). *Boligjoring av eldreomsorgen?* NOVA-rapport 16/14. <https://hdl.handle.net/20.500.12199/6439>
- Daatland, S. O. & Solem, P. E. (2011). *Aldring og samfunn* (2. utg.). Bergen: Fagbokforlaget.
- Ekhaugen, T., Bjerkmann, I. L., Ekeland, E. & Holden, M. B. (2018). *Et godt bad forlenger livet (i egen bustad). Fysiske hindre i boliger – og tiltak for å fjerne dem*. Rapport 2018/24. Vista Analyse og Agenda Kaupang. <https://www.agendakaupang.no/wp-content/uploads/2018/08/va-rapport-2018-24-et-godt-bad-forlenger-livet-i-egen-bolig.pdf>
- Folkehelseinstituttet (2018). *Metodehåndbok. Slik oppsummerer vi forskning* (4. rev. utg.). Område for helsetjenester i Folkehelseinstituttet. <https://www.fhi.no/globalassets/dokumenterfiler/rapporter/2018/slik-oppsummerer-vi-forskning-2018v2-endret-2021.pdf>

- Hamel, C., Michaud, A., Thuku, M., Skidmore, B., Stevens, A., Nussbaumer-Streit, B. & Garritty, C. (2021). Defining Rapid Reviews: a systematic scoping review and thematic analysis of definitions and defining characteristics of rapid reviews. *Journal of Clinical Epidemiology*, 129, 74–85.
<https://doi.org/10.1016/j.jclinepi.2020.09.041>
- Hjalmarson, I. & Österman, J. (2017). *Bostäder anpassade för äldre. Önskemål om boende för äldre och utformingen av trygghetsboende med aktivitetscentra i Stockholms stad*. Rapporter/Stiftelsen Stockholms läns Äldrecentrum 2017:4.
https://aldrecentrum.se/wp-content/uploads/2020/07/2017_4-Bost%C3%A4der-anpassade-f%C3%B6r-%C3%A4ldre.pdf
- Høyland, K., Denizou, K., Halvorsen, T. & Moe, E. (2020). *Bo hele livet. Nye bofellesskap og nabolag for gammel og ung*. SINTEF Fag 65. SINTEF Akademisk forlag. <https://hdl.handle.net/11250/2671746>
- Lawton, M. P. (1977). An ecological theory of aging applied to elderly housing. *Journal of Architectural Education*, 31(1), 8–10.
<https://doi.org/10.1080/10464883.1977.111102585>
- Lindahl, L., Ryd, N., Kaan, C. & Isaksson, M. (2019). *Vad tycker seniorer om seniorbostäder och vilka flyttar dit? Resultat från projekt DIABAHS: Dialog Bygg Hållbart för Seniorer*. Rapport: ACE 2019:4. Chalmers tekniska högskola.
https://research.chalmers.se/publication/513406/file/513406_Fulltext.pdf
- Magnussen, S. F., Øvern, K. M. & Devik, S. A. (2023). *Trygg i eget hjem? Fra et brukerperspektiv. En kunnskapsoppsummering om hvilke forhold eldre hjemmeboende erfarer er viktige for at de skal føle seg trygge i eget hjem*. Rapport. Senter for omsorgsforskning. <https://hdl.handle.net/11250/3103215>
- Mamre, M. O. & Nordahl, B. I. (2025). *Utbyggerundersøkelse: Hindringer for bygging av aldersvennlige boliger*. NIBR-notat 2025:102.
- Meld. St. 29 (2012–2013). *Morgendagens omsorg*. Helse- og omsorgsdepartementet. <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/meld-st-29-20122013/id723252/>
- Meld. St. 24 (2022–2023). *Fellesskap og meistring – Bu trygt heime*. Helse- og omsorgsdepartementet. <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/meld.-st.-24-20222023/id2984417/>
- Moe, E., Hauge, Å. L. & Høyland, K. (2021). Bofellesskap – et bidrag til økt livskvalitet for eldre? *Tidsskrift for boligforskning*, 4(1), 46–62.
<https://doi.org/10.18261/issn.2535-5988-2021-01-04>
- Munkejord, M. C., Eggebø, H. og Schönfelder, W. (2018). Hjemme best? En tematisk analyse av Eldres fortellinger om omsorg og trygghet i eget hjem. *Tidsskrift for omsorgsforskning*, 4(1), 16–26.
<https://doi.org/10.18261/issn.2387-5984-2018-01-03>
- NOU (1992:1): *Trygghet – Verdighet – Omsorg*. Sosialdepartementet.
- OBOS (2024). *OBOS' veileder for aldersvennlige boliger*.
- Paez, A. (2017). Gray literature: An important resource in systematic reviews. *Journal of Evidence-Based Medicine*, 10(3), 233–240.
<https://doi.org/10.1111/jebm.12266>
- Plan- og bygningsetaten i Oslo (2021). *Sosiale boformer – boliger med deling og nabofellesskap*. Temahefte for prosjekt Nye boligkvaliteter.

- <https://www.oslo.kommune.no/slik-bygger-vi-oslo/nye-boligkvaliteter/>
- Ruud, M. E., Schmidt, L., Sørli, K., Skogheim, R. & Vestby, G. M. (2014). *Boligpreferanser i distriktene*. NIBR-rapport 2014:1. <https://hdl.handle.net/20.500.12199/5909>
- Sandlie, H. C., Flåto, M. & Gulbrandsen, L. (2023). *Eldres boligønsker og bolig-situasjon. En undersøkelse blant hjemmeboende over 75 år*. NOVA-rapport 8/23. <https://hdl.handle.net/11250/3090376>
- Schmidt, L. (1991). *Boliger med nogo attåt – nye bofellesskap i et historisk perspektiv*. Husbanken. <https://biblioteket.husbanken.no/arkiv/dok/1367/7f5.pdf>
- Schmidt, L. (2002): *BOLIG+*. Nytt og bedre hverdagsliv. NIBR-notat 2002:120. <https://hdl.handle.net/20.500.12199/2846>
- Schmidt, L., Holm, A., Kvinge, T. & Nørve, S. (2013). *BOLIG+*. Nye boligløsninger for eldre og folk flest. NIBR-rapport 2013:19. <https://hdl.handle.net/20.500.12199/5471>
- Siren, A. & Larsen, M. R. (2019). *Ældres boligsituasjon og fremtidige boligønsker*. Rapport. VIVE – Viden til Velfærd, Det Nationale Forsknings- og Analysecenter for Velfærd. <https://www.vive.dk/media/pure/jvn636zm/3096125>
- Sixsmith, A. & Sixsmith, J. (2008). Ageing in place in the United Kingdom. *Ageing International* 32, 219–235. <https://doi.org/10.1007/s12126-008-9019-y>
- Sudmann, T. T. (2017). *Aktivitet og fellesskap for eldre*. Senter for omsorgsforskning rapportserie nr. 06/2017. https://www.regjeringen.no/globalassets/departementene/hod/fellesdok/levehel/elivet/kunnskapsoppsummering/delrapport2_aktivitet_fellesskap_141117.pdf
- Sørvoll, J., Gulbrandsen, L., Nordvik, V., Ruud, M. E., Sandlie, H. C., Skogheim, R. & Vestby, G. M. (2020). *Mobilitet blant eldre på boligmarkedet – holdninger, drivere og barrierer*. NOVA-rapport 5/20. <https://hdl.handle.net/20.500.12199/2997>
- Sørvoll, J., Sandlie, H. C., Nordvik, V. og Gulbrandsen, L. (2016). *Eldres boligsituasjon: Boligmarked og boligpolitikk i lys av samfunnets aldring*. NOVA-rapport 11/16. <https://hdl.handle.net/20.500.12199/5099>
- Wiles, J. L., Leibing, A., Guberman, N., Reeve, J. og Allen, R. E. S. (2012). The meaning of “Aging in Place” to older people. *The Gerontologist*, 52(3), 357–366. <https://doi.org/10.1093/geront/gnr098>
- Wågø, S. & Høyland, K. (2009). *Bokvalitet og hverdagsliv for eldre. En evaluering av ulike boligkonsepter*. Prosjektrapport 36. SINTEF Byggforsk. <http://hdl.handle.net/11250/2411771>
- Ytrehus, S. (2004). Eldre og bolig – bare et spørsmål om boligkapital? Om bolig, flytting og stedsidentitet blant yngre eldre. *Sosiologisk tidsskrift*, 13(4), 363–378. <https://doi.org/10.18261/ISSN1504-2928-2005-04-04>
- Ytrehus, S. & Fyhn, A. B. (2006). *Her vil jeg bo! Boligønsker blant 50-, 60- og 70-åringene i fire lokalområder*. Fafo-rapport 512. https://www.fafo.no/media/com_netsukii/512.pdf
- Zeiner, H. H. & Herlofson, K. (2025). *Sosiale boligløsninger for eldre: Erfaringer og utfordringer*. NIBR-notat 2025:103.

Vedlegg

Nærmere opplysninger om de inkluderte studiene i litteraturgjennomgangen

Forfattere	Publikasjons-type	Utvalg	Referanse
Ytrehus (2004)	Tidsskrifts-artikkel	Intervjuer med 28 kvinner og menn i alderen 65–68 år	Eldre og bolig – bare et spørsmål om boligkapital? Om bolig, flytting og stedsidentitet blant yngre eldre. <i>Sosiologisk tidsskrift</i> , 13, 4, 363–378. https://doi.org/10.18261/ISSN1504-2928-2005-04-04
Brevik & Schmidt (2005)	Rapport	Spørresundersøkelse basert på et landsrepresentativt utvalg av personer i alderen 53, 58, 63, 68, 73 og 78 år (N=776, 41% svarprosent)	<i>Slik vil eldre bo. En undersøkelse av framtidige Eldres boligpreferanser.</i> NIBR-rapport 2005:17. https://hdl.handle.net/20.500.12199/5760
Ytrehus & Fyhn (2006)	Rapport	Spørreskjemaundersøkelse basert på et tilfeldig utvalg av 50-, 60- og 70-åringer bosatt i tre kommuner og en bydel (N=679, svarprosenten varierer fra 38 til 48% i de fire områdene)	<i>Her vil jeg bo! Boligønsker blant 50-, 60- og 70-åringer i fire lokalområder.</i> Fafo-rapport 512. https://www.fafo.no/media/com_netsukii/512.pdf
Wågø & Høyland (2009)	Rapport	Spørreundersøkelse til alle beboere i fire boligkomplekser i Trondheim, samt intervjuer med 2–3 beboere på hvert sted og med personale i Helse- og	<i>Bokvalitet og hverdagsliv for eldre. En evaluering av ulike boligkonsepter.</i> Prosjektrapport 36. SINTEF Byggforsk. http://hdl.handle.net/11250/2411771

		omsorgsbasene i de fire bydelene hvor boligene er lokalisert	
Schmidt et al. (2013)	Rapport	Casestudier bestående av 20 dybdeintervjuer med beboere i nye boligløsninger for eldre, samt med utbyggerne og, der relevant, med ansatterepresentanter	<i>BOLIG+. Nye boligløsninger for eldre og folk flest.</i> NIBR-rapport 2013:19. https://hdl.handle.net/20.500.12199/5471
Abramsson et al. (2014)	Rapport	Intervjuer med 97 personer 55 år og eldre i en mellomstor by og på landsbygden i Sverige, samt statistikk for individer i alderen 65 år og eldre fra databasen Geosweden	<i>Äldres flyttningar och motiv till att flytta eller bo kvar.</i> Nationella institutet för forskning om äldre och åldrande (NISAL), Linköpings universitet. https://www.diva-portal.org/smash/get/diva2:789192/FULLTEXT01.pdf
Ruud et al. (2014)	Rapport	Caseundersøkelser i fire distriktskommuner med intervjuer i fire befolkningsgrupper. Vi refererer her til intervjuer med aldersgruppen 60–70 år	<i>Boligpreferanser i distriktene.</i> NIBR-rapport 2014:1. https://hdl.handle.net/20.500.12199/5909
Sørvoll et al. (2016)	Rapport	Kommuneplaner for 89 kommuner og data fra Levekårsundersøkelsene i 1997, 2001, 2004, 2007, 2012 og 2015, samt fra spørreskjemaundersøkelser (Gallups nettpanel)	<i>Eldres boligsituasjon: Boligmarked og boligpolitikk i lys av samfunnets aldring.</i> NOVA-Rapport 11/16. https://hdl.handle.net/20.500.12199/5099
Hjalmarsson & Österman (2017)	Rapport	Spørreskjemaundersøkelse basert på et utvalg eldre i alderen 75-85 år i Stockholm (N=2438, 71% svarprosent), samt kvalitative intervjuer med 30 kvinner og menn 75 år i utvalgte deler av byen	<i>Bostäder anpassade för äldre. Önskemål om boende för äldre och utformingen av trygghetsboende med aktivitetscentra i Stockholms stad.</i> Rapporter/Stiftelsen Stockholms läns Äldrecentrum 2017:4. https://aldrecentrum.se/wp-content/uploads/2020/07/2017_4-Bost%C3%A4der-anpassade-f%C3%B6r-%C3%A4ldre.pdf

Ekhaugen et al. (2018)	Rapport	Spørreskjemaundersøkelse til ansatte i hjemmetjenesten i alle landets kommuner (N=500, som svarte om tils. 1100 boliger) og intervjuer med ergoteraper og ansatte i hjemmetjenesten	<i>Et godt bad forlenger livet (i egen bustad). Fysiske hindre i boliger – og tiltak for å fjerne dem.</i> Rapport 2018/24. Vista Analyse og Agenda Kaupang. https://www.agendakaupang.no/wp-content/uploads/2018/08/va-rapport-2018-24-et-godt-bad-forlenger-livet-i-egen-bolig.pdf
Munkejord et al. (2018)	Tidsskrifts-artikkel	Dybdeintervjuer med 28 eldre kvinner og menn bosatt i to distriktskommuner	Hjemme best? En tematisk analyse av Eldres fortellinger om omsorg og trygghet i eget hjem. <i>Tidsskrift for omsorgsforskning</i> , 4, 1, 6–16. https://doi.org/10.18261/issn.2387-5984-2018-01-03
Lindahl et al. (2019)	Rapport	Spørreundersøkelse til leietakere som skulle flytte inn i seniorleiligheter på tre ulike steder i Gøteborgregionen, fulgt opp med en ny undersøkelse til samme gruppe ca. 6 mnd etter innflytting, samt intervjuer med 15 leietakere 6–24 mnd etter innflytting	<i>Vad tycker seniorer om seniorbostäder och vilka flyttar dit? Resultat från projekt DIABAHS: Dialog Bygg Hållbart för Seniorer.</i> Rapport: ACE 2019:4. Chalmers tekniskal högskola. https://research.chalmers.se/publication/513406/file/513406_Fulltext.pdf
Siren & Larsen (2019)	Rapport	Spørreundersøkelse (Ældredatabasen, 5. runde) basert på et representativt utvalg av den danske befolkningen i alderen 52–97 år (N=10062)	<i>Ældres boligsituation og fremtidige boligønsker.</i> Rapport. VIVE – Viden til Velfærd, Det Nationale Forsknings- og Analysecenter for Velfærd. https://www.vive.dk/media/pure/jvn636zm/3096125
Høyland et al. (2020)	Rapport	Casestudier i nye boligformer for eldre bestående av befaring, semistrukturerte intervjuer og dokumentstudier	<i>Bo hele livet. Nye bofellesskap og nabolag for gammel og ung.</i> SINTEF Fag 65. SINTEF Akademisk forlag. https://hdl.handle.net/11250/2671746
Sørvoll et al. (2020)	Rapport	Spørreskjemaundersøkelse til et representativt utvalg i alderen 60–75 år (N=2786, 51% svarprosent), samt registerbasert flyttestatistikk og intervjuer (fokusgrupper) med eldre på tre ulike steder i Norge	<i>Mobilitet blant eldre på boligmarkedet – holdninger, drivere og barrierer.</i> NOVA-rapport 5/20. https://hdl.handle.net/20.500.12199/2997

Moe et al. (2021)	Tidsskrifts-artikkel	Casestudier i to bofellesskap	Bofellesskap – et bidrag til økt livskvalitet for eldre? <i>Tidsskrift for boligforskning</i> , 4, 1, 46–62. https://doi.org/10.18261/issn.2535-5988-2021-01-04
Magnussen et al. (2023)	Rapport	En sonderende kunnskapsoversikt over 18 studier (skandinaviske) som belyser viktige forhold for at eldre skal kunne føle seg trygge i eget hjem.	<i>Trygg i eget hjem? Fra et brukerperspektiv. En kunnskapsoppsummering om hvilke forhold eldre hjemmeboende erfarer er viktige for at de skal føle seg trygge i eget hjem.</i> Rapport. Senter for omsorgsforskning. https://hdl.handle.net/11250/3103215
Sandlie et al. (2023)	Rapport	Spørreskjemaundersøkelse basert på et uvalg 70-85 år + fokusgruppeintervjuer i 3 kommuner på Østlandet med 75+	<i>Eldres boligønsker og bosituasjon. En undersøkelse blant hjemmeboende over 75 år.</i> NOVA-rapport 8/23. https://hdl.handle.net/11250/3090376