

Kjære
framtid
|
kjære
fortid,

Et diplomprosjekt i strategisk design
om generasjonsmøter og kontakt mellom yngre og eldre

Herman Freng Billett
Arkitektur -og Designhøyskolen i Oslo

Kjære
framtid
|
kjære
fortid,

Kjære framtid, kjære fortid,

Diplomoppgave i Strategisk Design

Av Herman Freng Billett

Veiledere:

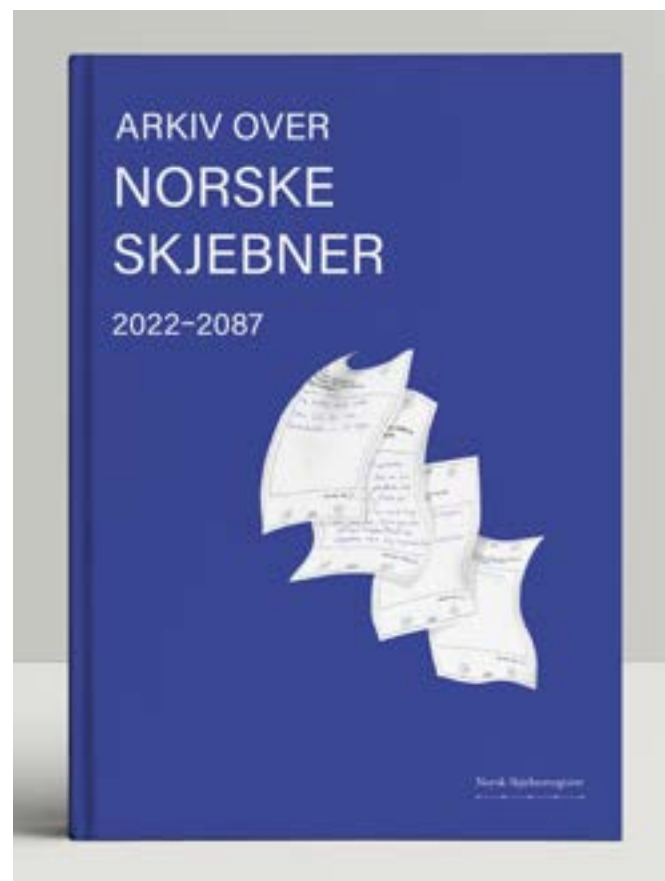
Einar Sneve Martinussen

Dan Hill

Oslo, Våren 2022

Innhold	
Sammendrag	7
Introduksjon	8
Min motivasjon	10
Faglig tilnærming	11
Metoder	12
Approach	15
Leveranser	16
Samarbeidspartnere	18
Kontekst	22
De store aldersnarrativene	24
Flere blir eldre, og flere eldre blir til	34
Hva mener jeg med yngre og eldre?	36
Hva med døden?	38
Ensomhet	39
Aldersvennlighet & strategiene	40
Generasjonsmøter i dag	44
Oppsummering	48
Refleksjon	49
Problemstilling	50
Skjebnens Marked	52
Forberedelser	56
Definerte skjebner	64
Udefinerte skjebner	70
Generasjonsvennskap	72
Bokklubben Leselyst	74
Generasjonsmøte	76
Veien videre for Leselyst	78
Refleksjoner	80
Feltarbeid	82
Hovedfunn	86
7 Prinsipper for Generasjonsmøter	88

Leveransene	94
Den spekulative leveransen	96
Kategorisering	98
Spekulering	100
Arkiv over Norske skjebner	102
Tilbakemelding	104
Refleksjon	105
Den Pragmatiske Leveransen	106
Livsløpene	108
Første eksempler	110
Et par runder med beviset	116
Nettside for intergenerasjonelle designeksempler	116
Workshop med Helsedirektoratet	122
Ny virkemidler	124
Workshop Designstudenter	126
Workshop med Tsjekkiske designstudenter	44
Oppsett	128
Konklusjon	133
Konklusjoner/veien videre	134
Samarbeidet med KHiO	135
Takk til	136
Kilder	138

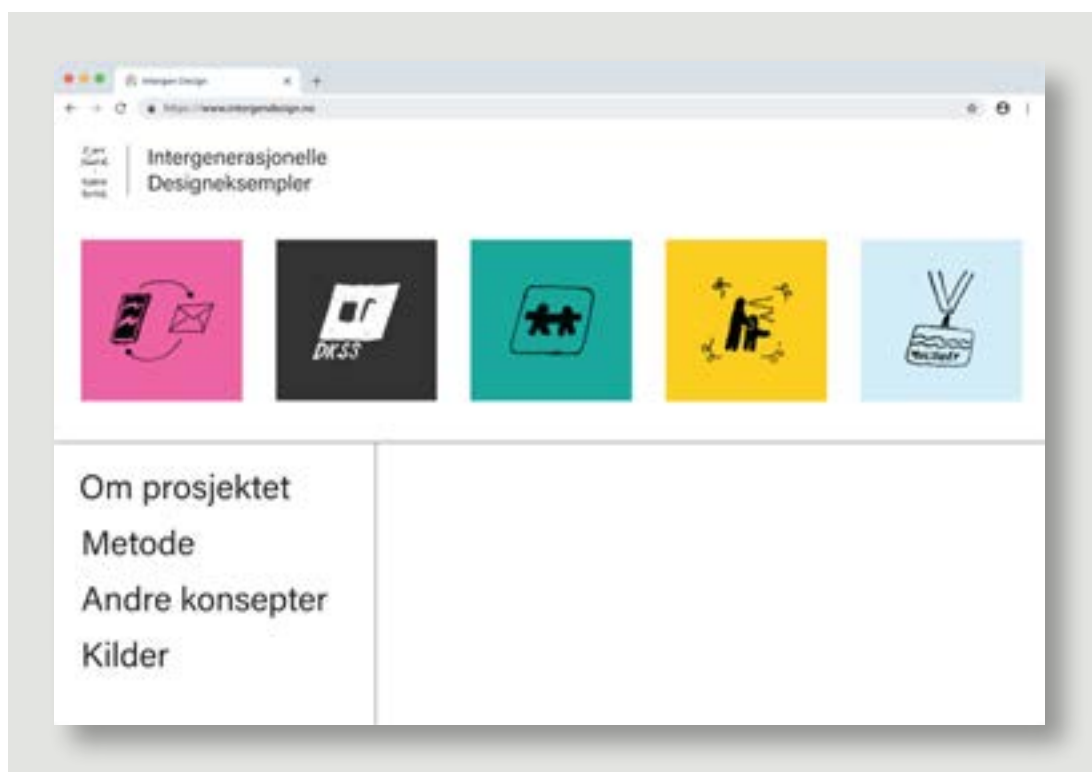


Kjære framtid, kjære fortid,

dette er et utforskende strategisk designprosjekt, hvor jeg har tatt utgangspunkt i det pågående arbeidet i Norges offentlige, ideelle og private sektor med å gjøre Norge til et aldersvennlig samfunn innen 2030; når Norges befolkning består av flere eldre (personer over 65 år) enn yngre. Aldersvennlighet betyr at lokalsamfunn må tilrettelegges for alle aldersgrupper. I prosjektet har jeg utforsket holdninger til aldring i Norsk kultur, og hva som gjør at kontakt mellom generasjoner oppstår eller hindres.

Utforskningen har omhandlet en deltakende utstilling, vennskap jeg har etablert med folk som er mye eldre enn meg, intervjuer, workshops, feltarbeid, og prototyping. Mitt hovedfokus har vært å designe et spekter av forslag og idéer for å vise et potensielt mulighetsrom for innovasjon i arbeidet med aldersvennlig utvikling.

Resultatet består av 2 leveranser. Den ene er en spekulativ leveranse utformet som en bok med beskrivelser og visualiseringer av ønsker for alderdommen hos innbyggere i Norge. Den andre er en mer pragmatisk leveranse bestående av 5 designeksempler som er samlet på en nettside. Designeksemplene er ment å vise hvordan vi kan designe for å skape mer kontakt mellom yngre og eldre. Begge leveransene har et fokus på møter mellom generasjoner, og jeg har lagt vekt på metode og approach fremfor validering av konseptene i seg selv. Leveransene er derfor ikke ment som løsningsforslag, men eksempler som underbygger hvordan design kan benyttes for å utvikle et mer aldersvennlig samfunn i Norge.



Introduksjon

I dette kapitlet går jeg gjennom hvilke designmetoder, faglig tilnærming, approach, samarbeidspartnere og scope jeg har valgt for denne diplomen.

Min motivasjon

Sammen med Emil Lewe fra KHiO planla vi å utføre deler av dette diplomprosjektet sammen. Vi hadde begge utført vår bacheloroppgave tidligere rundt barndom. I en samtale kom vi inn på om vi skulle snu båten og kikke inn i framtiden; alderdommen. Vi kom frem til to spørsmål vi var nysgjerrige på å utforske: Hvordan er det å bli gammel? Og hvorfor er det slik at vi sjeldent møter på eldre, eller har noen eldre venner?

For min del har det å designe for eldre ofte handlet om å se til funksjonshemninger, og jeg opplever at å designe for en aldersgruppe ikke bør defineres av det. Rundt meg oppfatter jeg også stereotypier av eldre, og hvem "de" er, samtidig som jeg innser at jeg selv (forhåpentligvis) vil bli gammel, og jeg spør meg selv om mange av de kulturelle båsene som eldre settes i er noe jeg vil settes i selv. Det har jeg ikke lyst til.

Selv om denne oppgaven til syvende og sist henvender seg til et eksisterende nasjonalt arbeid for en aldrende befolkning, har jeg siden start forsøkt å holde fokus på det som kan knytte sammen flere aldersgrupper, for ikke å havne i nye narrativ eller definisjoner som skal oppsummere alderdommen. Jeg har hatt et ønske i denne oppgaven om at å designe for eldre heller kan falle under rubrikken av å designe intergenerasjonelt, og at dette til gjengjeld kan skape flere kreative mulighetsrom og motivasjoner i alle sektorer for å inkludere mangfoldet blant oss.

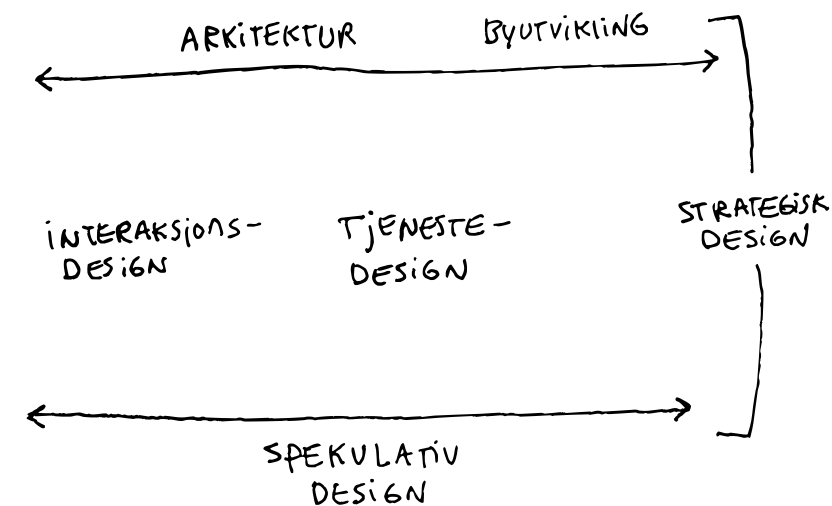
Faglig tilnærming

Diplomens faglige fokus er innenfor designfeltet Strategisk Design. Strategisk design defineres av min veileder Dan Hill - som følgende:

"(...) Strategisk design tar kjerneprinsippene fra kontemporær designpraksis – bruker-research og etnografi, agil utvikling, iterativ prototyping, deltakelse og co-design, forvaltning, arbeid på tvers av nettverk, skalaer og tidsperspektiver – og så retter det denne verktøykassen mot etiske spørsmål, adressering av systemisk endring innenfor komplekse systemer, og bredere samfunnsmessige utfall" ¹

Strategisk design handler om å se på større samfunnsmessige utfordringer og problemstillinger, og utføre design innenfor flere underliggende fagfelt for å utforske mulighetsrom, retninger, og målsetninger innenfor problemstillingene. Dette skiller seg fra andre fagfelt innenfor design hvor formålet ofte består av å komme med konkrete designforslag ved å snevre inn rammene rundt problemstillingen.

I dette prosjektet har jeg utforsket alder i Norge, og problemstillinger knyttet til en aldrende befolkning som omfatter kultur, byutvikling og aktører fra forskjellige sektorer. Jeg har brukt metoder innenfor strategisk design, og hatt som mål at prosjektet skal utforske nye fokusområder i det strategiske arbeidet med befolkningsendringene i Norge.



"Scales of Design" – Dan Hill, Vinnova ²

Metoder

Research

Jeg har lest bøker og gjort desk research om alderdom, oppfatning av alder gjennom historien og i forskjellige kulturer, og jeg har satt meg inn i det strategiske arbeidet som gjøres for å møte befolkningsendringene i Norge og i andre land.

Intervjuer

Jeg har hatt intervjuer med eldre og yngre i Lillestrøm og Asker kommune, samt aktører og organisasjoner som jobber konkret ut fra dagens strategiske arbeid i regjeringen

Evidencing

For å kommunisere ideer, og åpne opp tanker om mulighetsrom har jeg visualisert eksempler på hvordan alternative tjenestetilbud, situasjoner og kulturer kan se ut ovenfor det strategiske arbeidet. Dette har jeg vist frem i samtaler med kommuner og enkeltpersoner.

Feltarbeid

For å forstå handlingsmønstre og bruk av byrom i Norske kommuner og lokalmiljø har jeg utført feltarbeider gjennom hele prosjektet i Oslo, Lillestrøm og Asker.

Workshop

Jeg har utført forskjellige workshops som en utforskningsmetode rundt hvordan vi kan spekulere i vår egen alderdom, og nye strategiske fokusområder i arbeidet med befolkningsendringen.

Vennskap

Som en samskapningsmetode har jeg skaffet meg 10 eldre venner i dette prosjektet. Sammen har vi opprettet et eget initiativ. Dette har vært for å forstå verdien av generasjonsvennskap og hvordan dette kan oppstå oftere.

Strategisk designmetodikk

Value model

For å forstå større samfunnsmessige verdier i enkelte steder, ting og hendelser, brukes value model som et visuelt verktøy for å poengtere konkret hvordan noe har samfunnsmessig verdi. For eksempel hvordan en stol kan gjøre at man får god psykisk helse.

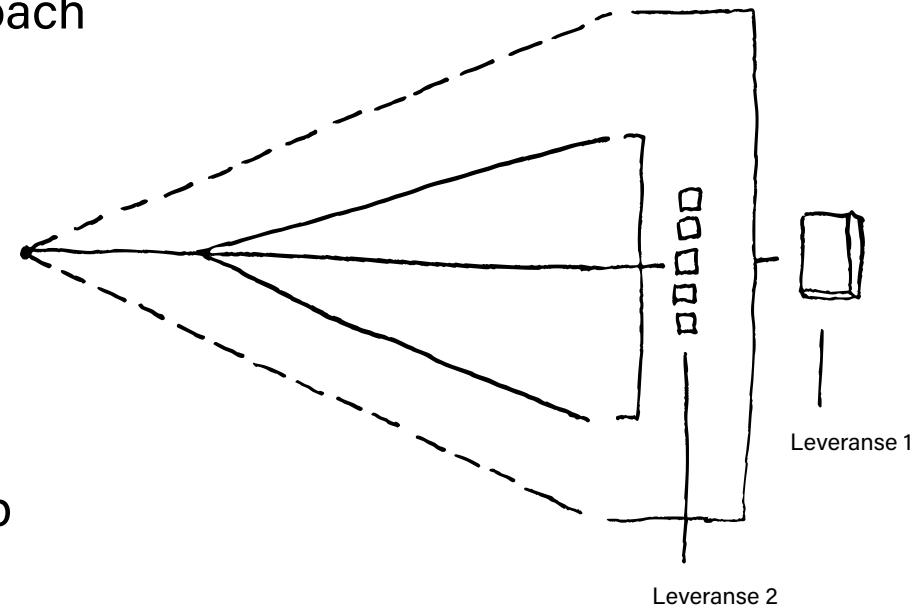
Snowball

Denne metoden brukes for å forstå hvordan enkelte hendelser og initiativer med et positivt potensiale for utfordringene i befolkningsendringene kan blir flere. Jeg har brukt denne metoden som en øvelse basert på mitt generasjonsvennskap

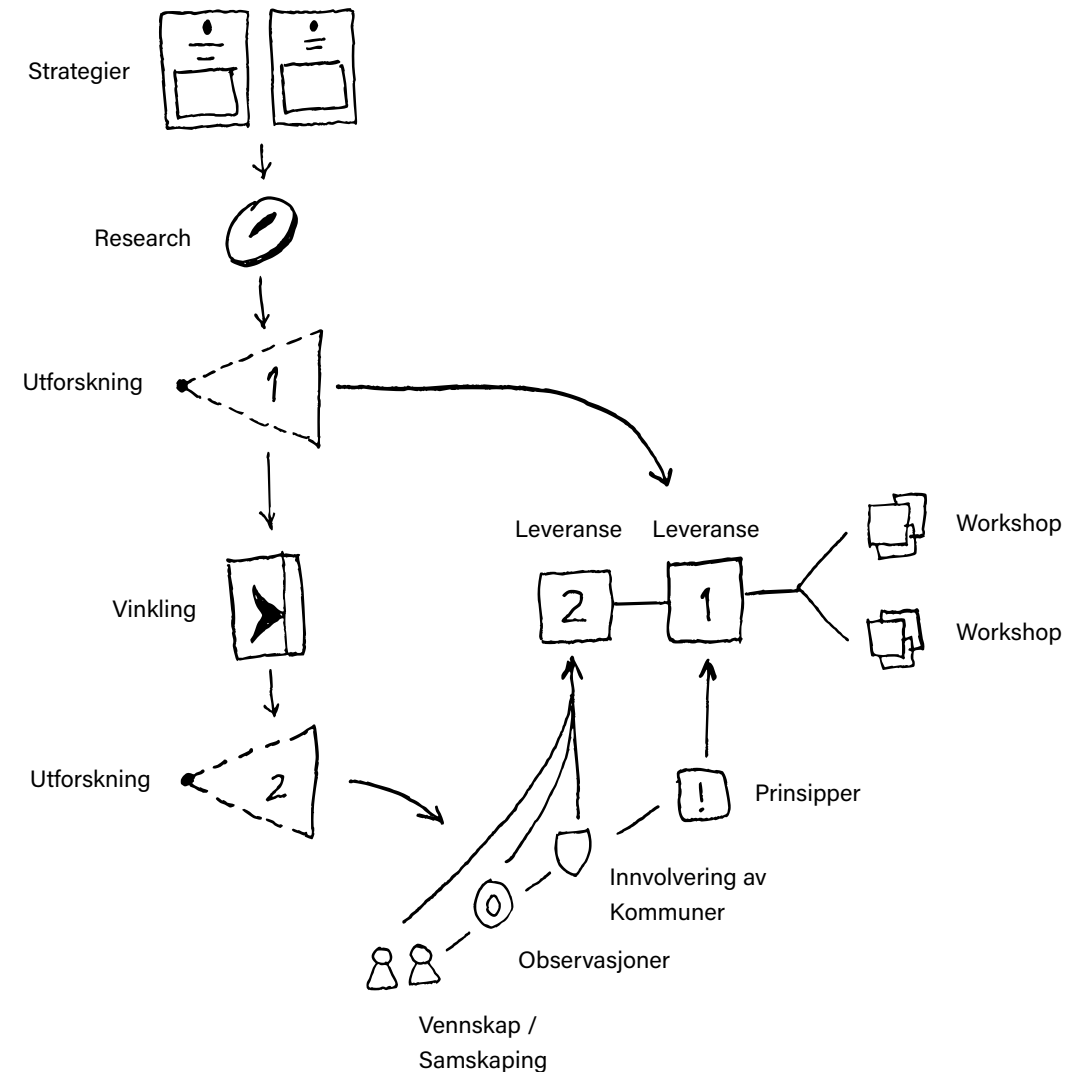
Platform

Dette er en metode som brukes for å kartlegge større strukturer som ligger bak enkelte produkter, tjenester eller steder. For eksempel hvordan en stol henger sammen med et lovverk. Metoden har jeg brukt for å forstå hvordan konseptene i denne leveransen kan forankres i regjeringens og Helsedirektoratets strategiske arbeid.

Approach



Forløp



Forløp

Gjennom prosjektet har det vært viktig for meg å holde en åpen og utforskende approach, for å oppdage og formidle nye metoder og fokusområder i det strategiske arbeidet med utfordringene knyttet til den aldrende befolkningen i Norge.

Prosjektet har bestått av 2 separate utforskende faser, som har resultert i 2 forskjellige leveranser. En bok og en nettside.

I den første fasen har jeg gjort research og utforsket personlige oppfatninger av alderdom, og hva innbyggere i Norge har av ønsker og behov. Dette har utgjort et innsiktsgrunnlag som jeg har tatt med meg videre inn i den neste fasen.

Den neste fasen har bestått av en mer pragmatisk approach hvor jeg har utforsket verdier, tendenser og prinsipper knyttet til generasjonsmøter. Her har jeg gått konkret inn for å skaffe meg venner som er mye eldre enn meg selv. Jeg har også utført feltarbeid, intervjuer og hatt samtaler med ansatte på institusjoner og kommunen i Asker og Lillestrøm.

Deler av denne innsikten har jeg brukt sammen med outcomes fra fase 1 for å designe en bok. Dette utgjør den spekulative leveransen i dette prosjektet.

Underveis i fase 2 har jeg utviklet designeksempler som kan svare til utfordringene ovenfor den aldrende befolkningen i Norge, ved å ha et eksplisitt fokus på generasjonsmøter. Samlingen av disse utgjør den pragmatiske leveransen i dette prosjektet

Avslutningsvis har jeg hatt en workshop med designstudenter i Tsjekkia om å designe strategisk for generasjonsmøter.

Deretter har jeg hatt en workshop med Helsedirektoratet om å fokusere på generasjonsmøter i deres pågående strategiske arbeid.

To leveranser

En spekulativ, som tar for seg ønskede tilstander for alderdommen hos enkeltpersoner - sammen med designscenarier som svarer til disse behovene i framtiden. Dette har jeg samlet i en bok.

En pragmatisk, som tar for seg eksisterende generasjonsforskjeller i Norge, og som inneholder en serie designeksempler ment å motvirke generasjonsforskjeller gjennom flere generasjonsmøter. Dette har jeg samlet på en egen nettside.

Leveransene består av to forskjellige fremgangsmåter og metoder, men de henger likevel sammen. Den spekulative leveransen er ment å vise mangfoldet blant dagens og framtidens eldre, og hvordan vi kan bruke dette som en metode for å sette strategiske mål.

Den pragmatiske leveransen er ment for å engasjere og innlede et nytt strategisk fokus hos flere sektorer om å arbeide med generasjonsmøter, som en måte å håndtere befolkningsendringene. Ved å skape større kontakt og sosial inkludering mellom aldergrupper, senker dette terskelen for at vi kan utfolde oss uavhengig av alder.



Konsepser for generasjonsmøter

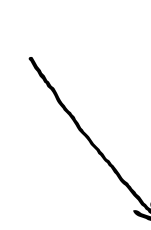


Et større mangfold av Norske Skjebner



Inspirere offentlige, private og ideelle aktører til rette fokuset mot å etablere fler generasjonsmøter

Lavere terskel for å utfolde seg og bruke lokalmiljøet aktivt gjennom hele livet



Høyere aksept og mer samhandling mellom yngre og eldre

Samarbeidspartnere

I Kjære framtid, kjære fortid, har jeg inngått en rekke uformelle samarbeid med personer og aktører som har muliggjort verdigrunnlaget, innsikten, samarbeidet og utforskningene i prosjektet.

Emil Lewe, KHIO

Emil har designet sin masteroppgave i Grafisk design og Illustrasjon ved Kunsthøgskolen i Oslo samme semester som meg (våren 2022). Deler av det grafiske arbeidet du vil se gjennom denne rapporten er utformet av Emil. Intensjonen er å skape en visuell referansene som knytter prosjektene sammen. I de siste sidene av boken har jeg samlet opp alt det grafiske arbeidet som er laget av Emil.

Vi utførte en felles utforskning i de innledende fasene av prosjektet. Etter dette var intensjonen at vi skulle dele oss opp, men holde kontakten for å dele erfaringer og tanker om hverandres prosjekt. Resultatet fra dette samarbeidet har blitt to masterprosjekter som bygger på samme fundament, og som på forskjellige måter kan komplimentere hverandre.

Samarbeidet vårt har vært et eksperiment, på det vis. Fra tidligere av har vi begge oppfattet at det har vært et faglig skille og lite samarbeid mellom skolene våre til tross for at vi er naboer. Vi bestemte oss for å ha en felles innsiktsfase, og så dele oss opp etterpå. Derfor har det vært viktig å fokusere på å ha en strukturert prosess i dette samarbeidet. Avslutningsvis i denne rapporten går jeg gjennom noen refleksjoner som jeg og Emil har gjort oss.

Resultatet fra samarbeidet er 2 forskjellige prosjekter. Emils prosjekt, "Ein dag er eg også gamal" er en animasjonsfilm som visualiserer en tankerekke hvor Emil går fra å tenke på alderdommen som noe ganske kjipt, til å tenke på det som en innholdsrik og spennende fase av livet. Emils leveranse handler på mange måter om vårt personlige læringsutbytte i dette prosjektet, hvor vi begge har opplevd å få en større forståelse for aldring, alderdom og eldre.



Kjære
framtid
|
kjære
fortid,

VISUELL OG TEMATISK
SAMMENHENG

Ein dag er eg også gamal.

"Ein dag er eg også gamal"
Emils Masterprosjekt [Emil - 1]

Senteret arbeider med realiseringen av regjeringens strategi for et aldersvennlig samfunn, med hovedfokus på å knytte samfunnsaktører sammen gjennom nettverksbygging og partnerskapsordninger for å dele erfaringer. De henvender seg også til sivilsamfunnet gjennom informasjonskampanjer for planlegging av alderdom og deltakelse, og forskjellige aktiviteter.³

Jeg har hovedsaklig vært i kontakt med Ingrid Køhler Knudsen fra senteret, som er seniorrådgiver. Gjennom prosjektet har jeg holdt Ingrid oppdatert på arbeidet, og fått tilbakemelding på hvordan prosjektet kan vinkles i forhold til dagens arbeid.

Senterets strategiske fokus og arbeid har vært en inspirasjonskilde, og de har hjulpet meg med å komme i kontakt med relevante personer og kommuner. En informasjonskampanje som senteret har laget om planlegging av alderdommen, har også vært grunnlaget for utforskningen jeg gjorde i de innledende fasene av prosjektet.



[1]

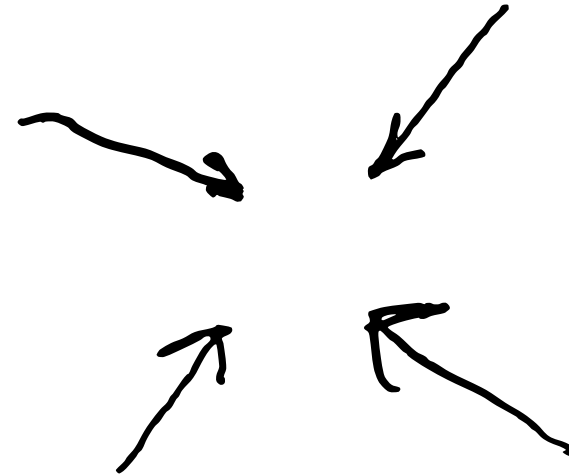
Asker og Lillestrøm Kommune arbeider aktivt med realiseringen av handlingsplaner og samfunnsdeler for å svare til målene i regjeringens strategi. Gjennom dem har jeg fått et innblikk i hvordan Kommuner i Norge jobber med dette temaet, hvilke implementeringer som er gjort og som skal gjøres.

Kommunene gitt meg stor tillit og tilgang til personer og steder som er viktige for deres arbeid. I tillegg har jeg presentert designeksempler for ansatte i kommunene for å forstå deres synspunkt på hvordan dette kan knyttes opp til deres målsetninger.



Kontekst

I dette kapitlet oppsummerer jeg innsiktsgrunnlaget for diplomten. Kapitlet tar for seg en anekdote om oppfatninger av alderdom gjennom historien, aldersvennlig utvikling i dag, hva som gjør at yngre mister kontakt med eldre, innsikt om generasjonsmøter i Norge, og oppsummeres med problemstillingen min for denne diplomten.



De store aldersnarrativene

Innledningsvis i prosjektet leste jeg meg opp på historien bak hvordan det er å bli gammel. De gule arkene på de neste sidene er en fortelling om hvordan det å bli gammel har endret seg gjennom historien.

Hovedhensikten med fortellingen er å vise hvordan alder og indentitet henger tett sammen med hvordan samfunnet og større aktører definerer den.

Fortellingen er delt opp i 6 "epoker", og konkluderes med et bilde av en liste som jeg har skrevet, med 100 forslag til nye beskrivelser av alderdom.

For det estetiske uttrykket til fortellingen har jeg tatt inspirasjon fra gamle historiebøker. Fortellingen er printet ut på farget papir, og så scannet de inn igjen for å gi et analogt preg.

DE STORE ALDERSNARRATIVENE

Epoke 1. Begynnelsen

Kjære fortid,

Vi viser omkring 200 år tilbake i tid. På denne tiden var det vanligere at storfamiliene var samlet under samme tak og samme sted i Norge - som i mange andre deler av verden. Familien tok vare på hverandre, eldre tok vare på de yngre, og de yngre tok vare på de eldre.

Kontakt mellom generasjonene oppsto byttinger i tregenerasjonelle familiestrukturer, og eldre bidro ofte med de de kunne - om det var videreføring av kultur og tradisjon eller praktisk hjelp. Å bli gammel var en naturlig del av livet.

Epoke 2. Skillet

Eldre - Pensjonert

I 1881 introduserte Keiser William en banebrytende oppfinnelse: **Statlig pensjon**. William led med pensjonen var organisatorisk og byråkratisk, pensjon gikk ut på å gi yngre tilgang til arbeidsmarkedet, ved å gi tidligere slapp på de eldre.

Plutselig var det etablert et sammenhengende skille mellom gammel og ung, basert på "arbeid eller arbeid".

Mange andre land tok de inspirasjon fra William. USA var ganske tidlig ute med dette selv, og begynte i det små fra 1908, men her var ikke pensjon en "statens bid".

Epoke 3. Markedsføring

FOR ACTIVE AGING

I 1950 begynner flere store amerikanske selskaper å se et mulighetsrom i å henvende seg konkret til den eldre delen av befolkningen for å gjøre matvare, møbler, penger. Å pensjonere seg ble således sett som en "evig ferie", og et helt nytt marked som en "evig ferie". Me segregering som i en

Epoke 4. Segregering

SUN CITY ARIZONA

Sun City - byen for evig ferie, var ikke en løsning på et problem, men et eksempel på eksperimentelle spilletter og konflikter mellom generasjoner. Dette var også et av de første eksemplene på segregering.

Epoke 5. Kritikk

Arkitekten Christopher Alexander brukte Sun City som et eksempel for å beskrive viktigheten av å ikke utvikle samfunn som segregerer folk på grunnlag av alder og generasjon. I Boken "A Pattern Language" skriver Alexander følgende:

"Faktumet er at det kontemporene samfunnet ekskluderer eldre, og desto mer de ekskluderes, dess dypere blir riftene mellom eldre og yngre. Eldre har ikke noe annet valg enn å segregerer seg selv - de, som alle andre, har valget, de vil heller ikke være blant yngre som ikke setter pris på dem, og de søker etter denne tilfredstillets for å rettfærdiggjøre posisjonen sin."

Selv om dette er fra en annen tid, og en annen kultur, viser det at å ekskludere utelukkende på én måte kan være risikabelt hvis utgangspunktet består av kulturelle forskjeller.

Siden dette har særlig av de segregerer byene og bydelene sett seg godt til å oppløse aldersgrensene sine, og gradvis har befolkningene blitt mer balanserte.

Epoke 6. Flere store narrativer

I mellomtiden blir flere av oss eldre, og behovet for å redde disse narrativer har blitt større. I Europa alderdom blir "Rebrandet" flere ganger. "Leisure aging" har blitt til "Active aging" og deretter "Healthy aging".

LEISURE AGING ACTIVE AGING HEALTHY AGING

Aldringen har med andre ord gått fra et negativt til et - hvor alle samkulturer som en forventning til hva alderdommen bringer. Professor Simon Briggs fra universitetet i Melbourne oppsummerer:

"... Det Europeiske eksemplet er spesielt interessant fordi det eksplisiterer en skilende åpning mellom konkurrerende narrativer av voksen aldring og varierende fokus på å finne en løsning."

Narrativer har en stor påvirkning på aldring, fordi vi ikke var bevidst det er å bli eldre for vi blir eldre - og da er det alle de store overvåringene og følgende omgivelser som skaper en forventning, både til oss selv og de rundt oss.

Kjære fortid,

DE STORE ALDERSNARRATIVENE

Epoke 1. Begynnelsen



Vi reiser omlag 200 år tilbake i tid. På denne tiden var det vanligere at storfamilien var samlet under samme tak og samme sted i Norge -som i mange andre deler av verden. Familien tok vare på hverandre, eldre tok vare på de yngre, og de yngre tok vare på de eldre.

Kontakt mellom generasjonene oppsto hyppigere i tregenerasjonelle familiestrukturer, og eldre bidro ofte med de de kunne -enten det var videreføring av kultur og tradisjon eller arbeid på gaarden. Å bli gammel hadde med andre ord særpreg som varierte fra slekt til slekt.⁴

Epoke 2. Skillet



I 1881 introduserer Keiser William en banebrytende oppfinnelse: **Statlig pensjon.** Williams idé med pensjonen var organisatorisk og byråkratisk, pensjon gikk ut på å gi yngre tilgang til arbeidsmarkedet, ved å gi tidligere slipp på de eldre.⁵

Plutselig var det etablert et samfunnsmessig skille mellom gammel og ung, basert på "arbeid/ikke arbeid".

Mange andre land tok de inspirasjon fra William. USA var ganske tidlig ute med dette selv, og begynte i det små fra 1908, men her var ikke pensjon en "instant hit".

Mange opplevde at de kom til å miste muligheten for aktivitet og mening, som var et viktig ideal på den tiden.⁶

Eldre -
Pensjonert



Yngre -
Ikke pensjonert

Epoke 3. Markedsføring



(Nielsen Prizm; Segmentering av samfunnsdemografier inn i brukergrupper) ⁷

(Reklamefilm for Del Webb's by for eldre, "Sun City") ⁸

I 1950 begynner flere store Amerikanske selskaper å se et mulighetsrom i å henvende seg konkret til den eldre delen av befolkningen for å tjene masse, masse penger. Å pensjonere seg ble rebrandet som en "evig ferie", og et helt kakestykke av befolkningen ble segregert inn i en slags brukergruppe. ⁹

"Leisure aging" ble grunnlaget for noen av de mest ambisiøse urbanismeprojektene verden hadde sett på den tiden, derav hele segregerte byer bygd kun for de over 55 (hvis du var under 55 fikk du ikke bo der). ¹⁰

Epoke 4. Segregering



Sun City—byen for evig ferie, var ikke en løsning på et problem, men et symptom på eksisterende splittelser og konflikter mellom generasjoner. Dette var også et av salgsargumentene deres, sammen med andre liknende steder: ^{6]}

"Et nå velkjent men enda fantastisk fenomen har sprunget opp det siste tiåret: dusinvis av byer i god størrelse som ekskluderer folk under 65. Bygd på billig, avsidesliggende land, slike lokalmiljøer tilbyr hjem med to soverom til \$18 000 pluss en tilflukt fra urban vold og generasjonsmessig press" ¹¹

Epoke 5. Kritikk

Arkitekten Christopher Alexander bruker Sun City som et eksempel for å beskrive viktigheten at vi ikke utvikler samfunn som segregerer folk på grunnlag av alder og generasjon. I Boken "A Pattern Language" skriver Alexander følgende:



(Pattern no. 40) - Old People Everywhere

[8]

*"Faktumet er at det kontemporære samfunnet ekskluderer eldre; og desto mer de ekskluderes, dess dypere blir riften mellom eldre og yngre. Eldre har ikke noe annet valg enn å segregere seg selv — de, som alle andre, har stolthet; de vil helst ikke være blant yngre som ikke setter pris på dem, og de søker etter denne tilfredsstillende for å rettferdiggjøre posisjonen sin."*¹²

Selv om dette er fra en annen tid, og en annen kultur, viser det at å fokusere utelukkende på én målgruppe kan være risikabelt hvis utgangspunktet består av kulturelle forskjeller.

Epoke 6. Flere store narrativer

I mellomtiden blir flere av oss eldre, og behovet for å redefinere dette narrative har blitt større. I Europa alderdom blitt "Rebrandet" flere ganger. "Leisure aging" har blitt til "Active aging" og deretter "Healthy aging".¹³

LEISURE
AGING

ACTIVE
AGING

HEALTHY
AGING

Alderdom har med andre ord gått fra et narrativ, til tre — hvor alle sameksisterer som en forventning til hva alderdommen bringer. Professor Simon Briggs fra universitetet i Melbourne oppsummerer:

*"(...) det Europeiske eksemplet er spesielt interessant fordi det eksemplifiserer en økende spenning mellom konkurrerende narrativer av voksen aldring og varierende forsøk på å finne en løsning."*¹⁴

Narrativer har en stor påvirkning på aldring, fordi vi ikke vet hvordan det er å bli eldre før vi blir eldre - og da er det ofte de store overskriftene og følgende omgivelsene som skaper en forventning, både til oss selv og de rundt oss.¹⁵

-I realiteten,
hvis du spør 100 personer om hva som er viktig for dem i alderdommen, kan det godt hende du får 100 forskjellige svar...

Kjære framtid,

Leken aldring
Serøs aldring
Stolt aldring
Sosial aldring
Kulturell aldring
Barnslig aldring
Kunstnerisk aldring
Udefinert aldring
Strukturert aldring
Søt aldring
Vakker aldring
Musikalsk aldring
Nostalgisk aldring
Hedonistisk aldring
Introvert aldring
Kompetetiv aldring
Futuristisk aldring
Klassisk aldring
Syntetisk aldring
Spekulativ aldring
Lur aldring
Undervurdert aldring
Verdenskjent aldring
Finalsiell aldring
Rotete aldring

Teoretisk aldring
Magisk aldring
Ny aldring
Kjent aldring
Narsissistisk aldring
Pluralistisk aldring
Naturlig aldring
Detaljert aldring
Vill aldring
Nydelig aldring
Fri aldring
Egen aldring
Kreativ aldring
Komfortabel aldring
Digital aldring
Spøkelsesaldring
Rask aldring
Smooth aldring
Heldig aldring
Brusete aldring
Velvitende aldring
Fordomsfull aldring
Genial aldring
Favoritt aldring
Angstfull aldring

Liten aldring
Stor aldring
Lang aldring
Kort aldring
Litterær aldring
Sportslig aldring
Minneverdig aldring
Inkluderende aldring
Teknologisk aldring
Ironisk aldring
Tiltrekkende aldring
Økologisk aldring
Isolert aldring
Mobil aldring
Innovativ aldring
Liberal aldring
Ond aldring
Rar aldring
Smakfull aldring
Sorgfull aldring
Ufør aldring
Sen aldring
Tidlig aldring
Rastløs aldring
Sløv aldring

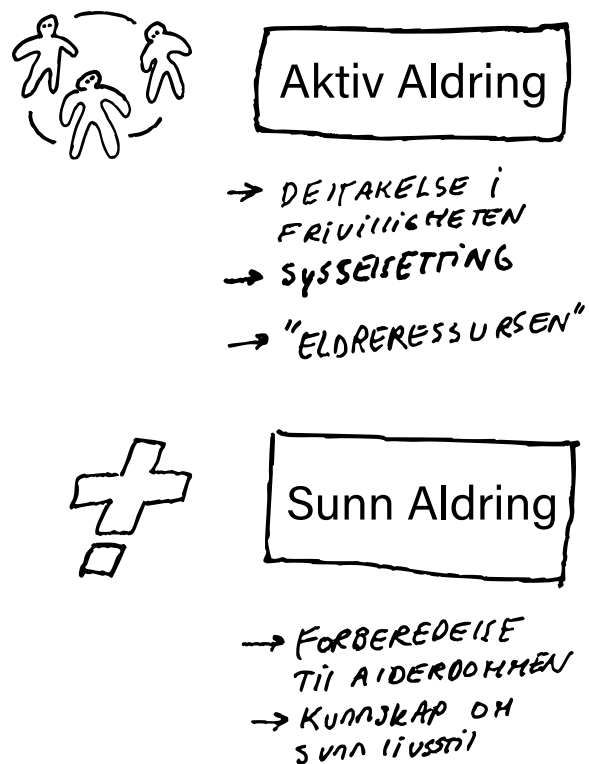
Stabil aldring
Dum aldring
Ensom aldring
Forsiktig aldring
Hemmelig aldring
Kjedelig aldring
Lovløs aldring
Motsatt aldring
Billig aldring
Skikkelig aldring
Tung aldring
Ujevn aldring
Vellykket aldring
Åpenbar aldring
Nysgjerrig aldring
Ren aldring
Ryddig aldring
Nødvendig aldring
Hysterisk aldring
Hjelpsom aldring
Fremmed aldring
Falsk aldring
Dyp aldring
Bevisst aldring
Ærlig aldring

Flere blir eldre, og flere eldre blir til

I 2030 er vi eldre enn yngre i Norge, da kommer det en stor bølge i befolkningsveksten av eldre, og innen 2060 er vi dobbelt så mange eldre enn det vi er i dag.¹⁶ Dette er ikke bare et Norsk fenomen. Det skjer også i de fleste andre industrialiserte samfunn.¹⁷

Basert på hvordan eldre lever i dag, og hvordan samfunnet møter eldre, er dette en utfordring. Veldig mange av systemene rundt eldre i dag er institusjonelle og drevet av kommunene eller staten.¹⁸ Derfor jobber internasjonale aktører slik som Verdens Helseorganisasjon, OECD og FN med å redefinere og omstrukturere alderdommen, som er grunnlaget for de store aldersnarrativene.¹⁹

Hele intensjonen har vært å finne nye fokusområder for at eldre skal ha det bra, og for å avlaste institusjonene som eksisterer i dag.



I forberedelsene til denne veksten iverksetter statene forebyggende tiltak og helsefremmende tiltak.

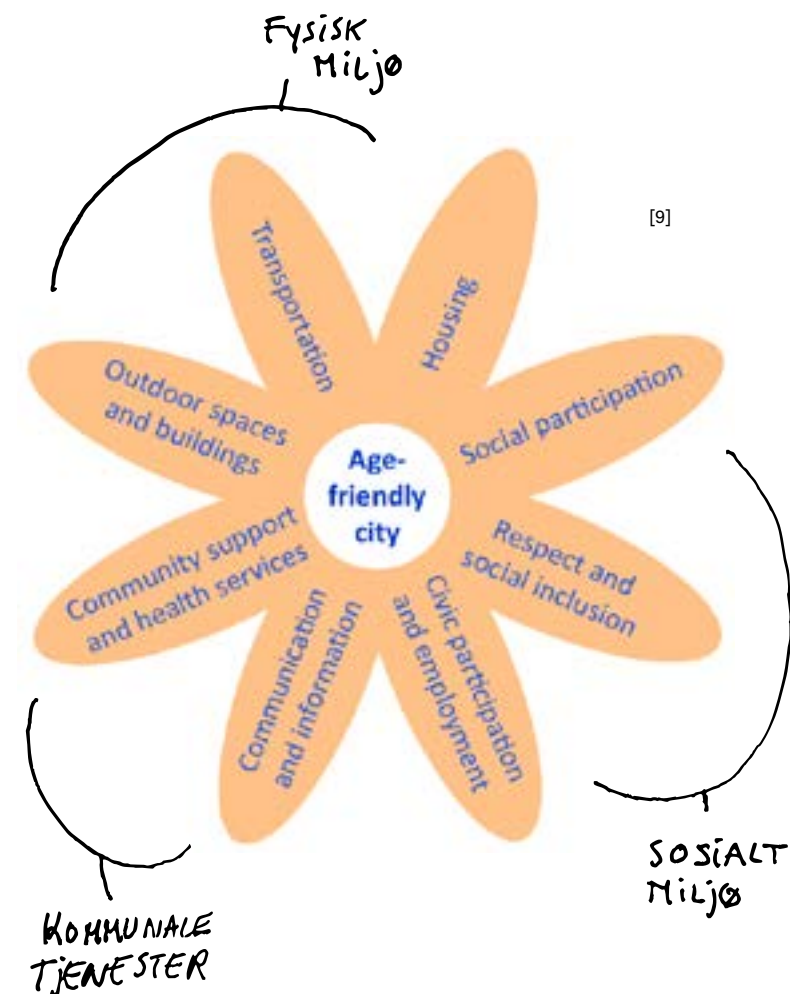
Helsefremmende tiltak handler om teknologi, tjenester og behandlinger for de som trenger det med en gang.

Forebyggende tiltak handler i korte trekk om å sørge for at man forblir frisk og ikke blir syk.²⁰

Siden befolkningsveksten enda er i framtiden, legges det ekstra vekt i dag på forebyggende tiltak.

Forebyggende tiltak utgjør flere systemiske skalaer; fra sosial bærekraft og byrom, til endring av holdninger og personlige forberedelser til alderdommen.

Alle disse faktorene oppsummerer Verdens Helseorganisasjon i en egen modell bestående av 8 kategorier. Modellen er forankret i by og sted, og derfor har det forebyggende arbeidet en tett tilknytning til hverdagslivet, nabolag, lokalmiljø og stedsutvikling.²¹



1. [1] WHO Age Friendly Cities Model

Hva mener jeg med eldre og yngre?

I dette prosjektet har jeg arbeidet med alder fra to forskjellige synsvinkler. Den første er den subjektive oppfatningen av aldring, som er relativ utfra hva man oppfatter selv i forhold til andre.

Spørsmål om subjektive oppfatninger av alder har vært aktuelt i intervjuer og samtaler rundt om man selv føler seg gammel eller ung.

"Jeg tenker ikke på meg selv som det, men det er først når jeg merker fysiske plager i kroppen at jeg føler meg gammel"

—Lise, 84

Den andre synsvinklen handler om samfunnsmessig kategorisering av alder. Statlig i Norge defineres eldre aldersgrupper i samfunnet innenfor 3 kategorier:

Senior (50+)

Eldre (65+)

Gammel (80+) ²²

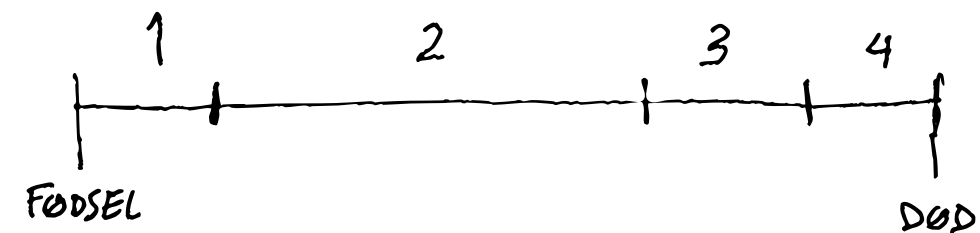
Årsaken til disse titlene kommer av hvilke faser i livet vi forventes å være i under en bestemt alder. For eksempel har pensjon, avhengig av yrke, en minstealder mellom 60 -og 70 år, som betyr at tittelen "Eldre" henger sammen med om du er i jobb eller ikke. (SNL - aldersgrense)

Det som er interessant med disse definisjonene er at det påvirker vår subjektive oppfatning av alder. Med andre ord er alder både veldig personlig, og samtidig tilknyttet omgivelser, kultur, samfunn og kollektive oppfatninger av tid.

I dette prosjektet har jeg innledningsvis jobbet med personlige og kulturelle oppfatninger av alder. Deretter har jeg tatt utgangspunkt i de samfunnsmessige kategoriseringene av alderdom for utviklingen av designeksempler, fordi et av funnene mine er at vi i stor grad påvirkes av disse titlene og at de derfor har en legitimitet ovenfor eksisterende kultur i Norge.

Teori om livsfaser

Historikeren Peter Laslett lagde i 1987 en teori over 4 fundamentale livsfaser. I denne teorien introduserte han "Den tredje alder" som er et direkte resultat av narrativene som kom fra markedsføringen av pensjonsalderen på 1950 tallet i USA. ²³



1 - Første alder
Avhengighet
Sosialisering
Umodenhet
Læring

2 - Andre alder
Uavhengighet
Modenhet
Ansvar
Arbeid

3 - Tredje alder
Personlig oppnåelse
Oppfyllelse

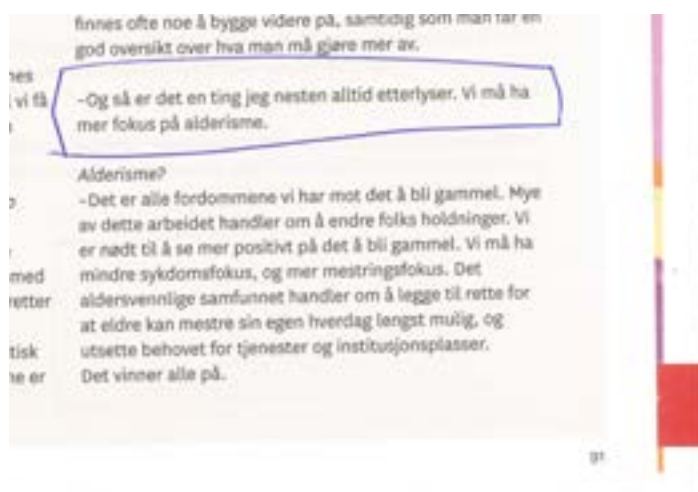
4 - Fjerde alder
Avhengighet
Forfall

Jeg har valgt å fokusere på livet fremfor døden. Det er samtidig et faktum at de senere fasene av livet omfatter at flere venner og bekjente dør. Mange eldre som mister venner rundt seg står derfor i en mer sårbar posisjon ovenfor ensomhet og isolasjon.²⁴ I tillegg er dødsangst eller redsel for aldring faktorer som spiller inn på om yngre ønsker å interagere eller forholde seg til eldre, og hvorvidt man har alderistiske holdninger mot hverandre.

Mer kontakt mellom eldre og yngre er bevist for å motvirke alderisme og dødsangst.²⁵



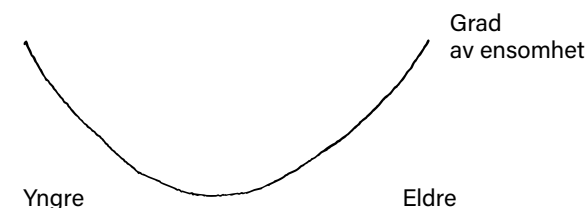
[10] Til spørsmålet: "Venter du på å dø?" fra NRK-serien "Ikke spør om det"



Utdrag fra intervju med Anne Berit Rafoss i Håndbok For Aldersvennlig Stedsutvikling

I Norge er aldersgruppene som er mest ensomme, de eldre og de yngre. Eldre fra 70-79 år og over 80 år er den mest ensomme aldersgruppen i samfunnet (ca. 3 av 10 personer er ensomme i aldersgruppen over 80 år).

De minst ensomme aldersgruppene i Norge er unge voksne og godt voksne (30 - 70 år). Generelt er "ensomhetskurven" blant aldersgruppen en "U", med høy ensomhet i ung og eldre alder.



En essensiell faktor for ensomhet er graden man føler seg inkludert og tilknyttet sitt lokalsamfunn.

"Ensomhet kan ses som et mål på om personene føler seg inkludert i nærmiljøet og har et kontaktnett som man opplever som tilfredsstillende. Et samfunn med mange ensomme vil være et samfunn med lite samhold og nærhet mellom menneskene."²⁷

Ensomhet oppstår gjennom lite tilknytning og kontakt med andre, og kontakt og tilknytning hindres av manglende assosiasjon på tvers av alder - slik som alderisme.

I tillegg er eldre og yngre ensomme av forskjellige grunner. Eldre kan bli ensomme gjennom å miste nære, å bo alene, å ikke ha tilknytning til arbeidslivet, og sykdom.

Yngre opplever ensomhet heller som mangelen på popularitet, og selvpåført "skyld" over at en er ensom.²⁶

Strategiene & Aldersvennlighet

LEVE HELE LIVET/
FLERE ÅR, FLERE MULIGHETER

"Et aldersvennlig lokalsamfunn er et levelig lokalsamfunn for folk i alle aldre"

-Leve Hele Livet ²⁸

"Den tregenerasjonelle familiestrukturen har blitt brutt opp. Strukturen i livet vårt er veldig annerledes nå enn det var før, hvor yngre bodde med eldre. Vi skilles av offentlige og institusjonelle systemer, pappa må bo der tjenestene er, og vi har ingen kontakt på tvers av alder"

-Deltaker under "Skjebnens Marked"

"Det er jo viktig for meg å holde helsa i behold"

-83-åring

"Satt i en bås, igjen..."

-Anne, 84

Leve Hele Livet, og Flere År, Flere Muligheter -er grunnlaget for regjeringens målsetning for en eldrereform i Norge. ²⁹ Leve Hele Livet adresserer en bred oversikt over områder hvor systemer rundt eldre ofte svikter i Norske kommuner, sammen med eksempler på ting som er gjort og kan gjøres.

Flere år, Flere Muligheter retter seg mer direkte mot aldersvennlighet og hvilke faktorer som skaper et aldersvennlig samfunn.

Begge strategiene fokuserer på Sunn aldring og Aktiv aldring. Målgruppen for arbeidet er dagens og fremtidens eldre.



Unntaket i fokuset på målgruppen finner vi i kapittelet "Generasjonsmøter" i Leve Hele Livet strategien. Her er fokuset rettet mot tilknytning, kunnskapsdeling, mental helse, ensomhet, isolasjon, medborgerskap - og ikke minst, generasjonskontrakten:

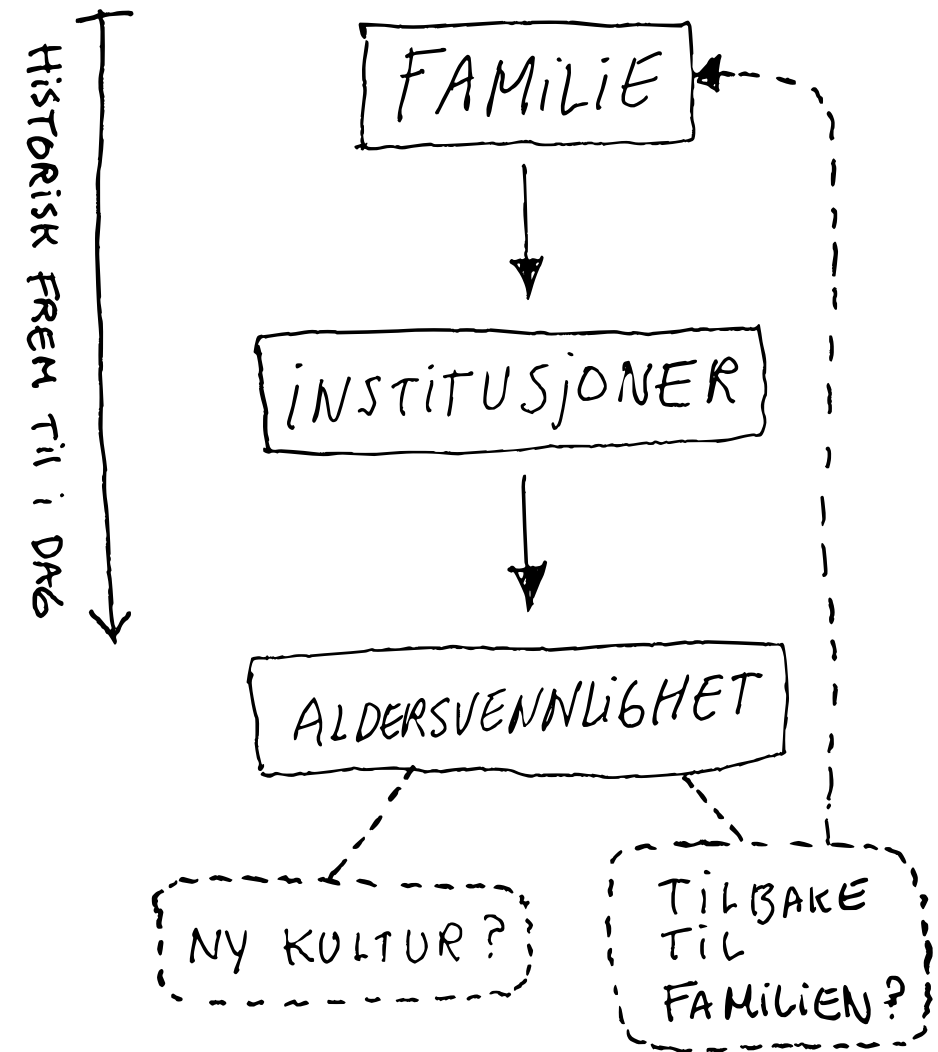
"Aldringen av befolkningen kan skape interessekonflikter mellom generasjonene og bli en utfordring for samholdet mellom unge og eldre. I samfunnsmessig sammenheng handler dette (generasjonsmøter) derfor til sist om å opprettholde og styrke den generasjonskontrakten velferdssamfunnet vårt bygger på." ³⁰

—Leve Hele Livet, "Generasjonsmøter"

"Denne «generasjonskontrakten» innebærer at det i Norge er lite behov for å spare privat til foreldrenes eldreomsorg eller barnas universitetsutdanning – disse formene for sparing er i praksis ivaretatt gjennom kollektive ordninger." ³¹

—NOU 2011: 7, Velferd og migrasjon - den norske modellens framtid

For at vi skal opprettholde velferdssamfunnet vårt, krever det at vi opprettholder en mentalitet for å hjelpe hverandre kollektivt. Dette forutsetter at vi møter hverandre, kjenner til og prater med hverandre mer på tvers av alder.



Underveis i prosjektet har jeg hørt flere si at vi må gå tilbake til den gamle tregenerasjonelle familiestrukturen, som også eksisterer i dag, for eksempel i områder i Italia. ³²

For min del har jeg unngått å fokusere på familiestrukturer, og heller sett på nye kulturelle mønstre —slik som vennskap mellom yngre og eldre. Fokus på at familier skal bo i samme område er noe kritikkverdig fordi mange i Norge ikke har eldre eller yngre familiemedlemmer i sitt liv eller i samme land.

For meg har det derfor vært viktig å tenke breiere på relasjonelle strukturer, og utforske hva dette kan tilføre eller utfordre ovenfor det eksisterende strategiske arbeidet med de demografiske endringene i Norge.

Generasjonsmøter i dag

Strategien Leve Hele Livet påpeker at generasjonsmøter først og fremst oppstår i hverdagslige og naturlige kontekster, og at mye av arbeidet for generasjonsmøter derfor ligger i hendene til by- og stedsutviklere. Strategien trekker også frem en rekke eksempler, som jeg har tatt utgangspunkt i for å forstå hva som finnes i dag.³³

Kategorier

Generasjonsmøtene i strategien, samt generasjonsmøter utenfor strategien har jeg kartlagt inn i 4 kategorier: Arrangerte, Strukturelle, Naturlige og Familiære.

Kartlegging av generasjonsmøtene som oppgis i Leve Hele Livet strategien:

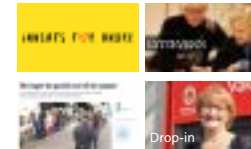
ARRANGERTE

Arrangerte samlinger for at eldre og yngre skal møtes.



STRUKTURELLE

Møter som oppstår gjennom ordninger hvor eldre og yngre samhandler eller samarbeider.



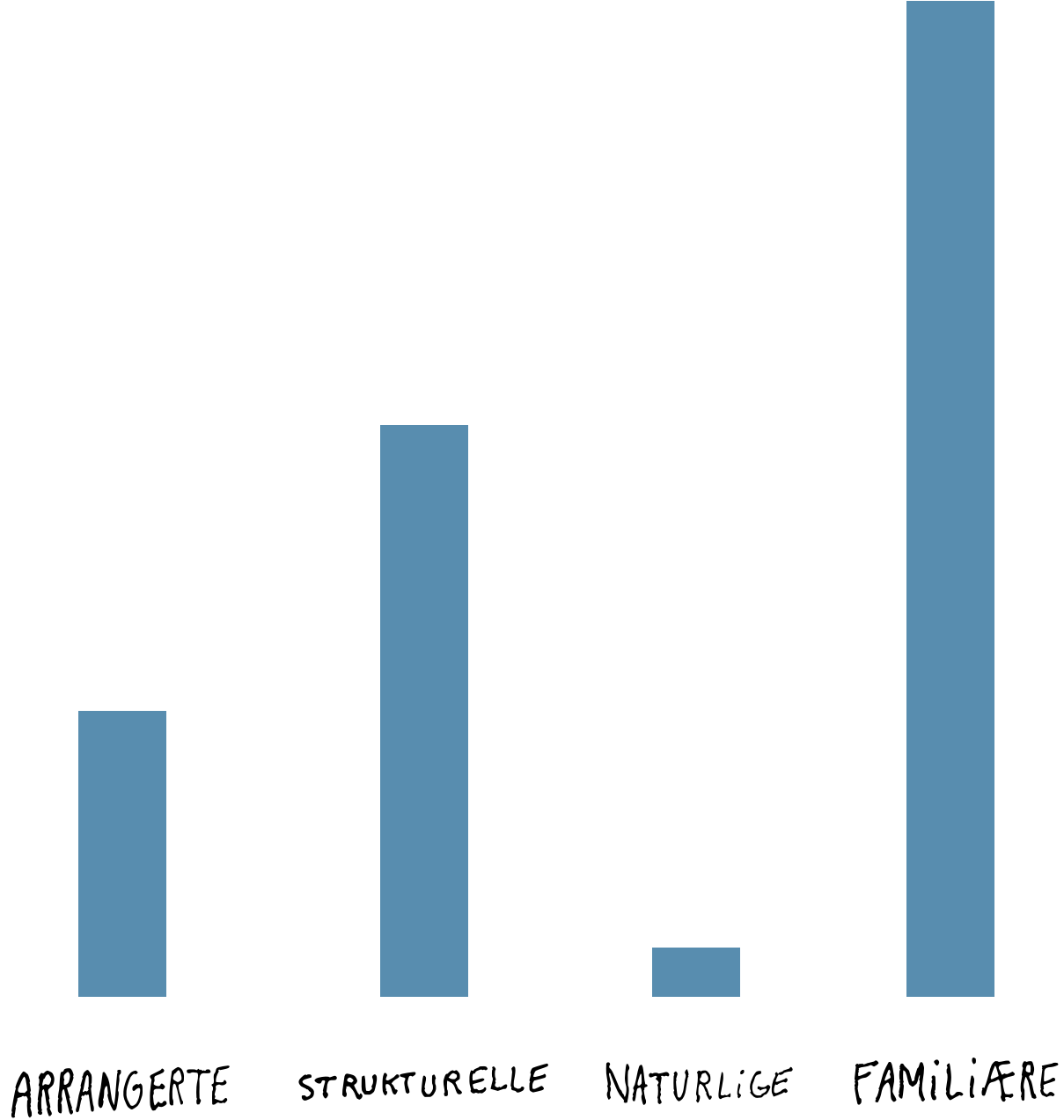
NATURLIGE

Tilfeldige møter i lokalmiljø, byrom, natur eller under samtidig bruk av infrastruktur og tjenester.



FAMILIÆRE

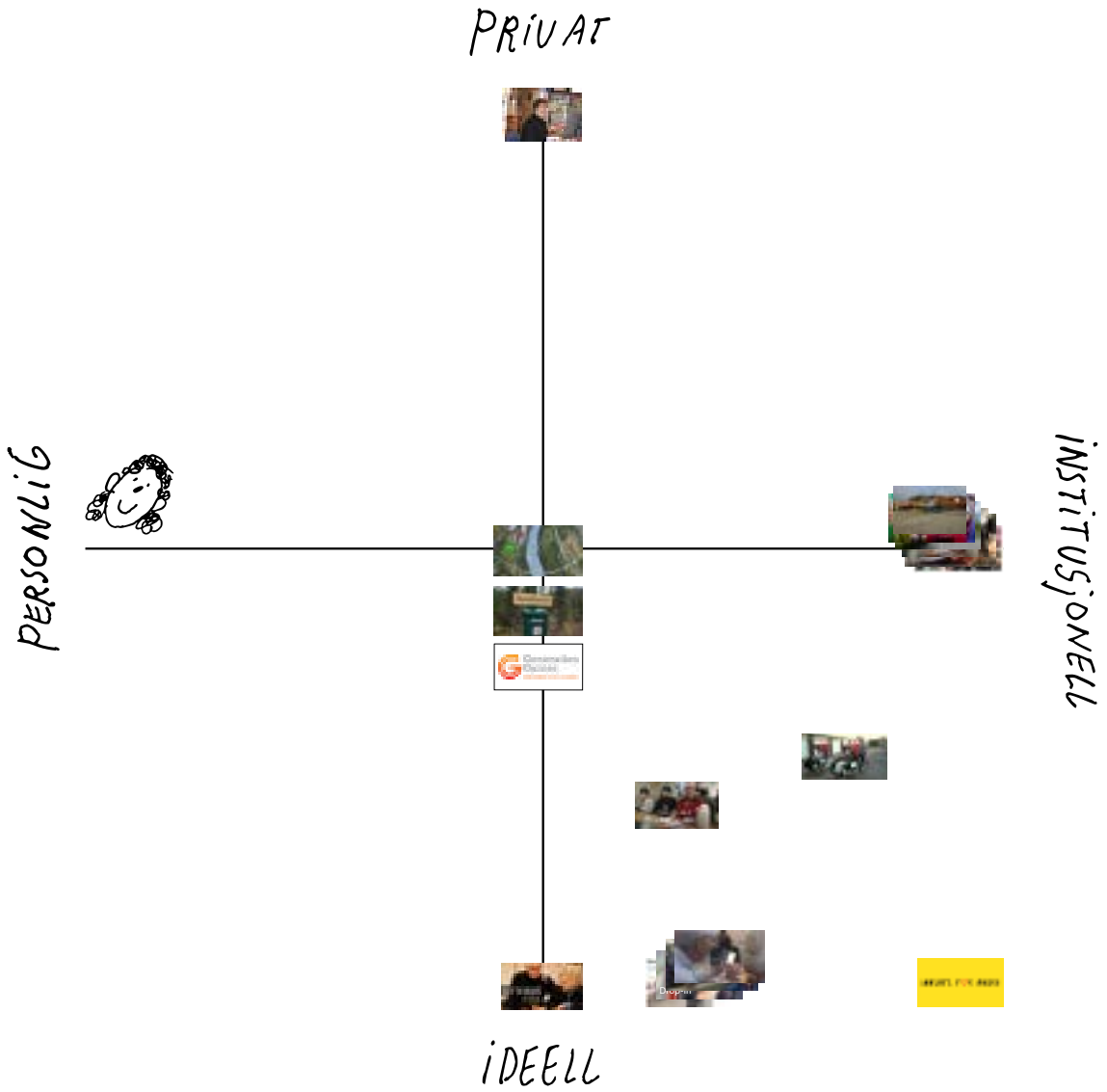
Møter mellom yngre og eldre familiemedlemmer.



Forekomster

Noen generasjonsmøter er mer vanlige i Norge. De vanligste er møtene yngre har med eldre i sin egen familie, i hvertfall for de som har det —og det er ganske mange. Arrangerte generasjonsmøter skjer ikke så ofte utenom kommunale tiltak, fordi det ikke er så vanlig å møtes på grunnlag av at man er i forskjellig alder. Strukturelle generasjonsmøter skjer oftere, enten når forskjellige aldersgrupper er i samme jobb, eller man treffes over delt interesse eller behov. Gjennom dette prosjektet har jeg observert at Naturlige generasjonsmøter oppstår sjeldent, dette kommer jeg tilbake til i Utforskning 2.

Strategien beskriver også hvilke avsendere som står bak de forskjellige generasjonsmøtene. Jeg har valgt å gi disse generelle kategorier ut fra hvilken sektor eller aktør som fasilitierer dem og plassert dem i et aksediagram. Personlige fasilitatorer er i dette diagrammet folk som arrangerer eller skaper møter utenfor strukturert frivillighet eller hverdagsfrivillighet —for eksempel gjennom vennskap, familie eller delte mål og behov.



Sosiale generasjonsforskjeller kan føre til at utviklede systemer, tjenester og infrastruktur segregerer yngre og eldre.

Alderdom har historisk blitt plassert under varierende narrativer, og disse har en effekt på personlige oppfatninger av alder. Alderdom er med andre ord et bindeledd mellom store strategiske trender og personlig identitet.

Befolkningsvekst og flere leveår gjør at vi må omstille samfunnet og de institusjonelle miljøene som omkranser alderdom.

Aldersvennlige lokalsamfunn og aldersvennlighet er et strategisk arbeid som involverer å i større grad inkludere eldre i samfunnet.

Aldersvennlighet forutsetter kontakt og tilknytning mellom eldre og yngre, som ikke er vanlig i dag utenfor familiestrukturer eller arrangementer.

Mange av generasjonsmøtene som finnes i dag, og som ikke handler om familie, tilbys hovedsaklig gjennom institusjoner eller frivillige organisasjoner.

—og en ting til. I dag bor 16 prosent av alle over 80 år i Norge i omsorgsbolig eller sykehjem. Det betyr at institusjonelle generasjonsmøter ikke nødvendigvis gagnar den resterende 84 prosenten.³⁴

Som en refleksjon, plasseres mye av samfunnets arbeid for eldre generasjoner under Helse, imens for alle andre aldersgrupper er helse kun en del av mye annet. Kultur for eldre foregår under ordninger som den Kulturelle Spaserstokken (Helsedepartementet)³⁵, besøksvenner etterspørres, og når alle andre gamler, så utfører eldre Kognitiv stimulering.

Dette er ikke ment som en kritikk mot at helse settes på agendaen. Helse er viktig, men like viktig er det å oppleve kultur, vennskap og aktiviteter for kulturens, vennenes, og aktivitetenes skyld -ikke bare for helsa.

Basert på disse funnene, har det vært viktig for meg å angripe temaet "alder" fra et annet utgangspunkt enn helse, og måten jeg har gått frem på har vært å forankre arbeidet i det intergenerasjonelle.



Sted: Asker Kulturhus, Foajeen utenfor Multisalen

Program: Prosjektleder fra Seniornett sentralt starter dagen med et foredrag om hvorfor vi bør spille og hva det kan bidra med for livskvalitet og helse. Han sier at han er blitt kvikkere i hodet etter at han begynte å spille. ønsker at seniorer skal få øynene opp for at dataspill er helsebringende.

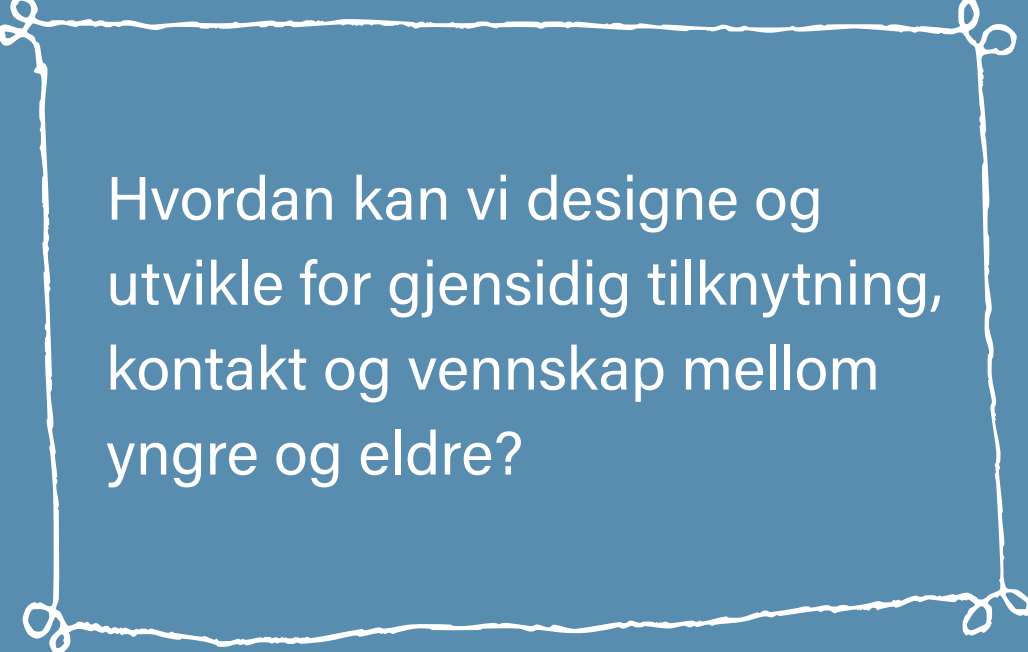
Etter foredrag blir det mulighet for å prøve ut selv.

En helselinse på alt kan skape et sosialt skille i hvorfor vi gjør det vi gjør i hverdagen

Problemstilling

Basert på funnene jeg har gjort innledningsvis i denne diplomaten, har jeg utformet en problemstilling.

Problemstillingen har vært et grunnlag for hvordan jeg har forankret arbeidet, ved at jeg hele tiden har hatt fokus på det intergenerasjonelle.



Hvordan kan vi designe og utvikle for gjensidig tilknytning, kontakt og vennskap mellom yngre og eldre?

Utforskinger

Her går jeg gjennom fire utforskende arbeider som har vært grunnlaget for de to designleveransene i "Kjære framtid, kjære fortid,"

Skjebnens Marked, en deltakende utstilling hvor besøkende fikk beskrive sin egen alderdom.

Generasjonsvennskap, som tar for seg forløpet og lærdommen min fra et vennskap jeg har fått med en gjeng som er mye eldre enn meg.

Funn fra feltarbeider i Asker, Lillestrøm og Oslo Kommune.

7 designprinsipper for generasjonsmøter, som er en oversikt over mål som kan oppfylles for å gjøre at steder, tjenester og systemer skaper kontakt mellom yngre og eldre.



1

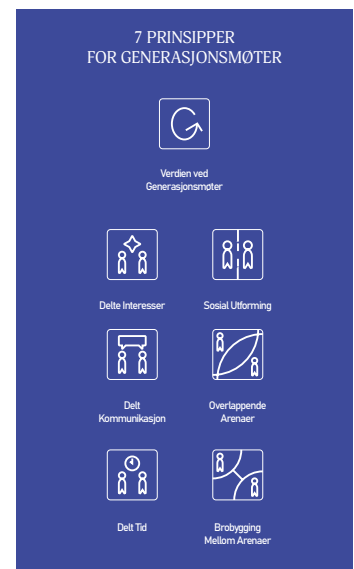


2



2

2



Skjebnens Marked

I de innledende fasene av prosjektet samarbeidet jeg med Emil Lewe fra KHiO med å skaffe et felles utgangspunkt gjennom en utforskende designøvelse. Vi ønsket å få et konkret bilde av hvordan folk i Norge oppfatter sin egen aldring og alderdom.

Et viktig punkt i utviklingen av aldersvennlige samfunn er at vi tenker mer på, og planlegger for hvordan vi vil ha det når vi blir eldre. Senteret for et Aldersvennlig Norge skapte i 2021 en informasjonskampanje som handlet om dette. I kampanjen ble planleggingen stykket opp i 5 sentrale temaer: Lokalmiljø, Bosituasjon, Vaner og rutiner, Aktiviteter og Sosialt Liv.³⁶

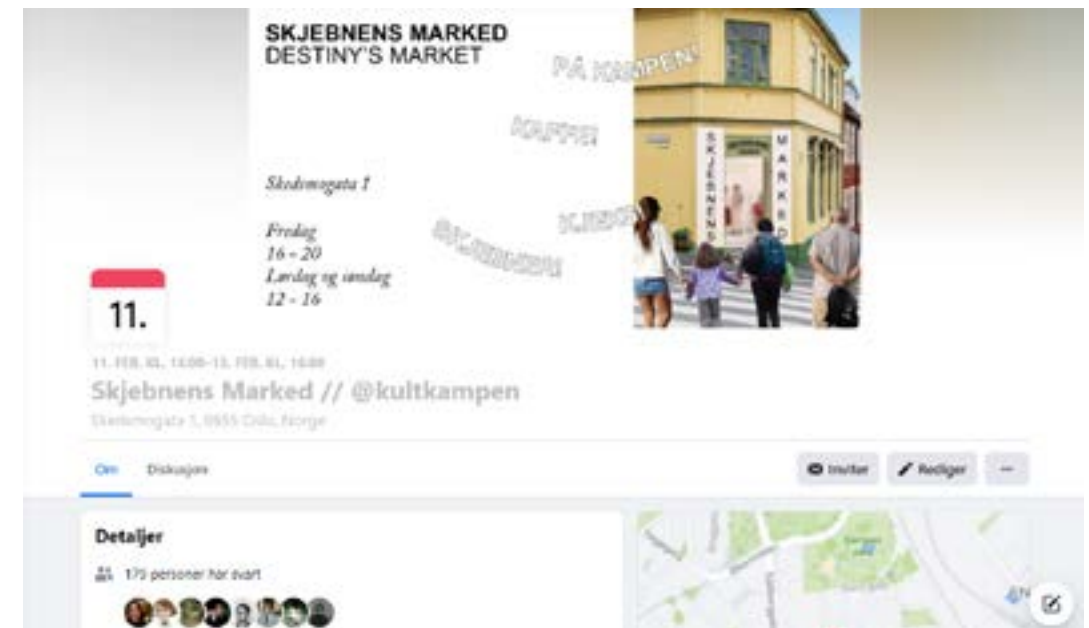
Gode råd til deg som vil leve et godt liv hele livet.

- Hvordan vil jeg bo?
- Hvor vil jeg bo?
- Hvordan vil jeg føle meg?
- Hva vil jeg fylle tiden med?
- Hvem vil jeg omgås?

[13]

I øvelsen tok vi utgangspunkt i kampanjen for å designe en tjeneste hvor folk kunne komme å spekulere i sin egen framtid. Vi kalte det for "Skjebnens Marked". Her stilte 5 fiktive organisasjoner opp med egne "stands" hvor besøkende kunne skrive ned og levere sin egen skjebne. En skjebne vil si en en beskrivelse av ønsker og behov for fremtiden hos en enkeltperson.

Vi fikk bruke et lokale i bydel Kampen i Oslo for å arrangere markedet over en helg. I løpet av disse 3 dagene kom rundt 200 besøkende innom, og vi fikk samlet opp over 500 skjebner.

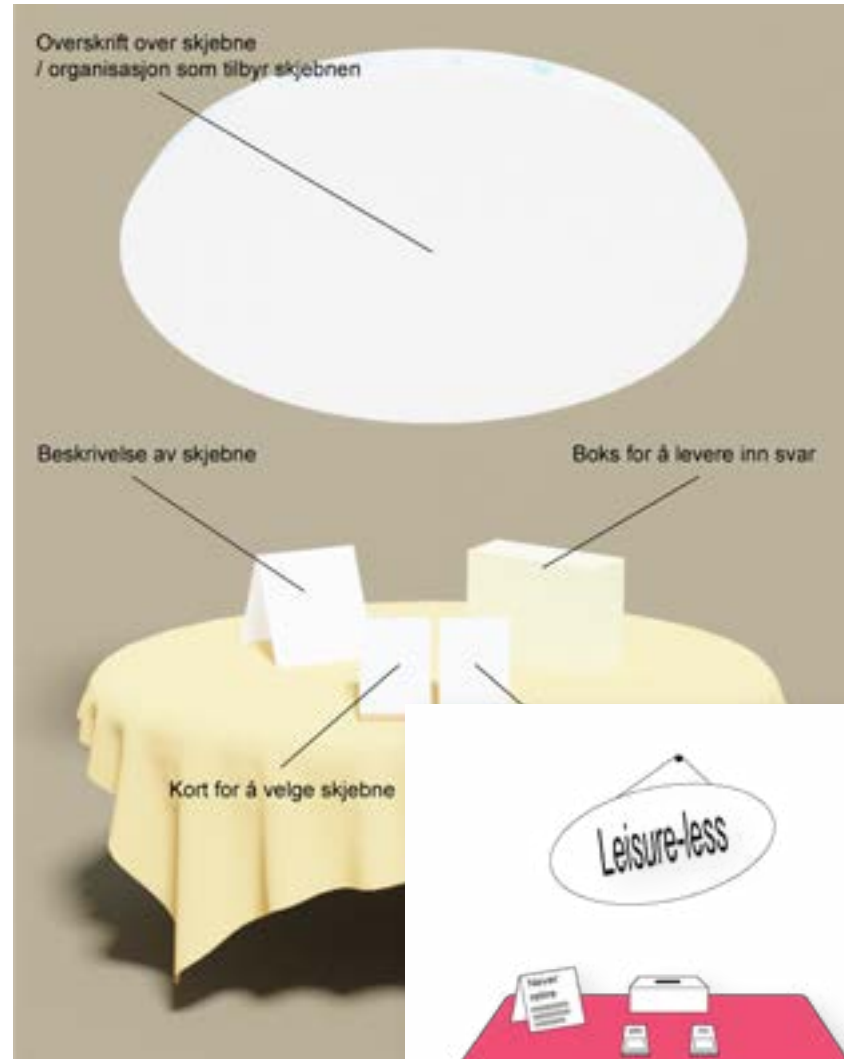


[14]

Markedet ble promotert gjennom et eget facebook-event samt plakater som vi hang opp rundt i nabolaget.

Forberedelser

Før markedet lagde jeg skisser av hvordan hver bod skulle se ut. Her tok jeg inspirasjon fra typiske boder på varemesser, hvor et selskap kommer for å presentere seg selv. På hver bod skulle det stå en egen boks hvor deltakere kunne levere skjebnen sin. Sammen med boksen fikk de informasjon, og et ark som de kunne begrunne og beskrive valg av skjebne.



I tillegg utviklet vi en egen brukerreise for markedet, som hjalp oss med å forstå hvilke materialer, rekvisitter og forberedelser vi måtte gjøre.

	Kritisk punkt		Kritisk punkt							
Ting	Promotering	DE KOMMER IKKE	Entry	Intro fra kunstnerne	DET ER IKKE SIKKERT FOLK GJEDDER	Utforskning	Valg av skjebner	Check up	Adjø	
Det omfatter	Oppheng av plakater facebook innlegg mail/drikke etc.		Oppmatte etter 1600 Ser på plakater ved inngangen snakker med andre inviteres inn	Utdeling av goodiebag Forklaring av messe Utdeling av pens/pensdorym		går rundt fra bord til bord leser lapper gjennoml oversikt	Velger et første bord å gå til begynne å skrive ned	Prat med hosts gratulasjon velkommen tilbake?	Exit, tar med seg minnet anbefaling	
Folk gjør	Folk går forbi plakat. Ser innlegg får invitasjon			Går inn og lytter ser rundt spørsmål		Forstå konseptene Identifisere alene eller med andre spise gods, drikk kogs	Bestemme seg begrunne	Oppsummerende info kvittering/kort	Sende melding om anbefaling	
Innsats	Innsats: lav			Innsats: lav		Innsats: lav		Innsats: lav	Innsats: lav	Lav
Folk oppnår	Forstå hva dette er Finn noen det er interessant for? Sette av dato huske dato			Forstå hva dette er		Dypere forståelse "sjablonemodus" Gira	Commitment få å få ting og innstilling mot å skrive ned ting Litt nerves	Commitment Personlig/litt intimt man gir fra seg noe?	nysgjerrig Personlig/litt intimt spørsmål	God helg :)
MOOD	Whatever/ oooo?			Litt skummelt Gay, vanlig utstilling?		Nysgjerrig nerves kanskje hva skriver jeg med nå? Høflig	Nervas Avslappet utforskning Nysgjerrig - interessant	Redd for å gjøre feil redd for at man gir fra seg noe? spent.	Glad/flettet inspirert	Glad/flettet inspirert
Ting som kan gå galt	Vet ikke hvor det er vet ikke når forstår ikke konsept dette er rikke for meg er dette en vanlig messe? koster det penger?		Føler seg ikke velkommen u sving	Man vil bare tittel! vil ikke commite hater ikke etter :)	Forstår ikke en dritt forvirring om dette er ekte? mistillit...	Forstår ikke ideen forstår ikke konsept forstår ikke hvordan man går frem - gjør det feil	Frustrasjon uengif	anbefaler ikke til noen		
Ekstra viktig						Vi er stiztede og følger opp tett oppfordrer folk til å skrive og svare på alle spørsmål	Ber noe endres på? ber svarene synliggjøres? Ber noe formidles for alle?			

Vår rolle på markedet var å hjelpe folk med å forstå idéen og ha samtaler med besøkende. Vi ga oss selv tittelen "Veiviser"; og trykket t-skjorter med denne teksten, som vi hadde på under markedet.





Emil for venner og hverdag

FUSIO
Skjerm for det sosiale liv

HUSER
Skjerm for fremtidsbyggere

SourceGroup
Spesialiserer på fremtidens arbeidsliv

Om masterprosjektet

Masteroppgaven (som er under utvikling) har fokus på alderdom, byutvikling, og visuell identitet.

Emil - Grafisk Design ved KHO,
Herman - Strategisk Design ved AHO.

Masteroppgaven, med tittel *Kjære Fremtid*, handler om å leve et godt liv, også som gammel. I oppgaven ønsker vi å sørge for at dagens eldre, så vel som fremtidens eldre kan leve et godt liv som ikke begrenses av ensomhet eller utilstrekkelighet innenfor aktiviteter og ambisjoner.

Oppgaven tar utgangspunkt i at mye av verdi og aktivitet lener seg i stor grad på å være yrkesaktiv, og at alt utenfor blir laftet opp. Vi blir frustrerte over at aktivitet tilsynelatende forenkles til mosjon i de eldres hverdag, og vi har tro på at i aktivitet så ligger det mye potensiale for å utføre noe fint. Akkurat hva dette er, er noe vi ønsker å finne ut. Vi har tro på at finnes et endeløst potensiale livets (potensielt) mest kreative fase.

Prosjektet avsluttes den 20. mai 2022.

Veiledere AHO: Einar Sveve Martinussen & Dan Hill
Veileder KHO: Martin Egge Lundell

Kontakt:
ehewe@gmail.com
hermantillett@gmail.com

bra til at kunst og kultur blir gjerres ved å blant annet søndager 10 - 15, ulike zone, og på skil tilby gratis i kulturlivet.

open for mer
]]

februar

[Emil - 2]





Datum: 10.10.11
 1. 2. 3. 4. 5. 6. 7. 8. 9. 10. 11. 12. 13. 14. 15. 16. 17. 18. 19. 20. 21. 22. 23. 24. 25. 26. 27. 28. 29. 30. 31. 32. 33. 34. 35. 36. 37. 38. 39. 40. 41. 42. 43. 44. 45. 46. 47. 48. 49. 50. 51. 52. 53. 54. 55. 56. 57. 58. 59. 60. 61. 62. 63. 64. 65. 66. 67. 68. 69. 70. 71. 72. 73. 74. 75. 76. 77. 78. 79. 80. 81. 82. 83. 84. 85. 86. 87. 88. 89. 90. 91. 92. 93. 94. 95. 96. 97. 98. 99. 100. 101. 102. 103. 104. 105. 106. 107. 108. 109. 110. 111. 112. 113. 114. 115. 116. 117. 118. 119. 120. 121. 122. 123. 124. 125. 126. 127. 128. 129. 130. 131. 132. 133. 134. 135. 136. 137. 138. 139. 140. 141. 142. 143. 144. 145. 146. 147. 148. 149. 150. 151. 152. 153. 154. 155. 156. 157. 158. 159. 160. 161. 162. 163. 164. 165. 166. 167. 168. 169. 170. 171. 172. 173. 174. 175. 176. 177. 178. 179. 180. 181. 182. 183. 184. 185. 186. 187. 188. 189. 190. 191. 192. 193. 194. 195. 196. 197. 198. 199. 200. 201. 202. 203. 204. 205. 206. 207. 208. 209. 210. 211. 212. 213. 214. 215. 216. 217. 218. 219. 220. 221. 222. 223. 224. 225. 226. 227. 228. 229. 230. 231. 232. 233. 234. 235. 236. 237. 238. 239. 240. 241. 242. 243. 244. 245. 246. 247. 248. 249. 250. 251. 252. 253. 254. 255. 256. 257. 258. 259. 260. 261. 262. 263. 264. 265. 266. 267. 268. 269. 270. 271. 272. 273. 274. 275. 276. 277. 278. 279. 280. 281. 282. 283. 284. 285. 286. 287. 288. 289. 290. 291. 292. 293. 294. 295. 296. 297. 298. 299. 300. 301. 302. 303. 304. 305. 306. 307. 308. 309. 310. 311. 312. 313. 314. 315. 316. 317. 318. 319. 320. 321. 322. 323. 324. 325. 326. 327. 328. 329. 330. 331. 332. 333. 334. 335. 336. 337. 338. 339. 340. 341. 342. 343. 344. 345. 346. 347. 348. 349. 350. 351. 352. 353. 354. 355. 356. 357. 358. 359. 360. 361. 362. 363. 364. 365. 366. 367. 368. 369. 370. 371. 372. 373. 374. 375. 376. 377. 378. 379. 380. 381. 382. 383. 384. 385. 386. 387. 388. 389. 390. 391. 392. 393. 394. 395. 396. 397. 398. 399. 400. 401. 402. 403. 404. 405. 406. 407. 408. 409. 410. 411. 412. 413. 414. 415. 416. 417. 418. 419. 420. 421. 422. 423. 424. 425. 426. 427. 428. 429. 430. 431. 432. 433. 434. 435. 436. 437. 438. 439. 440. 441. 442. 443. 444. 445. 446. 447. 448. 449. 450. 451. 452. 453. 454. 455. 456. 457. 458. 459. 460. 461. 462. 463. 464. 465. 466. 467. 468. 469. 470. 471. 472. 473. 474. 475. 476. 477. 478. 479. 480. 481. 482. 483. 484. 485. 486. 487. 488. 489. 490. 491. 492. 493. 494. 495. 496. 497. 498. 499. 500. 501. 502. 503. 504. 505. 506. 507. 508. 509. 510. 511. 512. 513. 514. 515. 516. 517. 518. 519. 520. 521. 522. 523. 524. 525. 526. 527. 528. 529. 530. 531. 532. 533. 534. 535. 536. 537. 538. 539. 540. 541. 542. 543. 544. 545. 546. 547. 548. 549. 550. 551. 552. 553. 554. 555. 556. 557. 558. 559. 560. 561. 562. 563. 564. 565. 566. 567. 568. 569. 570. 571. 572. 573. 574. 575. 576. 577. 578. 579. 580. 581. 582. 583. 584. 585. 586. 587. 588. 589. 590. 591. 592. 593. 594. 595. 596. 597. 598. 599. 600. 601. 602. 603. 604. 605. 606. 607. 608. 609. 610. 611. 612. 613. 614. 615. 616. 617. 618. 619. 620. 621. 622. 623. 624. 625. 626. 627. 628. 629. 630. 631. 632. 633. 634. 635. 636. 637. 638. 639. 640. 641. 642. 643. 644. 645. 646. 647. 648. 649. 650. 651. 652. 653. 654. 655. 656. 657. 658. 659. 660. 661. 662. 663. 664. 665. 666. 667. 668. 669. 670. 671. 672. 673. 674. 675. 676. 677. 678. 679. 680. 681. 682. 683. 684. 685. 686. 687. 688. 689. 690. 691. 692. 693. 694. 695. 696. 697. 698. 699. 700. 701. 702. 703. 704. 705. 706. 707. 708. 709. 710. 711. 712. 713. 714. 715. 716. 717. 718. 719. 720. 721. 722. 723. 724. 725. 726. 727. 728. 729. 730. 731. 732. 733. 734. 735. 736. 737. 738. 739. 740. 741. 742. 743. 744. 745. 746. 747. 748. 749. 750. 751. 752. 753. 754. 755. 756. 757. 758. 759. 760. 761. 762. 763. 764. 765. 766. 767. 768. 769. 770. 771. 772. 773. 774. 775. 776. 777. 778. 779. 780. 781. 782. 783. 784. 785. 786. 787. 788. 789. 790. 791. 792. 793. 794. 795. 796. 797. 798. 799. 800. 801. 802. 803. 804. 805. 806. 807. 808. 809. 810. 811. 812. 813. 814. 815. 816. 817. 818. 819. 820. 821. 822. 823. 824. 825. 826. 827. 828. 829. 830. 831. 832. 833. 834. 835. 836. 837. 838. 839. 840. 841. 842. 843. 844. 845. 846. 847. 848. 849. 850. 851. 852. 853. 854. 855. 856. 857. 858. 859. 860. 861. 862. 863. 864. 865. 866. 867. 868. 869. 870. 871. 872. 873. 874. 875. 876. 877. 878. 879. 880. 881. 882. 883. 884. 885. 886. 887. 888. 889. 890. 891. 892. 893. 894. 895. 896. 897. 898. 899. 900. 901. 902. 903. 904. 905. 906. 907. 908. 909. 910. 911. 912. 913. 914. 915. 916. 917. 918. 919. 920. 921. 922. 923. 924. 925. 926. 927. 928. 929. 930. 931. 932. 933. 934. 935. 936. 937. 938. 939. 940. 941. 942. 943. 944. 945. 946. 947. 948. 949. 950. 951. 952. 953. 954. 955. 956. 957. 958. 959. 960. 961. 962. 963. 964. 965. 966. 967. 968. 969. 970. 971. 972. 973. 974. 975. 976. 977. 978. 979. 980. 981. 982. 983. 984. 985. 986. 987. 988. 989. 990. 991. 992. 993. 994. 995. 996. 997. 998. 999. 1000.

Med denne øvelsen ønsket vi å få en mer kvantitativ oversikt over hvilke fremtidsscenarioer som var ettertraktet hos deltakerne. Vi innså at hvis vi kun skriver idealsituasjoner, så ville det bli for lett for deltakerne å velge skjebne, og dette ville kanskje ikke skape så mye refleksjon. Derfor sørget vi for at alle skjebnene hadde positive og negative sider ved seg. Øvelsen ligner derfor på novellen "Monkey's Paw" av W. W. Jacobs, hvor man får tre ønsker men at alle ønskene fulgte med et negativt aspekt.³⁷

ALTERNATIV 1

ALTERNATIV 2

ALTERNATIV 3

Jeg velger skjebne nr:

1

2

3

Min alder i dag
Min alder når skjebnen oppfylles

28
70

Jeg velger denne skjebnen fordi:

I don't really agree because it would make life at 70 more ~~excited~~ exciting when meeting other world-views, but I might be able to relativate this Echochambre by my previous experiences. It can also be comfortable and fun to hang with people you agree with. Also boring.

Hver stand hadde hver sine 3 skjebner. Overordnet for disse skjebnene var at én omhandlet at man hadde mer trygghet i livet, men mindre frihet, den andre handlet om mer frihet men mindre trygghet, og den tredje var en slags "joker" som varierte fra bod til bod.



Kommentarer fra de besøkende:

"Man blir satt i et skikkelig eksistensielt fokus. Jeg føler at jeg sto ovenfor et viktig valg, jeg måtte tenke meg grundig om."

"Når jeg ser det negative ved skjebnene så tenker jeg at jeg ikke ville valgt noen av dem. Samtidig så er det alltid noe negativt med alle tilværelser, det er bare at jeg velger å ikke tenke på dem."

"Da jeg skulle velge en skjebne så måtte jeg liksom "begrunne" hvorfor, og prøve å se det positive i det negative - jeg prøvde å finne smutthull som gjorde at jeg kunne stå i det negative og at det likevel gikk bra."

Resultater fra de Definerede skjebnene

Vi talte opp alle skjebnene. Gjennomgående for alle kategoriene var at majoriteten valgte skjebnene som handlet om trygghet og mangel på frihet, med unntak av skjebnen som omhandler aktiviteter. På de neste sidene ser du de mest populære skjebnene sammen med begrunnelser som fulgte med.

Lokalmiljø

Stedet du lever i er helt vanlig. Ingenting spesielt skjer, alt forblir i vater.

71%

“Jeg er en rolig person, og jeg kommer til å søke etter et rolig sted”

“Jeg kan alltid pendle til et mer livlig område”

“Jeg ønsker meg forutsigbarhet når livet mitt er så uforutsigbart ellers”

“Jeg kan selv fasilitere for at ting skjer i mitt nabolag”

Bolig

Du lever i et godt hjem, med alt du trenger av aktiviteter, underholdning og sosiale hendelser. Du mister totalt lysten til å gå ut og forblir hjemme.

61%

“Det er greit å bli hjemme så lenger jeg får tilgang til aktiviteter, sosialt liv og underholdning”

“Trygghet”

“Minst risiko”

“Dette er sannsynlig for meg, jeg kan skape ting hjemme”

Vaner og rutiner

Du har en variert og verdifull hverdag, med opplevelser, tid for deg selv, alt som kan gi deg et meningsfullt liv. Men ingen ting i denne hverdagen har du kontroll over, alt bestemmes for deg av noen andre.

57%

“Jeg vil ha det slik når jeg bor på aldershjem”

“Når jeg blir gammel har jeg allerede gjort det meste av hva jeg har lyst til å gjøre”

“Jeg er lei av å passe på meg selv”

Aktiviteter

Du finner en aktivitet som blir din største lidenskap, det fyller ditt liv med mening og verdi, men alt annet rundt deg forsvinner.

50%

“Livet kan bli meningsløst i sine siste faser”

“Jeg har alltid ønsket meg dette, og klarer ikke oppnå det nå”

“Når jeg er opphengt i noe, så føler jeg meg lykkelig, og når jeg er lykkelig så reflekteres det over på de rundt meg”

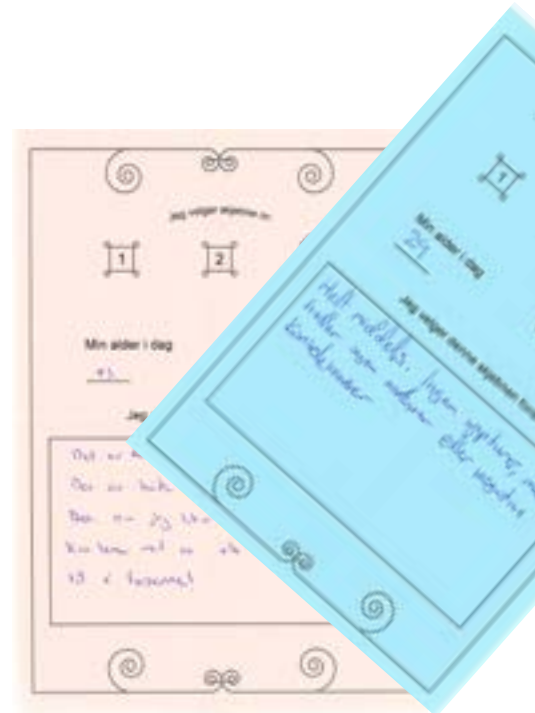
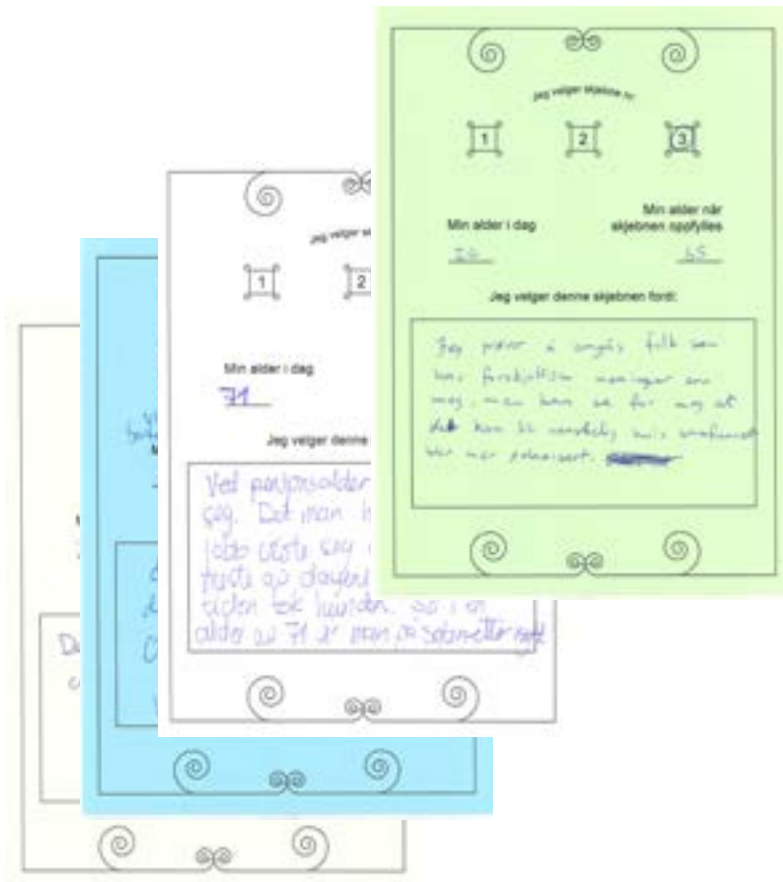
Sosialt Liv

Du omgås med folk som har holdninger, meninger og verdier lik dine egne. Du har meningsfulle samtaler om ting som interesserer deg. Samtidig isoleres du fra andre tanker som står i konflikt med dine egne.

45%

“Dette er veldig relaterbart”

“Jeg kan alltid prosessere mine egne tanker”



Konklusjon fra de definerte skjebnene

Etter at vi hadde gått gjennom resultatene, så vi at samtlige deltakere enten assosierte skjebnene med sin egen situasjon, eller ting de har sett i samfunnet rundt seg. Når man skal spekulere i fremtiden er det viktig å ha noen parametre å gå ut fra, men når man kun går ut fra sin egen situasjon og erfaring så påvirker det svarene. Det interessante med de definerte skjebnene er derfor at de fungerte som et slag “samfunnsspeil” som viser at enkelte oppfatninger deles av flere.

Å gå ut fra definerte skjebner blir derfor en slags måte å “ta tempen” på holdninger og verdier til alderdommen som eksisterer i dag.



Udefinerte Skjebner

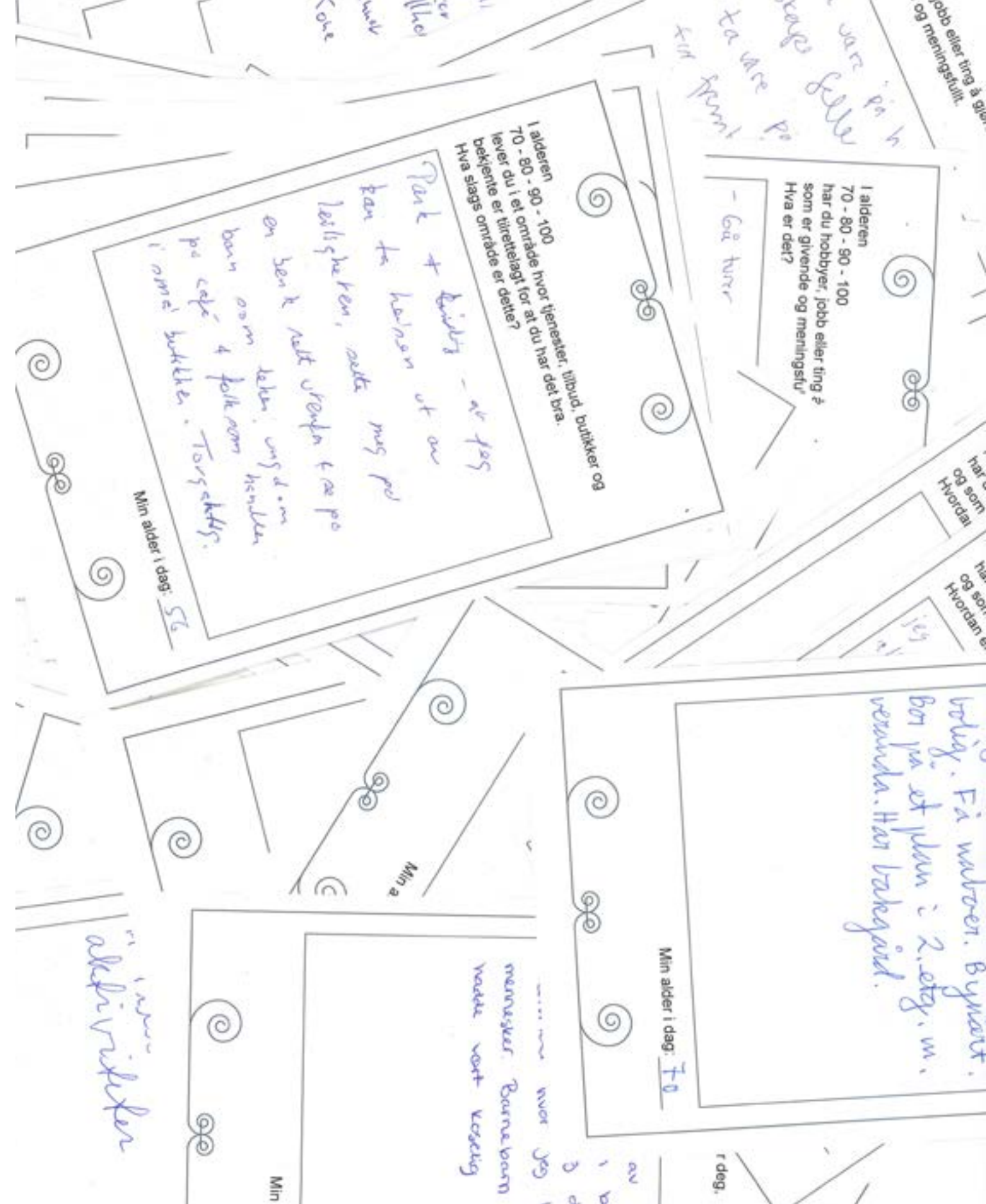
I denne fasen av eventet lot vi deltakerne selv få definere akkurat hva skjebnen deres skulle gå ut på. Dette var mer i stil med kampanjen til Senteret for et Aldersvennlig Norge, og resultatene viste også til et stort mangfold. Her ble deltakerne også mer observante på verdien av å tenke på alderdommen i seg selv:

“Er dere klare over hvor mange frø dere sår med denne øvelsen? Jeg tror veldig få av de som kommer hit tenker så mye på framtiden sin, men når de definerer det så får de plutselig etablert seg et bilde av hva det kan være, som de kan jobbe mot”

—Deltaker på “Skjebnens Marked”

Da jeg skulle bearbeide disse skjebnene skjønte jeg hvor viktig det ville bli å ikke snevre noe inn, men heller bruke de som et bevis på mangfoldet av Norske fremtider. Mange av deltakerne skrev også lange tankerekker som dannet et bilde av steder, omgivelser og scenarier.

Basert på dette ønsket jeg å føre denne innsikten videre som en egen spekulativ leveranse. Dette kan du lese mer om i kapittelet “Utvikling av konseptene” og “Leveranse 1 - Arkiv over Norske Skjebner”, hvor jeg går gjennom hvordan jeg kategoriserte og strukturerte disse skjebnene, og tilbakemeldinger på denne leveransen.



Generasjonsvennskap

Før prosjektet startet, besøkte jeg Kampen omsorg+. Dette er en leilighet med innebygde tjenester som bibliotek, utleibare rom, apotek og kantine. Her møtte jeg på en gjeng damer, som etter hvert har blitt mine venner. Sammen startet vi et intergenerasjonelt initiativ fra en gjensidig interesse for litteratur.

I dette kapitlet går jeg gjennom bokklubben "Leselyst" som vi startet sammen, og et generasjonsmøte som vi arrangerte med yngre.

Kapitlet oppsummeres med hovedfunn som handler om hvilke verdier som de yngre og eldre følte kom ut av møtet og vennskapet.



Bokklubben Leselyst

I starten av dette prosjektet satte jeg meg målet om å få minst 10 eldre venner, og utforske hva som kan komme ut av et slikt vennskap. Ambisjonen min med et slikt "generasjonsvennskap" var at det skulle føre til gjensidig samhandling og initiativ, som er utenfor institusjonelle og ideelle tiltak og systemer. Det var viktig for meg å ikke projisere mine tanker og ønsker umiddelbart om hva dette skulle bli, men heller avtale uformelle møter og utforske dette sammen.

Med vennene mine fra Kampen Omsorg+ har vi møttes jevnlig gjennom prosjektet og gradvis oppnådd et fint vennskap med mange gode samtaler.

Under et av møtene våre kom vi inn på temaet om litteratur. Anne nevnte at hun tidligere hadde fått mye glede ut av å være i bokklubber og lesesirkler, Lise sa seg enig. For min del leser jeg en del, men jeg hadde aldri vært i en bokklubb, så jeg spurte om vi skulle starte en bokklubb sammen.

Til å begynne med var det litt nøling. "Vil ikke det bli vanskelig?". Men jeg tok det på alvor, og kom med forslag til hvordan vi kunne gå frem.

Vi fant fort ut at vi måtte ha et navn, som de andre skulle finne ut av seg i mellom med sine venner på huset. Ettersom at dette skulle bli en intergenerasjonell bokklubb, ble vi enige om å ha et rigg for å inkludere flere og kommunisere klubben utover. Forslag som "Lesehestene", "Aldri Mett", "Lesehurdene" og "Leselyst" kom opp, og jeg designet forslag til logoer for disse navnene. Vi landet omsider på tittelen Leselyst, som var nøytral og fin.



Le —

se —

lyst!



"Jeg får inntrykket av at unge menn leser mye Krim om dagen?"

"Jeg har aldri lest krim før"

Hva tenker dere yngre at eldre leser da?

"Jeg får inntrykk av at mange eldre er glad i sånne kioskromaner"

"Nei, det holder jeg meg unna, jeg leser mest skjønnlitteratur"

"Men hva leser yngre menn mye av da?"

"Det vet jeg ikke"

"Jeg leser en del science fiction, det er litt som å lese om dagens tilstander, men hvor det trekkes ut til det ekstreme"

"Blir ikke science fiction en slags virkelighetsflukt?"

"Ikke egentlig, det handler jo om mye av dagens samfunn, men en slags fantasiversjon av det samfunnet, jeg synes det er en fin måte å se hvordan ting er i dag fra en annen synsvinkel, da"

"Jeg synes science fiction er interessant. Når jeg har blitt eldre opplever jeg at historiene har blitt til virkelighet. Fortellinger om snakkende rom er plutselig vanlig i hjem og på kontorer..."

Med Leselyst inviterte jeg en gjeng yngre venner til et generasjonsmøte om litteratur. Det ble servert kake, og alle fikk spørsmål om litteratur som de liker. Under møtet hadde deltakerne flere interessante spørsmål til hverandre om preferanser hos hver generasjon, hva eldre likte da de var yngre og hva hver av aldersgruppene tenkte om hverandres interesser innenfor litteratur.

Til venstre har jeg satt opp et bruddstykke fra samtalene. Utsagnene kommer fra forskjellige personer i møtet.



Veien videre for Leselyst

Underveis har vi hatt flere samtaler om intensjonene med bokklubben. Til å begynne med snakket vi om at refleksjonene som kommer ut av generasjonsmøtene kan kobles til tidsskriftsspalter, eller fungere som et slags rådgivningsorgan ovenfor organisasjoner. Vi har også snakket om å skrive våre egne tekster og gi ut samlinger med disse.

Det viktigste med Leselyst har vært at vi etablerte en plattform gjennom en gjensidig interesse, som har skapt en motivasjon fra begge parter for at initiativet kan leve videre. På den måten har Leselyst vært en samskappingsprosess som har gitt meg mye innsikt om hva som er mulig når generasjoner først får en anledning til å møtes og dele interesser.

Vennskap som metode

Å etablere vennskap er en bærekraftig måte for yngre og eldre å finne felles interesser og holde initiativer gående. For å etablere flere vennskap behøves flere eksempler som Leselyst. Som en refleksjonsøvelse over hvordan generasjonsvennskap kan skaleres opp, har jeg brukt den strategiske designmetoden "Snowball".

En av hindringene for Leselyst var at det var vanskelig å finne bøker nok til alle. For at vennskapet skal gro så forutsetter det at initiativet enten har en form for støtteapparat rundt seg, eller noen som kan sørge for at ikke hindringer på veien blir for store.

Hvis vi tar utgangspunkt i de eksisterende økonomiske systemene som underbygger dagens generasjonsmøter, vil Leselyst komme "fra-bunnen-av-og-opp", i stedet for "ovenifra-og-ned". For liknende initiativer kan for eksempel kommunale midler brukes for å oppnå flere prototyper og holde eksisterende vennskapsinitiativer gående.



Artefakter av Leselyst Incorporated, og Leselyst som spaltist i VG

"Snowball" dynamikk

Refleksjonsøvelse i hvordan initiativ som kommer fra generasjonsvennskap kan opprettholdes og skaleres

Prototype fra ett enkelt sted
Data/Læring om verdi

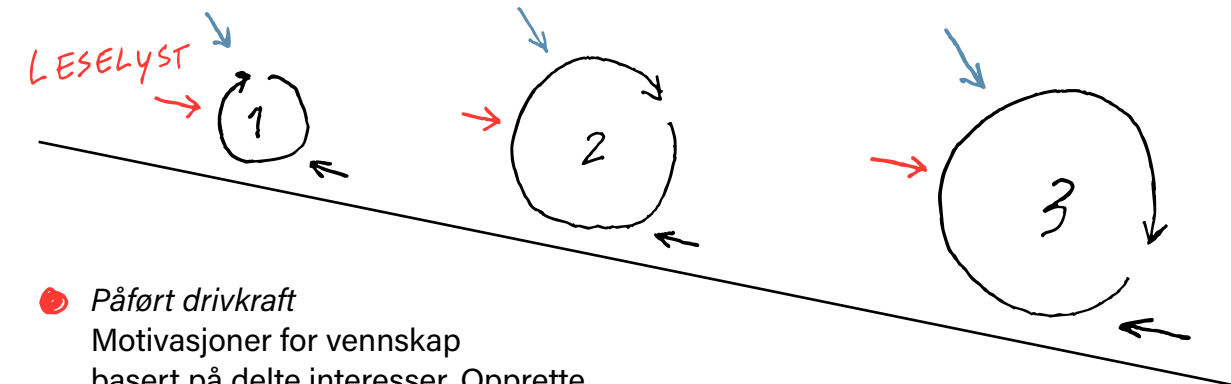
Prototyping på flere steder
Større bevisgrunnlag/Delt læring om verdi

Prototyping på mange steder/Overbevisende verdigrunnlag

(Mangler) Lokal støtte til generasjonsinitiativ

(Mangler) Regional støtte

(Mangler) Nasjonal støtte



● Påført drivkraft
Motivasjoner for vennskap basert på delte interesser. Opprette samlet initiativ, foretak, aktivitet etc.

● Friksjon fra eksisterende system
Uvitenhet/usikkerhet om å engasjere seg med andre generasjoner. Manglende opplysning hos lokale myndigheter om vennskapene. Manglende arenaer for å oppsøke og finne andre med like interesser og behov. Forskjell i kommunikasjonskanaler hos generasjonene.

● Tyngdekraft fra strategisk mål*
(Her beskriver jeg mulige områder for støtte)
Plattformer for å synliggjøre vennskap. Støtteordninger til initiativ som kommer ut av generasjonsvennskap. Nettverksorganer til eksisterende initiativer eller ordninger. Konkrete arrangementer som underbygger vennskap. Implementering av generasjonsvennskap som nødvendig i offentlige tjenester. Omorganisering av kommunale, regionale og statlige organisasjoner til å involvere avdelinger og råd for generasjonsvennskap.

*Tyngdekraften vil si forskjellige former for politisk eller økonomisk støtte ut fra at generasjonsmøter kan oppfylle strategiske mål.

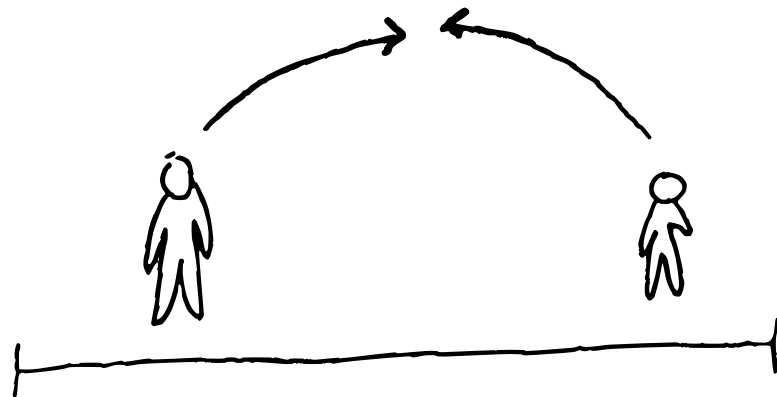
Refleksjoner

Den viktigste opplevelsen min fra dette vennskapet har vært å innse hvor uvanlig det er, og det har vært interessant å prøve og finne ut hvorfor. Både når jeg spør meg selv, og når jeg har spurt andre i løpet av prosjektet har svaret som regel vært "Ja.. Hvorfor er det sånn egentlig?". Uvitenhet om at det er mulig kan møtes ved å stille spørsmålet oftere og til flere. Vennskapet i seg selv vært et bevis på at det er mulig, og jeg tror mange flere vil ha glede av å oppleve flere generasjonsvennskap.

Selv opplevde jeg at vennskapet ble mer forpliktende og gjensidig da vi opprettet bokklubben. Å ha en felles plattform kan med andre ord senke terskelen for å holde kontakten.

Ettersom at vennene mine bor i en leilighet som er litt i grenseland mellom privatbo og institusjon, opplevde jeg at vårt uforpliktende vennskap ble forvirret med frivillig innsats, da en av de ansatte i leiligheten krevde at jeg skrev under på en frivillighetskontrakt.

Han fortalte meg at alle som gjør initiativ på huset måtte skrive under. Da jeg spurte om de andre også måtte skrive under, sa han nei. Det er tydelig at generasjonsvennskap fort kan falle under frivillighet, men jeg vil tørre å påstå at det er noe helt annet og at det behøves et større fokus på å unngå blanding mellom vennskap og frivillighet for at eldre og yngre skal føle at relasjonen er gjensidig.



Etter generasjonsmøtet med Leselyst samlet jeg opp insikter om hva deltakerne så på som verdifullt ved møtet. Dette er en serie nøkkelinnsikter for prosjektet, som jeg har valgt å kalle for "Motivasjoner".

MOTIVASJONER

ELDRE

Kunnskap

De yngre kjenner til nye samfunnstrender, enten det er teknologi, vitenskap eller kultur — som er noe mange eldre kan ha god nytte av å få kunnskap og innsikt om.

Drivkraft

Yngre har generelt stor drivkraft til å sette i gang med nye ting som er spennende og gøy. Sammen med eldre kan yngre sørge for å sette delte ideer og ønsker i live.

Dyrking av interesser

Tidligere ville det aldri falt de eldre deltakerne inn å oppsøke yngre for å dyrke en ny interesse, men meddelte at det kan tilføre mye ekstra verdi når deler en interesse på tvers av alder.

Nye synsvinker

I møte med de yngre trakk de eldre fram flere ting de gjorde i sin fortid, og å sammelikne dette med de yngres tanker og verdsett kan utvide verdensbildet til eldre og gjøre det lettere for dem å imøtekomme de yngre.

YNGRE

Visdom

En deltaker påpekte at han kunne ønsket å ha flere møter med eldre fordi de allerede har levd et helt liv, og trolig har mye relaterbar kunnskap om situasjoner han står i og kommer til å stå i.

Roe ned

Eldre lever i en annen hastighet enn de yngre, og å være blant eldre gir en atmosfære som får deg til å roe ned og koble av fra alt annet.

Dyrking av interesser

Dette gjalt også for de yngre deltakerne, og går i større grad på tid, når flere yngre venner allerede er aktive og opptatte har eldre mer fritid til å dyrke en interesse med de yngre

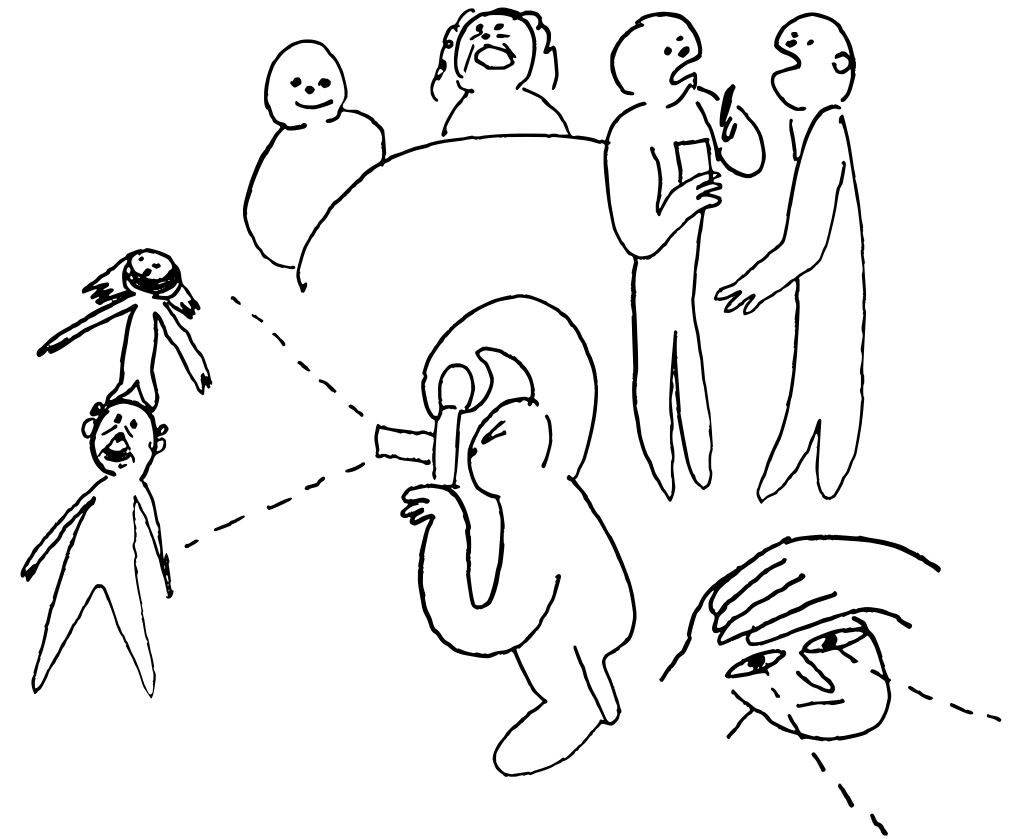
Nye synsvinker

For yngre er det i likhet med eldre, interessant å se hvilke tanker og verdsett som går igjen historisk, som gir et større sammenlikningsgrunnlag og aksept.

Feltarbeid

Gjennom kontakt med ansatte i Asker, Lillestrøm og Oslo har jeg gjort observasjoner i feltarbeid på steder i hver kommune. Dette har vært for å få et overblikk over hvilke arenaer som brukes av hvem, hvordan de brukes, aldersmangfoldet i offentlige rom, samt å besøke arenaer som ansatte i Asker og Lillestrøm Kommune mente var godt tilrettelagt for flere generasjoner.

Ut fra disse observasjonene har jeg gradvis opparbeidet en serie hovedfunn om tendenser rundt hvordan yngre og eldre bruker lokalmiljøet sitt.



Lillestrøm Sentrum

I Lillestrøm by gjorde jeg et feltarbeid sammen med Brit og Aud fra Eldrerådet i kommunen. Vi gikk gjennom sentrum og pratet om nye og kommende utviklingsprosjekter.

Funn

I Kanalparken i Lillestrøm er det ganske nylig bygd en skatepark. Den ligger ganske isolert fra omkringliggende infrastruktur, derfor er det ikke så mange eldre og yngre som oppholder seg der eller utfører aktiviteter på samme sted eller område.



Asker Sentrum

Da jeg besøkte Asker observerte jeg et mylder av eldre og yngre i de offentlige rommene. Jeg besøkte innbyggertorget der på dagtid, og da var det utelukkende eldre som oppholdt seg der.

Funn

Jeg observerte lite interaksjon mellom aldersgruppene tross mangfoldet på torget i sentrum. Et unntak var da to jenter satt opp en bod hvor de solgte boller for å samle inn støtte til krigen i Ukraina. Umiddelbart kom flere eldre bort for å kjøpe boller og prate med jentene.

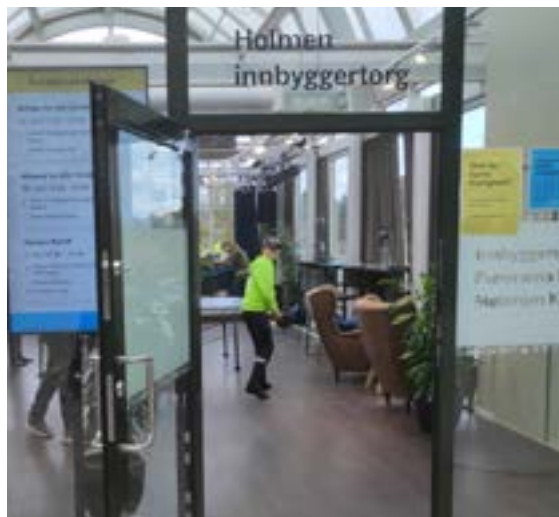


Holmen Innbyggertorg

På Holmen besøkte jeg innbyggertorget der, som består av to separate lokaler -et som brukes mer av yngre, og et som brukes mer av eldre.

Funn

De yngre og eldre som oppholdt seg der, hadde opplevd å veldig lite interaksjon med hverandre. Samtidig fortalte de meg at de gjerne kunne gjort aktiviteter sammen hvis det fantes noen.



Botanisk Hage, Oslo

Til Palmehuset i Botanisk Hage, intervjuet jeg en mystisk mann på 80 år som kommer én gang i uka for å henge ut og formidle om plantene til besøkende. Dette har han gjort hver uke i 6 år. Ved å holde på denne rutinen i så mange år, har han etablert seg en egen rolle utenom det vanlige; en slags plate -og bærekraftsformidler.

Funn

Grunnen til at han opparbeidet seg vanen, kom av en serie tilfeldigheter. Interessen for planter kom fra et familiemedlem for ikke så mange år siden, og det var mer eller mindre flaks at det er et offentlig og lunt lokale i parken som han kan oppholde seg på og dyrke denne interessen.



Frogner Seniorcenter, Oslo

Her deltok jeg på et litteraturkurs som i utgangspunktet var ment for eldre. Kurset var både spennende og innsiktsfullt, og jeg opplevde ikke at opplegget var noe mindre relevant for meg som yngre.

Funn

Etter litteraturkurset kjaset jeg litt med en gjeng eldre som spiste i kantinen i bygget. De fortalte meg at de ofte holder små slideshow-presentasjoner for hverandre om ting de synes er gøy og interessant. Da jeg spurte om å bli med neste gang sa de at jeg må være gammel for å få bli med.

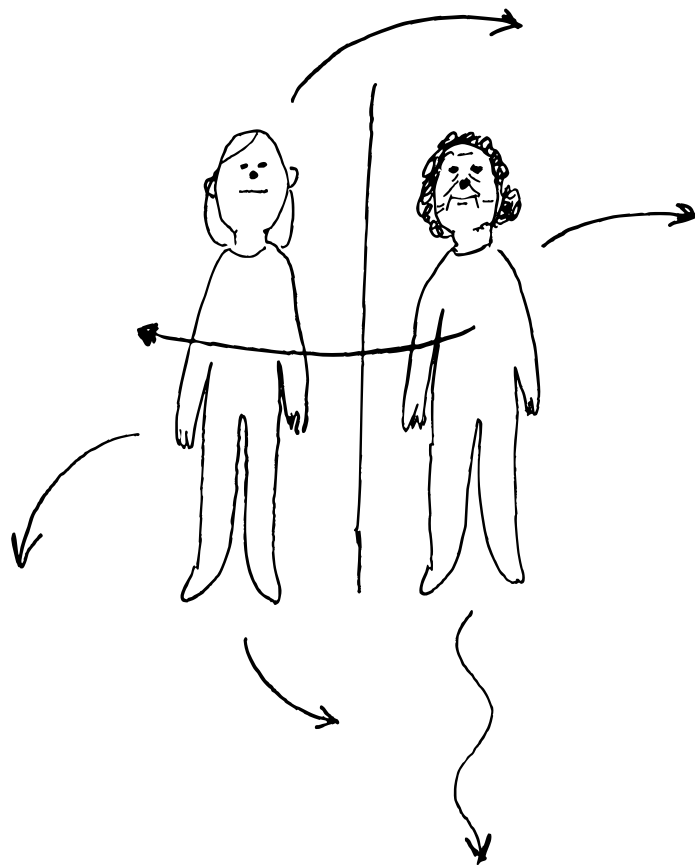


Hovedfunn: Tendenser

Basert på feltarbeidet har jeg samlet opp disse nøkkelfunnene inn i det jeg har valgt å kalle for "Tendenser".

Tendensene beskriver forskjellige motivasjonsfaktorer eller handlingsmønstre blant eldre og yngre i lokalsamfunn. Tendensene er mest sannsynlig kulturelt betinget fra sted til sted, men mye av det vil trolig også være gjeldende i lokalmiljø utenfor de stedene jeg har utført mitt feltarbeid.

Disse tendensene har jeg brukt som innsiktsgrunnlag i utviklingen av designeksemplene for hovedleveranse 2.



TENDENSER

Verdi i aktivitetene

I kommunene er det generelt en god miks av eldre og yngre i det offentlige rommet, men hvor interaksjon først oppstår i delte aktiviteter.

Infrastruktur for én

Når steder tilrettelegges for en bestemt målgruppe, har vi lett for å glemme andre grupper som også kan ha glede av å oppholde seg på samme sted til andre formål.

De gyldne timene

Arenaer som er tilrettelagt for flergenerasjonelt bruk, betyr ikke at de brukes på samme tidspunkt. Ofte oppholder mange eldre seg på et sted samtidig, og har reist videre før yngre er på plass.

Aktiviteter for én

Eldre som har lite kontakt med yngre generasjoner kommer av at de ikke får de samme tilbudene. Det samme gjelder yngre generasjoner.

Skråstilte samfunnsbidrag

For eldre som ikke lenger bruker masse tid på jobb, åpnes muligheten for å gjøre mye annet. Hvis man får tid og rom til å velge, kan man finne verdi i mange nye og kreative måter å bruke lokalmiljøet sitt på.

7 Designprinsipper for Generasjonsmøter

Basert på Tendensene og Verdiene, har jeg utformet 7 prinsipper med de viktigste målsetningene som må oppfylles for at mer kontakt mellom eldre og yngre kan oppstå.

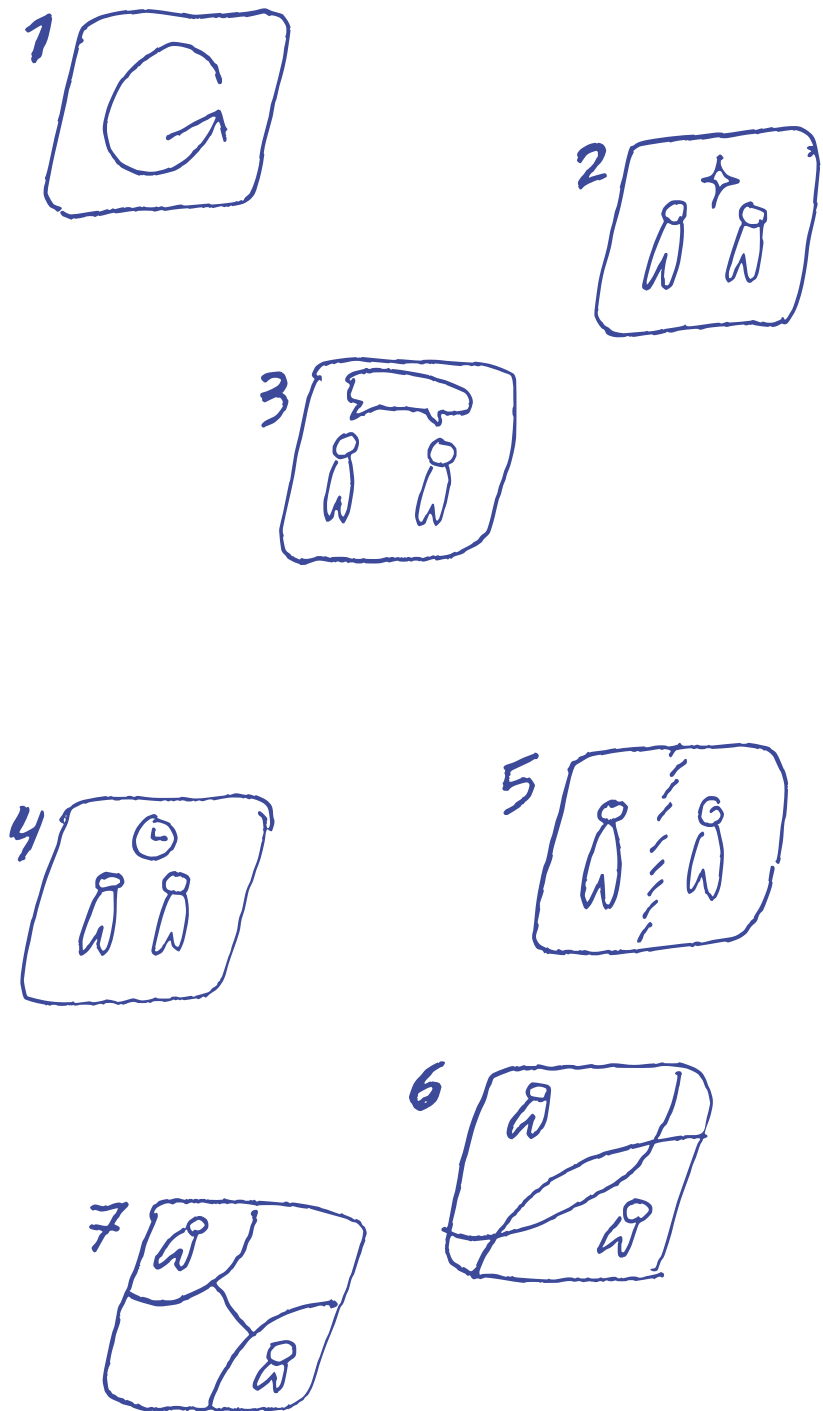
Prinsippene skiller seg fra Verdiene og Tendensene ved at de skal fungere som mer universelle "huskereglene" for å validere hvorvidt et lokalmiljø, tjeneste eller system skaper eller hindrer kontakt mellom yngre og eldre. Disse prinsippene har jeg brukt som et verktøy for å utforme en av leveransene i dette prosjektet.

For validere disse prinsippene, har jeg trukket frem sitater fra intervjuer om generasjonsmøter med ansatte på Holmen, Borgen og Asker innbyggertorg.

De ansatte på innbyggertorgene har siden oppstarten i 2019 jobbet med å gjøre om det som tidligere har vært et samlested kun for eldre, til et samlested for alle. Prosessen har vært krevende, spesielt under COVID, men gjennom det målrettede arbeidet har de likevel gjort seg mange gode erfaringer om hvilke faktorer som kan skape kontakt mellom yngre og eldre.

"Jeg opplever at det ofte er helt basic ting som skiller oss, slik som støy og tid"

—Ansatt på Holmen innbyggertorg



Jeg har valgt å bruke innsikten fra intervjuene med de ansatte på innbyggertorgene som begrunnelser for en serie prinsipper for generasjonsmøter. Prinsippene har jeg utviklet og validert fra feltarbeider og intervjuer gjennom hele prosjektet, og til gjengjeld har prinsippene hjulpet meg med å få en dypere forståelse av hvorvidt lokalmiljø, tjenester, aktiviteter og systemer muliggjør eller hindrer generasjonsmøter.

Med hjelp fra arkitektbyrået Framlab, som har jobbet med byrom som innbyr til sosialisering for å motvirke ensomhet, har jeg fått tilbakemelding og innspill på prinsippene.

I tillegg har jeg tatt inspirasjon fra eksisterende prinsipper; Arkitekten Christopher Alexander utviklet en rekke prinsipper fra liknende tankesett i boken "A Pattern Language":

— CHRISTOPHER ALEXANDER:

Et Lokalmiljø må:

- 1 Sørge for at eldre kan bo i nabolaget de kjenner best—altså noen eldre i alle nabolag.
- 2 Det må la eldre være sammen, men i grupper som er små nok for at de ikke blir isolert fra yngre i nabolaget.
- 3 De må la de eldre som er uavhengige få leve uavhengig, uten å miste samfunnsmessige goder.
- 4 La eldre som trenger omsorg og mat å få det, uten å måtte flytte til insitusjoner langt vekk fra sitt nabolag.³⁸

For de 7 prinsippene er Christopher Alexanders første prinsipp en forutsetning, altså at et lokalmiljø eller nabolag må ha en viss mengde eldre i seg.

1 - Verdien av generasjonsmøter



Sitat:

"Jeg opplever at når de eldre snakker med de yngre om sine opplevelser fra fortiden, at det er da de ser opp fra telefonen.
(Holmen innbyggertorg)

Underbygger:

Bevissthet hos eldre og yngre om verdien ved å interagere på tvers av generasjoner, kunnskapsutveksling, og temaer som begge har glede av å snakke om og dele.

3 - Delt Kommunikasjon



Sitat:

Vi opplever at arrangementene som ikke fungerer, er de hvor ikke alle er informert. God informasjonsdeling for alle av hva som skjer er viktig.
(Asker innbyggertorg)

Underbygger:

At et sted, tjeneste eller system sørger for at alle er informert, og at informasjon kommuniseres til forskjellige aldersgrupper gjennom medier hvor de er tilgjengelige.

2 - Delte Interesser



Sitat:

Mange med eksisterende interesser drar hit hvis interessene er her. Når man deler en interesse så betyr alder mindre.
(Borgen innbyggertorg)

Underbygger:

At et sted, tjeneste eller system møter interesser som gagnar flere aldersgrupper.

4 - Delt Tid



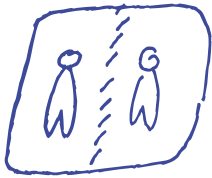
Sitat:

At vi er åpent 10 til 15 begrenser hvem som kan komme. Mange av de eldre er mer pigge og opplagte på dagtid, og det er stort sett da de kommer.
(Holmen innbyggertorg)

Underbygger:

At et sted, tjeneste eller system er åpent og tilgjengelig til tidspunkt hvor både eldre og yngre kan benytte seg av det.

5 - Sosial Utforming



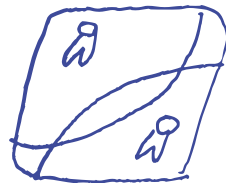
Sitat:

Funksjonen til stedet skal sørge for at vi først og fremst hanker inn alle. Dermed er det viktigste for meg at folk kan kobles når de først er der. Kinosaler er eksempel på en dårlig utforming, jeg sørger alltid for at bordene er satt opp på en bestemt måte som gjør at folk kommer i prat.
(Holmen innbyggertorg)

Underbygger:

At et sted, tjeneste eller system er utformet slik at terskelen er lavere for å være sosial.

6 - Overlappende Arenaer



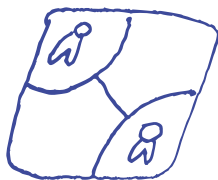
Sitat:

Det viktigste for meg er at ting skjer samtidig på samme arena. Da vi holdt barseltreff og seniortrim samtidig, det er der de magiske tingene skjer, når eldre kommer ut av treningsrommet og hilser på de små barna.
(Borgen innbyggertorg)

Underbygger:

At et sted, tjeneste eller system har flere funksjoner og hvor funksjonene foregår samtidig for flere aldersgrupper.

7 - Brobygging Mellom Arenaer



Sitat:

Vi har plassert oss ganske strategisk her. Ungdomsskolen ligger rett over veien, og det bor mange eldre rundt om i området. De yngre kommer ofte hit i pausene når de eldre er her.
(Borgen innbyggertorg)

Underbygger:

At et sted, tjeneste eller system forekommer mellom eller nærliggende områder hvor flere generasjoner allerede oppholder seg.

De 7 prinsippene for generasjonsmøter er et forslag til et utvalg hovedverdier som kan muliggjøre generasjonsmøter i utformingen av steder, tjenester og systemer. Prinsippene kan sees på som et "første utkast", og ikke en ferdig formel.

7 DESIGNPRINSIPPER FOR GENERASJONSMØTER



Verdien ved Generasjonsmøter



Delte Interesser



Sosial Utforming



Delt Kommunikasjon



Overlappende Arenaer



Delt Tid



Brobygging Mellom Arenaer

Leveransene

Her går jeg gjennom prosessen bak den spekulative og den pragmatiske leveransen i dette prosjektet, etterfulgt av visualiseringer, og refleksjoner over resultatet, som er en bok og en nettside.

Utvikling av arkivet for skjebnene

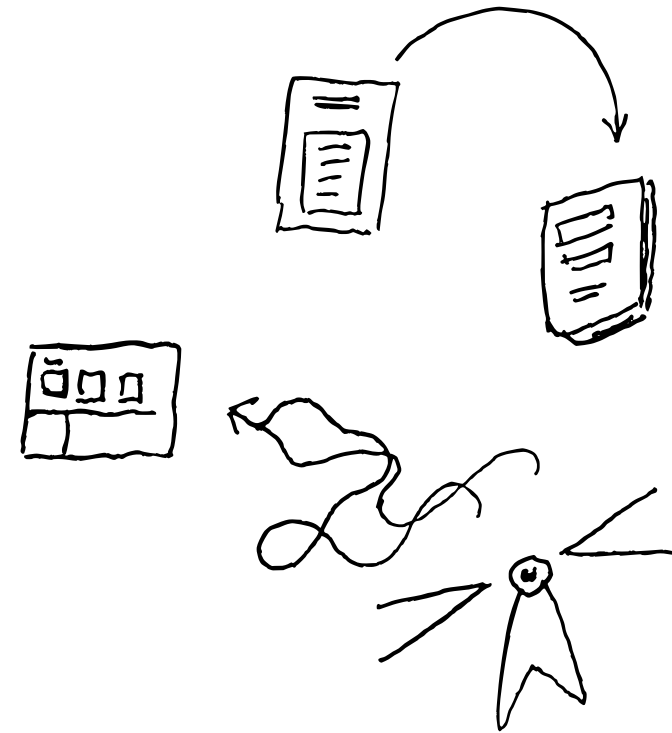


Arkiv over Norske Skjebner

Utvikling av designkonsepter for generasjonsmøter



Designkonsepter for Generasjonsmøter



Den spekulative leveransen

Skjebnens Marked har utgjort en egen prosess, metode og innsiktsgrunnlag i dette prosjektet. Samtidig ønsket jeg å bruke den enorme mengden skjebner vi samlet inn til noe konkret og gjøre dette til en av leveransene i prosjektet. I og med at markedet var en personlig spekulasjonsøvelse, har innsikten resultert i en prosess hvor jeg har designet spekulative scenarioer som på forskjellige måter kan oppfylle skjebnene.

- 1 I prosessen av å designe Arkivet Over Norske Skjebner, har jeg kun tatt utgangspunkt i de skjebnene som deltakerne definerte selv. Disse gjorde litt over 200 av alle skjebnene.
- 2 Jeg og Emil hadde allerede kategorisert disse skjebnene basert på overordnede likhetstrekk i etterkant av markedet.
- 3 Ut fra denne kategoriseringen har jeg designet en egen struktur som skjebnene kan sorteres i.
- 4 Deretter har jeg brukt de 7 prinsippene for generasjonsmøter som et verktøy for å generere idéer til scenarioer, og visualisert scenarioene.
- 5 Til slutt har jeg samlet alt i en bok som inneholder skjebnene, scenarioene og en guide til hvordan jeg gikk frem.

1 Oppsamlede Skjebner



2 Kategorisere



3 Strukturere



4 Spekulere



5 Arkivere

Kategorisering

Gjennomgående for de egendefinerte skjebnene var at de besto av utfyllende beskrivelser, varierende aktiviteter, bosetningsønsker og tanker. Måten vi kategoriserte de på var å se på enkelte aspekter i beskrivelsene som skilte dem fra hverandre. For eksempel ønsker om å være med andre generasjoner, eller behov for å drive med en bestemt aktivitet.

"Ett sted med mange cafeer og parker og mange steder som passer for flere generasjoner samtidig.
mye grønt og sånt."

Kategori: GENERASJONSSTEDER

Strukturering

Hver skjebne ble strukturert etter hvilket tema for skjebnespekulasjon de kom fra og hvilken kategori de var plassert i. Til sammen får tema, kategori og skjebnen numre.

1 LOKALMILJØ

1 GENERASJONSSTEDER 2 UTENFOR DET URBANE

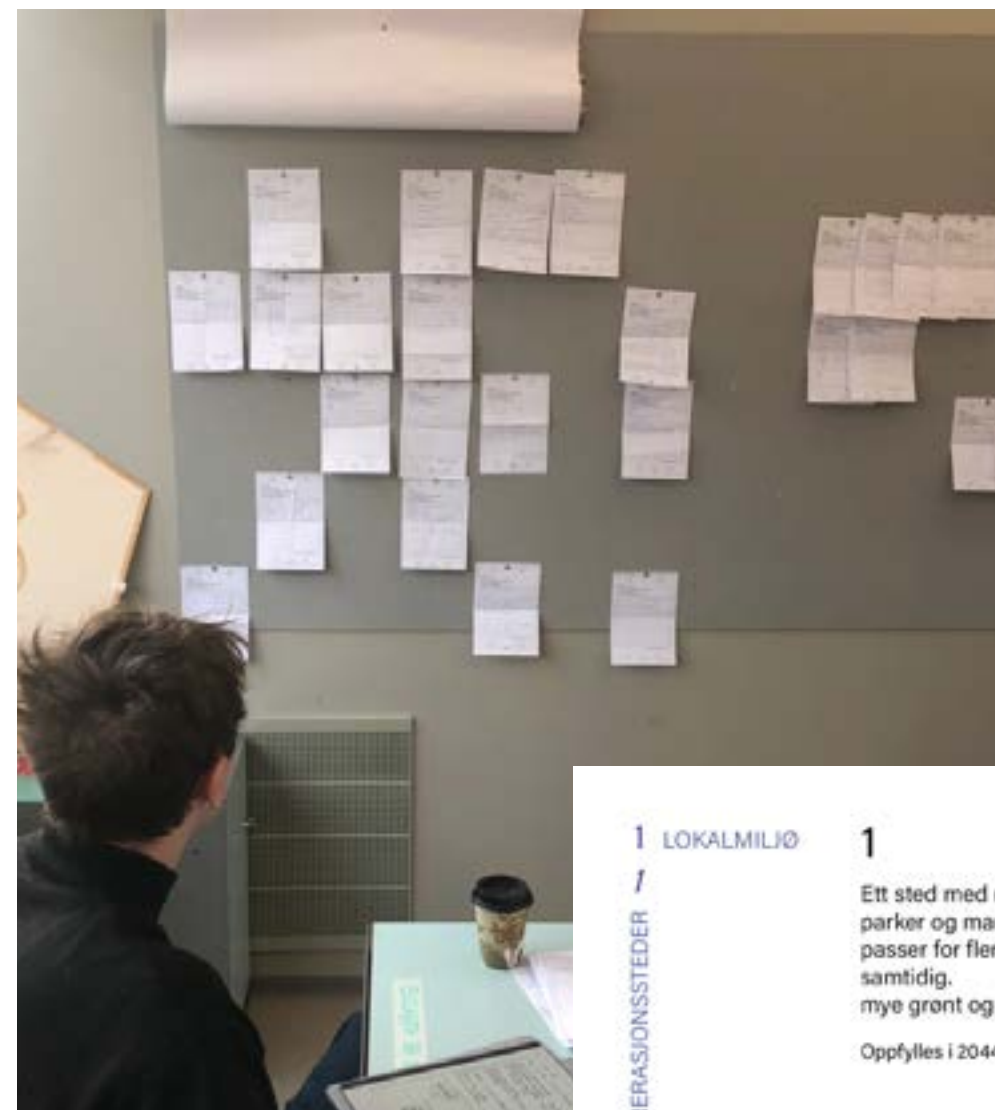
3 ...

Når det kom til alder, så ungikk jeg å skrive deltakerens nåværende alder under skjebnene. I stedet skrev jeg og visualiserte årstallet skjebnen oppfylles, som utgjør året deltakeren fyller 70 år.

Oppfylles i 2044 

Hvis deltakeren var over 70, måtte skjebnen i såfall—

Oppfylles snarest



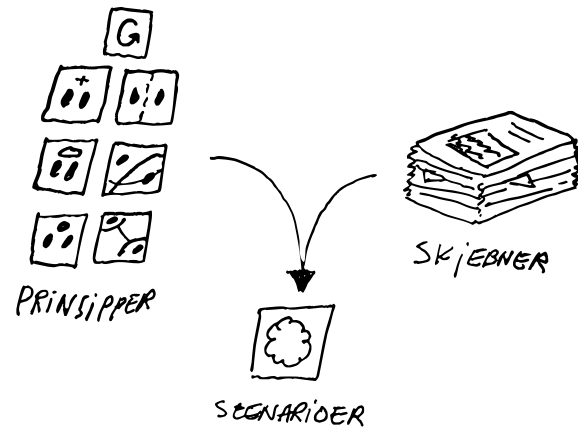
Kodeks

Skjebnene kan komprimeres med en egen kodeks, bestående av tema, kategori, nummer på skjebne, dato skrevet og dato oppfylt:

 (ANS, MILJØ.1/1.22-44)

Spekulering

Hensikten med å skape scenarier basert på skjebnene er for å vise til hvordan hendelser, aktiviteter, tjenester og systemer bidrar til å oppfylle dem. Jeg har utført denne øvelsen mer for prosessens skyld enn resultatet i seg selv, for å vise til én måte skjebnene kan bearbejdes som en fremsynsmetode. I denne øvelsen ønsket jeg å se skjebnene i lys av kontakt på tvers av generasjoner, derfor har jeg brukt de 7 prinsippene for generasjonsmøter som et verktøy for å generere idéer.



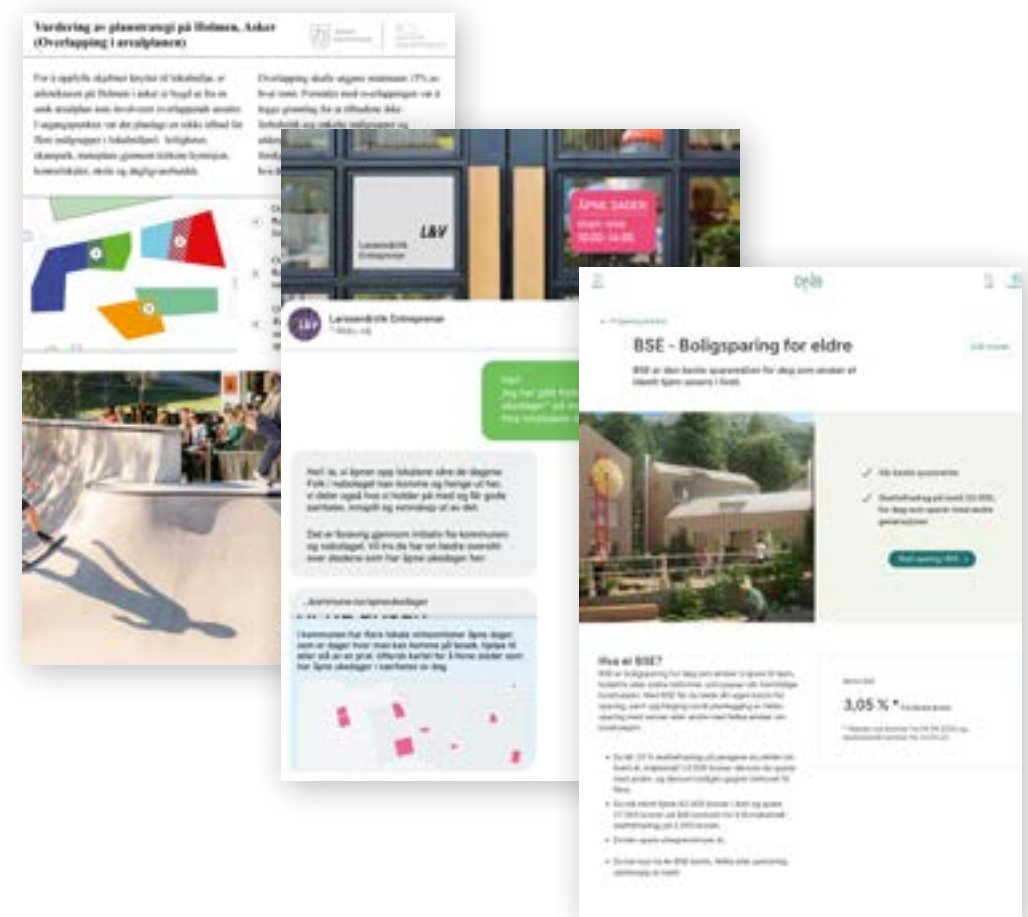
Sammenknytning mellom skjebner og prinsipper

På et mappingboard kartla jeg potensielle koblinger mellom en eller flere av prinsippene med en eller flere av skjebnene. Deretter skrev jeg ned forskjellige scenarioideer som kan oppfylle skjebnene.



Evaluering av hvilke scenarier som skal knyttes til hvilke systemlag

For å få en større bredde i konseptene, plasserte jeg dem i forskjellige systemlag. Dermed ville noen av konseptene utgjøre konkrete produkter og handlinger, andre ville bestå av kulturelle forhold eller lovverk.



Designleveranse 1 - Arkiv over Norske Skjebner

Denne leveransen er basert på skjebnene, altså beskrivelsene av ønsker for alderdommen, som ble levert inn av deltakerne på Skjebnens Marked. Her har jeg kun tatt utgangspunkt i skjebner som deltakerne definerte selv, og bearbeidet dem gjennom en designøvelse.

Resultatet er en bok, som samler alle de egendefinerte skjebnene, sammen med visualiseringer av fremtidige situasjoner hvor skjebnene kommer i oppfyllelse.

Hovedformålet med denne leveransen er å vise ny metodikk for hvordan skjebner kan brukes som et designmateriale i fremsynsøvelser om alderdom. I tillegg er boken ment som en refleksjonsøvelse for aktører som arbeider med aldersvennlig utvikling.

Boken inneholder en beskrivelse av eventet, og visualiseringer av hvordan markedet kan integreres i sosial infrastruktur slik at det kan leve videre. I tillegg har jeg utformet et rammeverk for hvordan skjebner kan struktureres.


SCENARIO
Dette scenariet kan oppfylle følgende skjebner:

Sosialt nærmiljø med mennesker i alle aldersgrupper med natur og hage lett tilgjengelig og vakker og brukervennlig arkitektur.

(ANS, BOUG.1/3.22-64)

Jeg bor på en gård i voksenkoollektiv med B&B. Vi har en sykepleier på huset og vi trener hver dag for å holde oss i form. Vi holder fester og sørger for et levende miljø. Vi har hjelp til innkjøp siden det er noen km. unna.

(ANS, MILJØ.2/4.22-40)



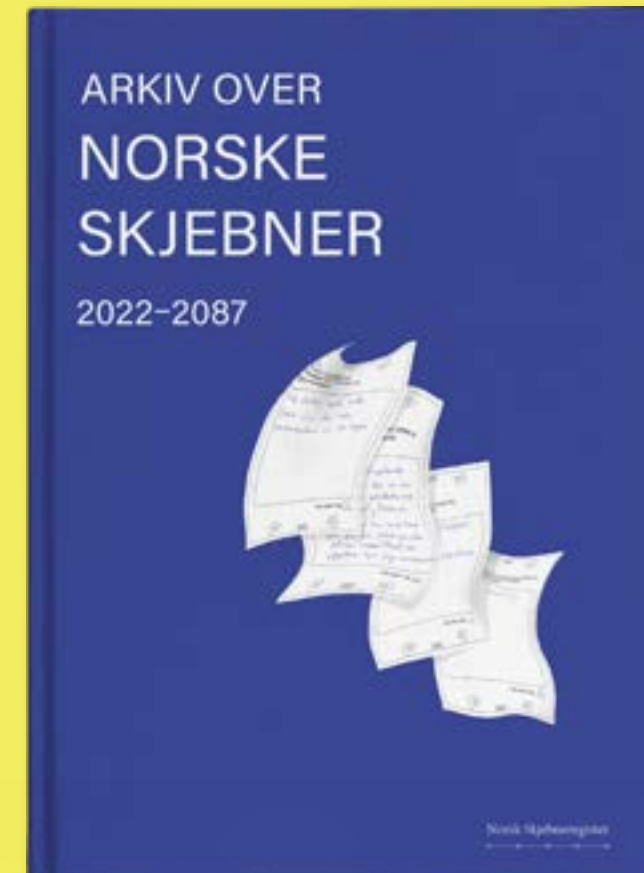

SCENARIO
Dette scenariet kan oppfylle følgende skjebner:

BOKOLLEKTIV MED VENNER, DELE NOEN ROM OG FUNKSJONER, SVØMMEBASSENG, BOULLE, BORDTENNIS, ETC.

(ANS, BOUG.1/1.22-57)

Småhus med små leiligheter og fellesrom tilrettelagt for aktiviteter.

(ANS, VANER.5/27.22-35)



For Ingrid Køhler Knudsen fra Senteret for et Aldersvennlig Norge har jeg presentert oppsettet av Skjebnens Marked, og hun har lest gjennom Arkiv Over Norske Skjebner.

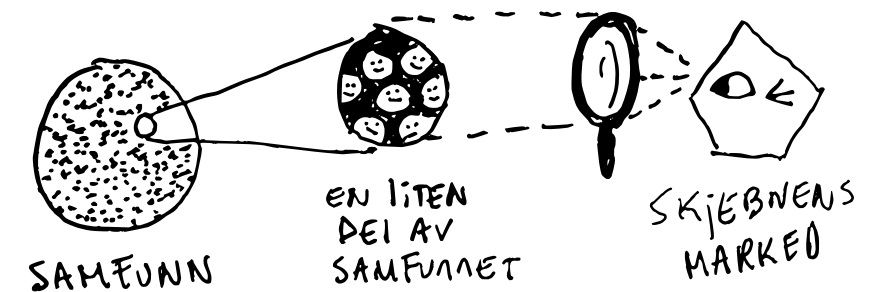
"Arbeidet du/dere har gjort med Skjebnens Marked er morsomt og forfriskende. For meg som befinner meg i en mer byråkratisk ramme, oppfatter jeg det som en type medvirkningsaktivitet og en form for scenariotenkning. Som gjøres på mange ulike måter i ulike sammenhenger i dag."

"(...) kan være forfriskende for aktører som jobber med aldersvennlighet. Og åpne opp for tanker og muligheter som ligger "utenfor boksen". Det er ofte det vi sliter med, vi tenker innenfor våre vante forestillinger og det vi tenker på som mulighetsrommet."

Ingrid påpeker at arkivet kan leve videre med to hovedfunksjoner. For det første kan idéen bak Markedet gjenbrukes som en innsiktsmetode i lokalsamfunn, og som en fremsynsøvelse. For det andre kan Senteret formidle boken til sine samarbeidspartnere som en refleksjonsøvelse rundt alderdommen. Boken er dermed både en metode og et pedagogisk verktøy for innsikt rundt alderdom.

I Arkiv over Norske Skjebner har jeg brukt fremsynsmetodikk for å visualisere scenarioer som kan oppfylle skjebnene. Det har vært viktig for meg å sørge for at mangfoldet i skjebnene er representert, og at ikke alt trekkes under én kam. Ideelt så ville jeg ha utformet enda flere konsepter, men ettersom at jeg har arbeidet med 2 leveranser i dette prosjektet har dette vært et spørsmål om tid og kapasitet.

Selv synes jeg prosessen var veldig gøy, og jeg er nysgjerrig på om mangfoldet av skjebner vil være annerledes avhengig av lokalmiljø. Ingrid påpekte også dette; at det er viktig å huske på at denne boken er basert på et marked som ble holdt på et urbant sted i en bydel i Oslo. På andre steder i Norge vil de resulterende skjebnene være annerledes og representere et annet mangfold. Arkiv Over Norske Skjebner er derfor ikke representativ for hele mangfoldet av behov for alderdommen i Norge -men et bitte-lite knippe av en stor by i et stort samfunn.



Den pragmatiske leveransen

Basert på innsikt fra utforskning 2, begynte jeg å sette sammen designeksempler som på forskjellige måter kan knytte eldre og yngre sammen.

Hovedfunksjonen med alle designeksemplene var at de skulle utgjøre forskjellige rammer, plattformer og strukturer, enn at de skulle være enkelte events eller initiativ.

Jeg har valgt å ikke fokusere på funksjonalitet eller implementerbarhet i dagens system.

Jeg har ikke brukt Prinsippene for å generere disse konseptene. Årsaken til det er at prinsippene i større grad tar for seg mål, imens Tendensene og Motivasjonene som kom ut av feltarbeidet og generasjonsvennskapet mitt handler hvordan eldre og yngre tenker, føler og handler —som passet bedre for konsepter som kan eksistere i dag.

Et nyttig hjelpemiddel for meg i denne prosessen har vært å ta utgangspunkt i individuelle livsløp; hvilke livsfaser og hendelser som skjer i løpet av et liv. Jeg har utviklet idéer ved å koble faser og hendelser sammen fra hver side av livsløpet, og visualisert designeksempler som kan skape disse møtene.

Designeksemplene har jeg så presentert i 2 økter for ansatte i Lillestrøm og Asker Kommune. Hensikten med å involvere kommunene har vært for å se hvorvidt eksemplene kan vekke idéer og tanker om nye retninger, eller om de kan tilføre verdi til arbeidet for aldersvennlighet de utfører i dag.

Med tilbakemeldingen fra disse møtene har jeg iterert designeksemplene og trukket de nærmere opp mot Tendensene fra feltarbeidet, og Motivasjonene fra vennskapet.



Livsløpene

Designeksemplene er tatt utgangspunkt i et menneskelig livsløp, og jeg har satt start -og slutt dato fra 0 til 100 år. Det betyr ikke at folk over 100 år er ekskludert i denne metoden, jeg har kun satt aldersgrensene for å knytte tendenser og aktiviteter til forskjellige faser av livet.

De fleste av oss oppfatter tid som lineær i Norge, og derfor var en linje den mest åpenbare visuelle utgangspunktet.

Gjennom prosjektet har jeg samlet opp forskjellige livsløpslinjer, oppfatninger av tid og livsfaser i løpet av et menneskelig liv. Dette kom til nytte i denne ideutforskningen.

Peter Lasletts livsfaser ³⁹

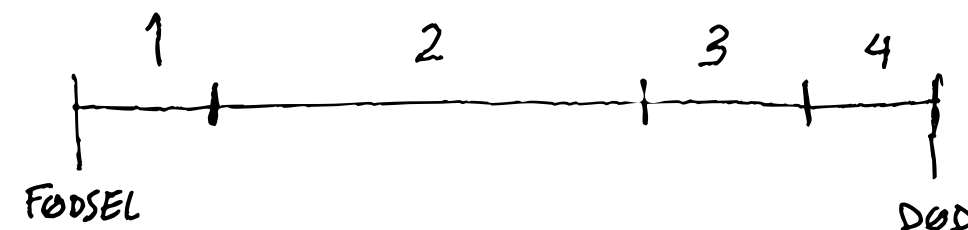
De sju livshendelsene i digitaliseringsstrategien ⁴⁰

Fra en Norsk innbygger er 16, har de i gjennomsnitt 6 timer og 19 minutter daglig fritid gjennom arbeidslivet og frem til pensjon, hvor vi igjen får mer fritid ⁴¹

I tillegg har jeg tatt utgangspunkt i kulturelle tradisjoner, aktiviteter, milepæler og interesser som gjentar seg og kanskje gagnar fler.

Basert på disse livsfasene og livshendelsene har jeg kartlagt aktiviteter som har potensiale for morsomme og engasjerende sammenknytninger.

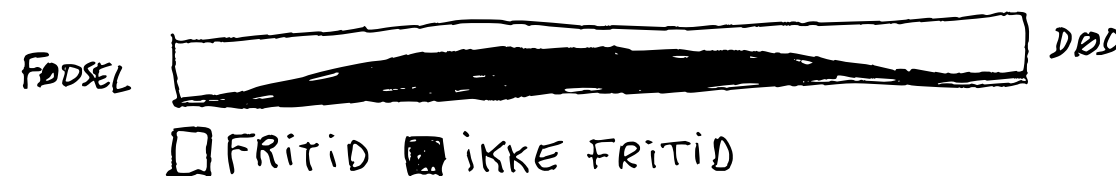
A fresh map of life
(Peter Laslett)



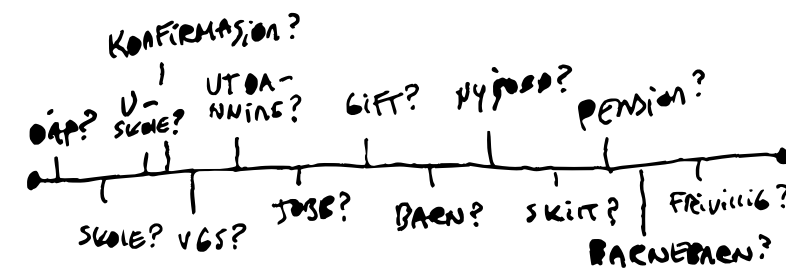
De Syv Livshendelsene
(Digitaliseringsstrategien)



Fritidslinje

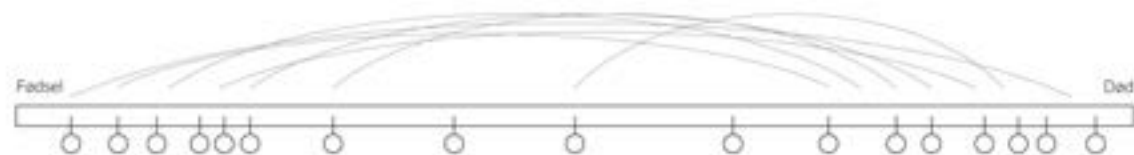
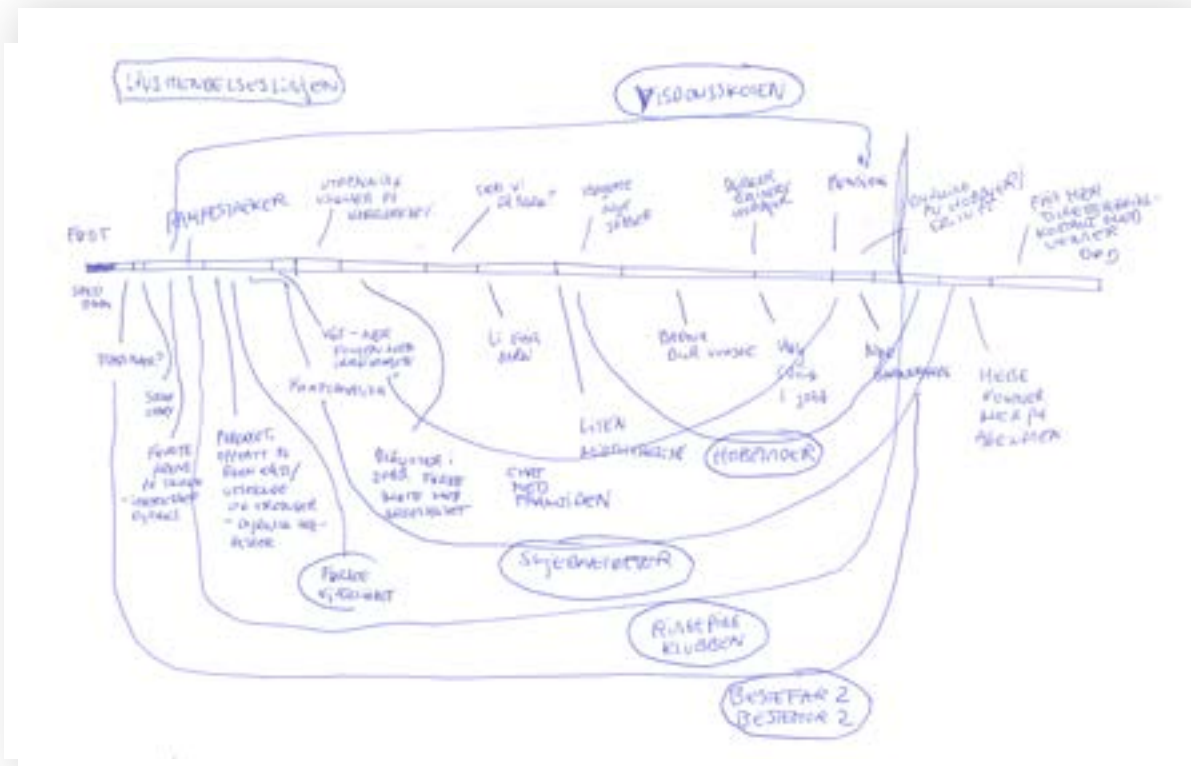


Mulige hendelser



Første eksempler

Basert på sammenknytningene sett i forhold til Tendensene og Verdiene, resulterte dette i et mangfold av designeksempler.



Visdomsskole



Bestemor 2



Ringepigg-klubben



Fremtidschat



Sikjebneløftet



Innsynspass



De Vises Råd



Offentlig formidlingsplattform



Egne steder



Arbeidskapsel

Møte med Lillestrøm og Asker Kommune

Jeg presenterte konseptene for ansatte i Asker og Lillestrøm kommune som ga meg tilbakemelding på dem. Den overordnede tilbakemeldingen var at utgangspunktet for konseptene i seg selv var inspirerende og engasjerende, og at det fikk dem til å le. Det var også enkelte av dem som passet inn i Kommunenes handlingsplaner for aldersvennlig utvikling, eller som kunne tilføre nye aspekter ved handlingsplanene.

Mye av innholdet i handlingsplanene og høringsdokumentene her var på linje med som står i regjeringens strategi, og enkelte av initiativene hadde likhetstrekk med mine konsepter.

"Arbeidskapselen kunne vært en god samskappingsplattform hvis man kan sende brev til folk der de er og ha sånne kapsler spredt rundt i lokalmiljøet"

-Asker Kommune

"Fripark hadde vært veldig gøy å teste ut i kontekst. Vi snakket om å ha felles taggedager med eldre og yngre, vi kan jo kanskje tildele folk egne vegger i byen til å dekorere"

-Lillestrøm Kommune



"Arbeidskapselen"—Et modulkontor gjennom post



"Fripark"—Ordning som tildeler deg full eierskap på et sted i offentlig rom når du fyller en viss alder

"I Asker jobber vi allerede med å implementere eldrepaneler, som jo likner litt på "De vises råd", men jeg tenker det kan være interessant å utvide rollen til panelene for å gagne mer"

-Asker Kommune



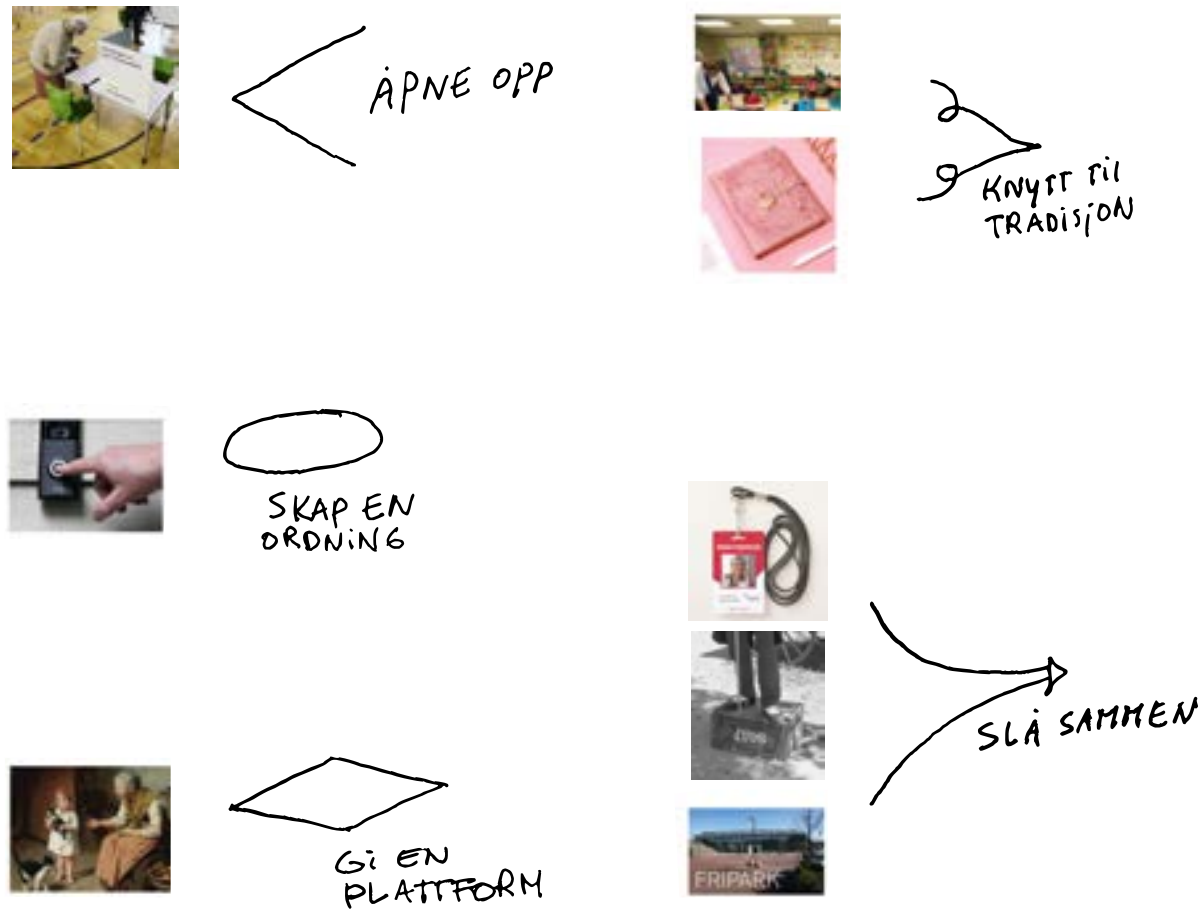
"De Vises Råd"—Et rådgivningsorgan bestående av eldre som hjelper yngre og kommunen med å ta kloke valg

Kommunene ønsket at jeg skulle prototype disse konseptene fordi jeg hadde sjansen til det. Jeg vurderte dette i en periode, men konkluderte med at det ville bli alt for tidkrevende, og at det ville hindre muligheten om å skape et større spektrum av designeksempler som kunne vise til forskjellige mulighetsområder.

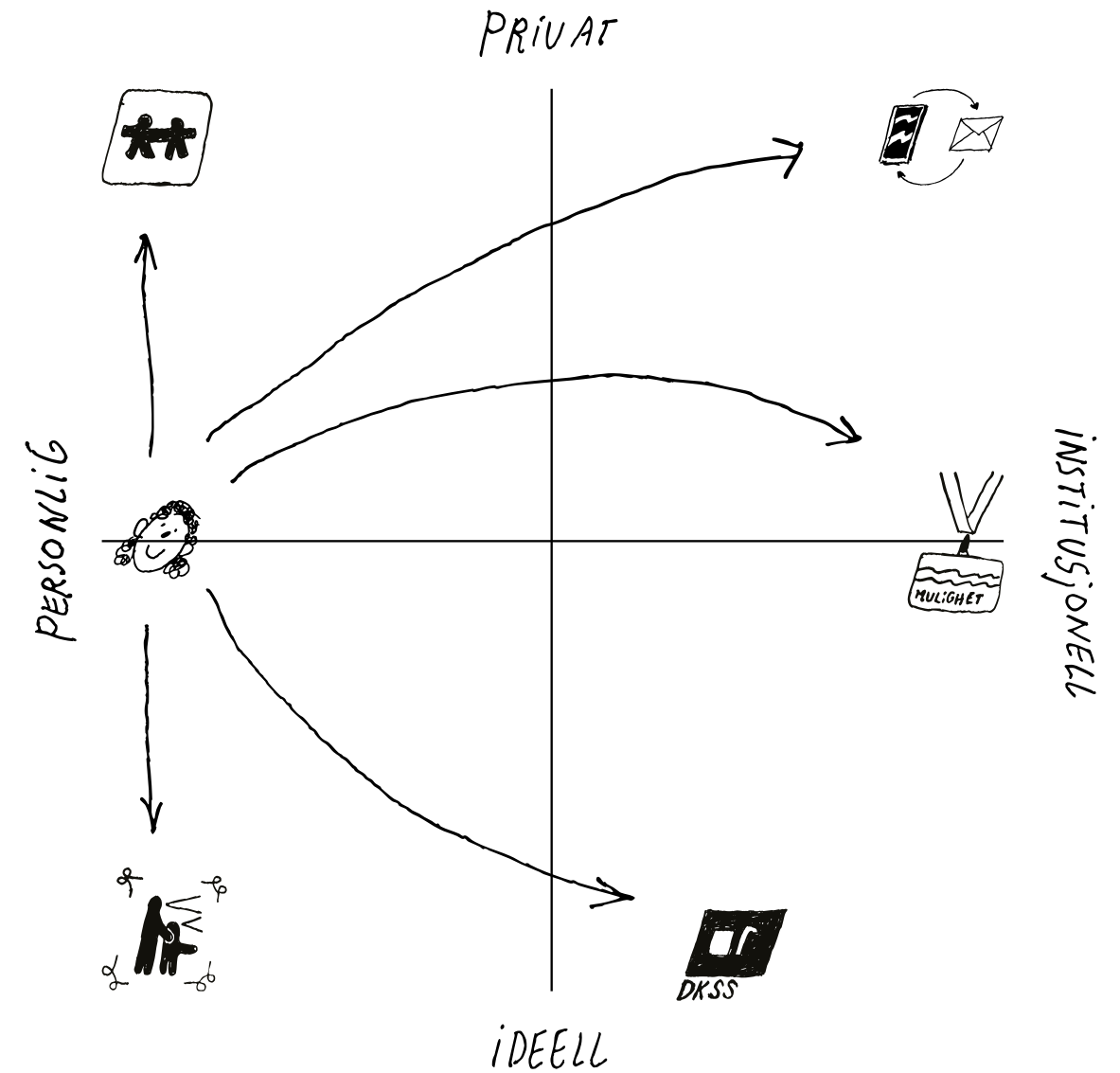
Jeg bestemte meg heller for å videreutvikle konseptene basert på innsikten fra møtene, og sørge for at idéene kunne skape det samme engasjementet som jeg ble møtt med av kommunene

Jeg så på konseptene og spurte meg selv hvordan disse kunne bli mer strukturelle og etablerte som tjenester, infrastruktur, ordninger eller tradisjoner. Jeg så også på hvordan de kunne knyttes til en større variasjon av avsendere og sektorer.

Konseptene som kom ut av dette vinklet jeg inn mot å relevans ovenfor nøkkelfunnene mine, slik at de kunne spille på eksisterende Tendenser og Verdier hos yngre og eldre.



I de endelige konseptene så jeg på hvordan avsenderne kunne ver mer spredt enn eksemplene i den eksisterende strategien, og hvor en forutsetning for bruk var at enkeltpersoner deltok på forskjellige måter.



Et par runder med beviset

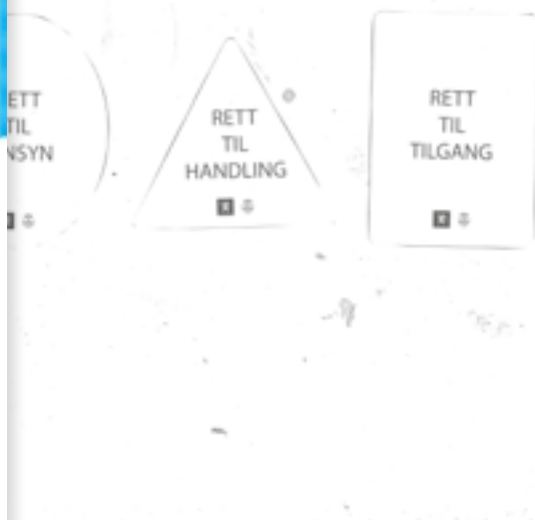
Eksempelet som har resultert i mulighetsbeviset har jeg hatt en litt større prosess med, ettersom at konseptet var såpass stort og omfattende.

Dette konseptet henvender seg mer direkte til Tendensen "Skåstilte gjøremål", altså det at mange eldre møter på ynge i naturlige kontekster ved at de eldre har helt spesielle interesser og aktiviteter som de definerer selv.

I utgangspunktet tenkte jeg at skråstilte gjøremål måtte muliggjøres ved at flere eldre får tilgang til lokalmiljøet sitt. Jeg lekte med idéen om at alle over en bestemt alder får en serie nye rettigheter som gjør dette mulig, slik at de kan dyrke skråstille gjøremål.

Jeg presenterte konseptet ved å printe ut "distinksjoner" til rollebesetningene, og viste de til ansatte i Asker Kommune, Pastor Fangensvei 22, og Eldrerådet i Lillestrøm.

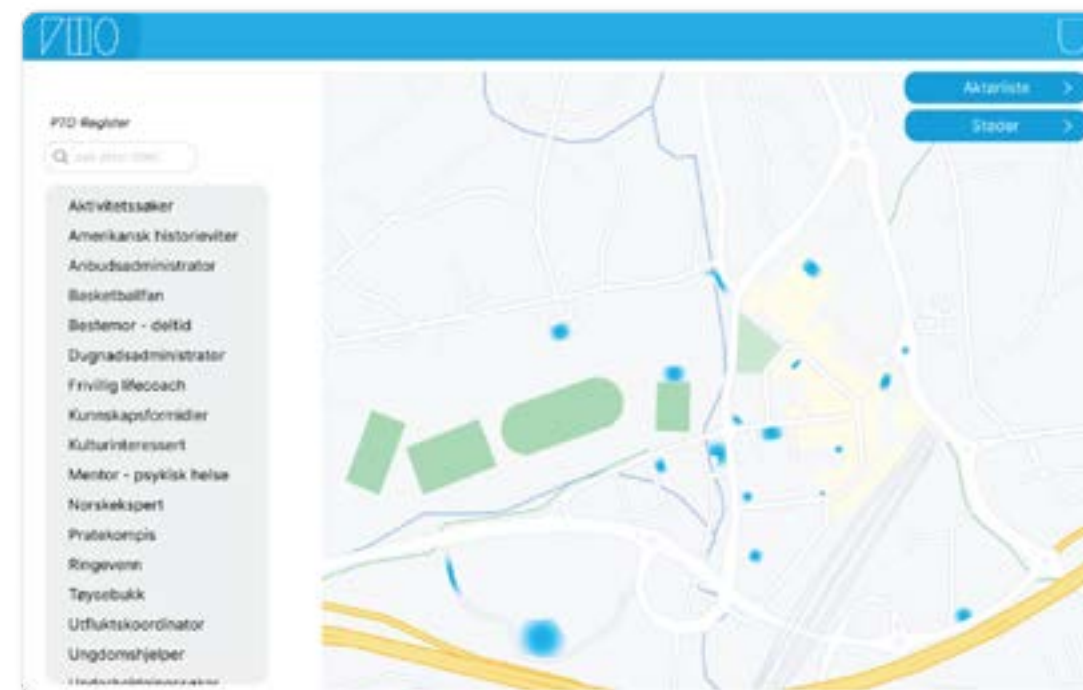
Eldrerådet elsket idéen, og ville gjerne at det skulle innføres på dagen. Kommunen var derimot skeptisk. "Rettigheter" er et sterkt ord, og kan tolkes som noe man har krav på av velferdstilbud. Dette var ikke intensjonen min med beviset, så jeg måtte endre navnet.



Ettersom at mye av tilbakemeldingen her lå på navnet, tok jeg noen runder på å finne nye navn. Det resulterende navnet kom fra det faktumet av at hobbyer og aktiviteter som eldre gjør, muliggjøres av at man rett og slett har mulighet til å dyrke dem -derav navnet "Mulighetsbeviset".

For å knytte dette opp til kommunens arbeid designet jeg en mockup av et "Mulighetsregister" som kommunen kan bruke for å få oversikt over alle mulighetene, og til gjengjeld bidra med å muliggjøre dem.

Jeg viste mockupen til en ansatt i Asker og fikk tilbakemeldinger på det.



Det kunne knyttes tettere opp med frivilligheten hvis man organiserer aktivitetene sine selv.

-Asker Kommune

Deretter satt Lillestrøm meg i kontakt med folk fra eldrerådet i kommunen. Her testet jeg beviset gjennom 2 møter med 3 av medlemmene.

I det første møtet tok jeg med artefakter av Mulighetsbeviset slik at det skulle bli lettere for dem å forstå idéen.

Jeg tok også med en pamflett med forslag til muligheter de kunne velge. Her sto de mye rart, og jeg foreslo at de skulle velge flere og tenke på hva som virket gøy.

FRIPARK  FRIPARK er en ordning hvor du får utdelt et eget område i byen som du kan forme til akkurat hva du vil. Friarker kan utdeles til deg, eller en gruppe som du organiserer.

OSLOMET  Tilgang til samtlige forelesningsprogram på OSLOMET Campus Kjeller. Overblikk over program og kurs. Tilgang til deltakelse som underviser i kurs tilnyttet din kompetanse.

FFI  **FFI** Forwards forskningsinstitutt Tilgang til overblikk over forskningsinstituttets arbeid, og mulighet for besøk og deltakelse, samt bruk av fellesarealer. Tilgang til overblikk over forskningsinstituttets arbeid, og mulighet for besøk og deltakelse, samt bruk av fellesarealer.

Teknologipåvirker  En teknologipåvirker får fullt innsyn i teknologisk innovasjon og er rådgiver for teknologisektorer. Teknologipåvirkeren kan påvirke utviklingen.

Tidskapsel  Denne muligheten lar deg bytte hverdag med en annen person over bestemte tidsrom.

Transportbevis  Muligheten gir deg fri tilgang på sykk og bilster i Lillestrøm Kommune.

Visdomsrådgiver  Som visdomsrådgiver har du tilgang på steder hvor barn og ungdom oppholder seg for å gi råd om livet og hva som venter seg.

Aldersvennlig ekspert  Aldersvennlig ekspert får innsyn i om et lokalområde er aldersvennlig eller ikke, og har en liste på kontakter å melde i fra til.

Historieformidler  Som historieformidler får du tilgang til steder i Lillestrøm hvor det finnes kulturhistorie. Du vil få muligheten til å få innsyn i mer gjennom et ekspertnettverk og en eget medie for å formidle.

Festinspektør  En festinspektør får tilgang og opplysning om alle festene i Lillestrøm, og kan delta fritt på disse.

Strategisk HR  Prosjektansvar utvikling og eksperimentering. Administrasjon og kontor. Forsker og ingeniør.

Generasjonsspesialist  Generasjonsspesialisten får mulighet til påvirkning, tilgang og overblikk i Kommunens sosiale arenaer, og hvorvidt disse er tilrettelagt for at et større aldersspenn bruker dem samtidig.

Norsk Mulighetsbevis 

Til det andre møtet tok jeg med printede og impregnerte beviser som de hadde på seg imens vi gikk rundt i Lillestrøm for å utforske mulighetene i praksis og ta bilder.

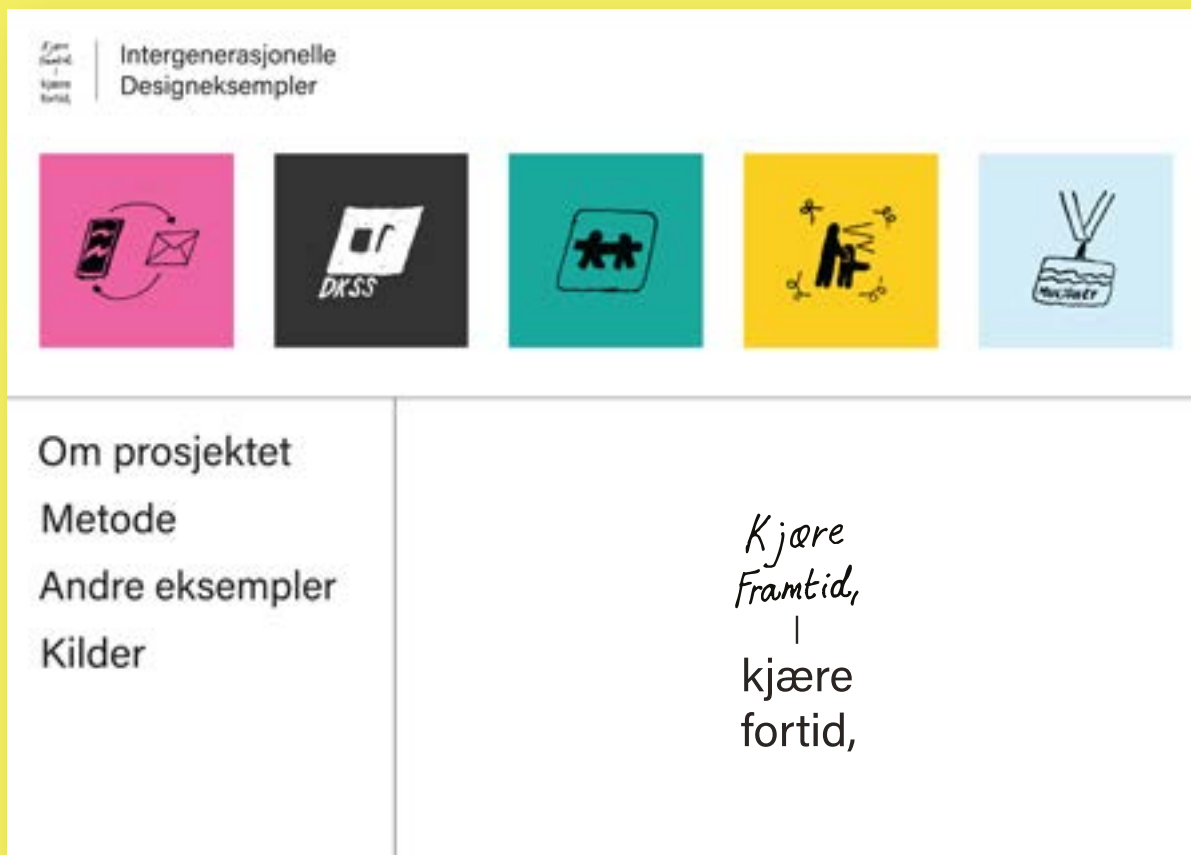
Vi fikk blant annet deltatt i en påskeworkshop med barn, networket med ansatte i kulturhuet i kommunen, kritisert byrommet, utviklet nye steder i byen, haiket med bilister, og utfosket takterasser i byen. Underveis møtte vi på nye folk i alle aldre, som vi fikk pratet med.

Som en refleksjon, anser jeg mulighetsbeviset som en distinksjon som kan senke terskelen for å møte andre generasjoner i lokalmiljøet. Beviset handler om å synliggjøre tilstedeværelsen til eldre i det offentlige rommet. Samtidig er ikke idéen så plausibel, og hensikten blir i større grad symbolsk.

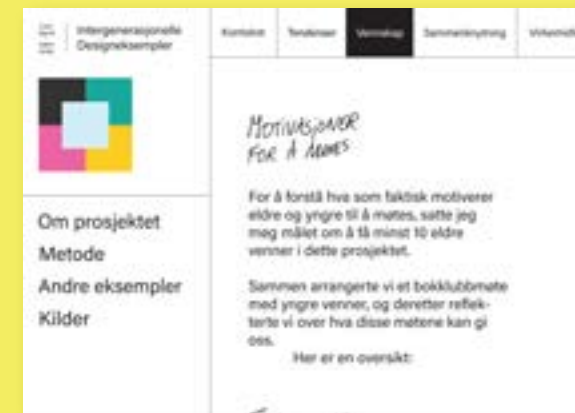
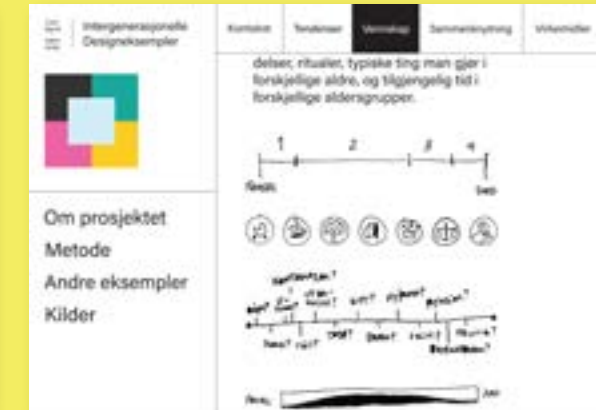
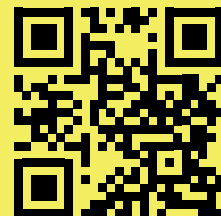


Nettside for Intergenerasjonelle Designeksempler

Alle designeksemplene og innsikten som underbygger dem har jeg samlet på en egen nettside. Dette gjør den endelige formen til Designleveranse 2. Nettsiden inneholder bilder, tegninger og beskrivelser av alle designeksemplene, samt all innsikten samlet på et sted. I tillegg har jeg inkludert andre designeksempler som kom ut av en workshop med Tsjekiske designstudenter. I prinsippet er dette det samme innholdet som i denne rapporten, slik at formålet har vært å forenkle for å formidle.



t.ly/kNOQ
↑
NULL



Grunnen til at jeg samlet Designleveranse 2 i en nettside er for gi offentlige, kommunale og ideelle aktører en forenklet og pedagogisk introduksjon til hvordan jeg har gått frem i dette prosjektet, slik at det blir enklere å ta inspirasjon, overføre eller videreutvikle idéene og fokuset.

Workshop med Helsedirektoratet

Sammen med to ansatte i Helsedirektoratet gikk jeg gjennom prosjektene, Arkiv Over Norske Skjebner og de Intergenerasjonelle Designeksemplene i en workshop.

Formålet med workshopen var å trekke prosjektet tilbake inn i det strategiske, og se på hvordan Helsedirektoratet, andre etater og rådgivende organer, departementer, frivillige og private aktører kan implementere et større intergenerasjonelt fokus gjennom politiske virkemidler. Årsaken til fokuset på virkemidler var for å åpne en refleksjon om de eksisterende virkemidlene vi har kan livnære mer kontakt mellom generasjoner. Antakelsen min her er at det ikke finnes eller er lagt fokus på. Derfor gikk refleksjonen i stor grad ut på å se hvilke nye virkemidler.

Vi hadde også en refleksjon om metodene bak konseptene og strategisk designmetodikk i problemstillinger knyttet til den aldrende befolkningen i Norge.

Det viktigste med dette prosjektet er å vise tilnærmingen, og inspirere folk til å se potensialet i å jobbe med generasjonsmøter.

Det er ofte vi hører om Eldres motivasjon for å møte flere yngre, men ikke yngres motivasjon for å møte eldre. Det blir viktig å fokusere mer på dette framover.

Når jeg tenker over det så finnes det vel ikke noe direktorat eller departement som har et spesielt fokus på eldre, vi burde kanskje slå sammen eller opprette noe som handler spesifikt om kontakt mellom generasjonene.

- FYSISKE/DIGITALE/SOSIALE GENERASJONSMØTER
- KULTURER OG EGENSKAPER
- STANDARDER OG NORMER/INBER
- DATA, KODE OG TJENESTER
- FINANSIERING
- RETNINGSLINJER
- LOUVERK



Nye politiske virkemidler for generasjonsmøter

Det største funnet fra workshopen var at det ikke finnes et bestemt fokus på det intergenerasjonelle i arbeidet med et aldersvennlig samfunn i Norge. Departementene er heller ikke stilt inn til å gagne både eldre og yngre samtidig -tjenester rettes ofte enten inn mot yngre eller mot eldre.

Idéene som kom fram rundt hvilke ordninger vi kan skape for å gi liv til flere generasjonsmøter, har jeg valgt å trekke fram for å vise til hvordan offentlig sektor og kommunene kan omstille seg for å snu arbeidet med aldersvennlighet i denne retningen.

PEDAGOGISKE

Promotere nytt språkbruk og forståelse om generasjonsmøter

Synliggjøre hva yngre synes er verdifullt med å være med eldre

Kampanjer om å få seg eldre og yngre venner

Utvikle verktøy for generasjonsmøter som kan leveres av KS

ORGANISATORISKE

Opprette et generasjonsombud

Synliggjøre hva yngre synes er verdifullt med å være med eldre

Omorganisering av departementene: Generasjonsministre/ Generasjonsdepartement

Veildere som gjør strategiske endringer innad i kommunene

Faste initiativer og tilbud fra frivillighetssesentraler

Helsetilbud for yngre: "Bestemor på resept"

ØKONOMISKE

Tilskuddsordninger for innovative prosjekter om generasjonsmøter

JURIDISKE

Større rundskriv om universell utforming

Lov om generasjonsråd i Kommunene

Generasjonskoordinator i Kommunene

Workshop med Designstudenter i Tsjekia

Under en designfestival om inklusiv design i byen Zlin i Tsjekia, lot jeg designstudenter praktisere en designøvelse for generasjonsmøter.

Målet med denne workshopen var trekke prosjektet helt ned på bakkenivå og se hvordan folk fra en helt annen kultur, uvitende om fokuset i oppgaven min ville oppleve og forstå denne måten å designe på.

Workshopen ble lagt opp som en slags komprimert versjon av dette prosjektet, som skulle resultere i en serie designeksempler.

I tillegg til dette ønsket jeg å forstå hvilke nye strategiske fokusområder som ville underbygge forskjellige intergenerasjonelle designeksempler. I den siste øvelsen ba jeg derfor studentene om å notere de større samfunsmessige verdiene i konseptene sine -for så å rett og slett definere hovedoppdraget til potensielle strategier.



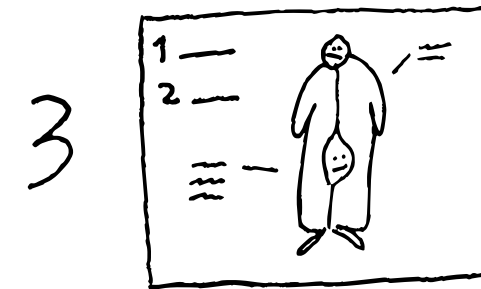
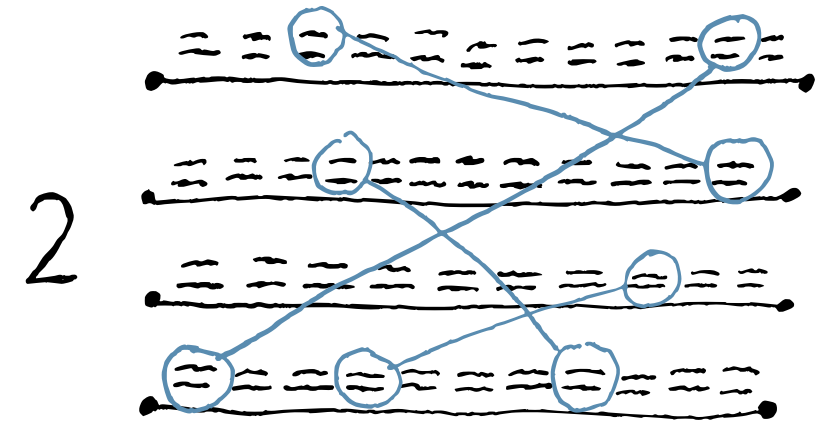
Oppsett

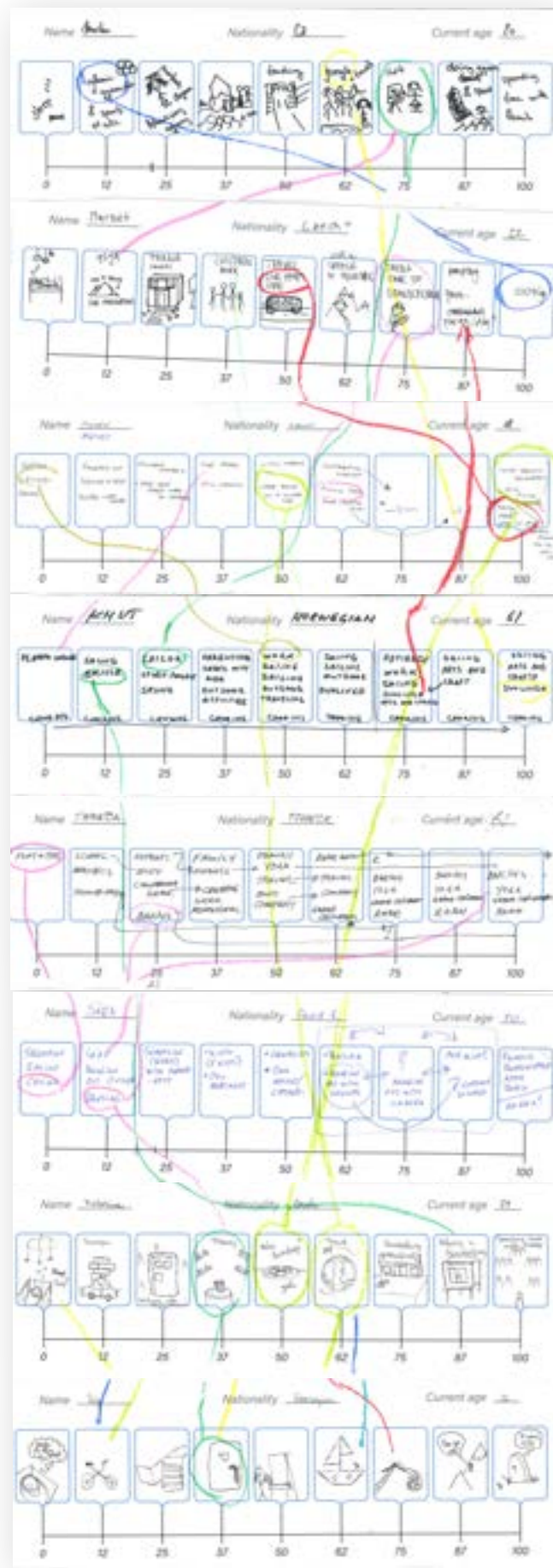
Premisset for workshopen var at alle studentene ble fortalt at de kommer til å bli minst 100 år gamle. Med det utgangspunktet intervjuet de hverandre og skrev ned forskjellige aktiviteter de har gjort, og som de så for seg at de kom til å gjøre senere i livet.

Deretter plasserte jeg disse tidslinjene over hverandre og fikk studentene til å trekke linjer mellom aktiviteter som de følte kunne være et interessant eller morsomt utgangspunkt for et generasjonsmøte.

Med disse sammenknytningene designet alle produkter, tjenester og interaksjoner som skulle skape disse generasjonsmøtene.

Til slutt knyttet vi prosjektene til egne strategier og presenterte resultatene for hverandre.





An idea called:
Beat Knitter-Knitter

Delivered by
a company called:
Best Beats

Which connects
— -year olds who:
75

and
— -year olds who:
12

(The product helps knitting people (knit) and beats (of the music) to be made)

Official Strategy
2030

- KULTURAL SUPPORT FOR OLD AND YOUNG PEOPLE THAT WANT TO PLAY CONCERTS

A strategy called:
CULTURE UPLIFT

With a punchy catchphrase:
Let's Rock!

Which is intended to support:
RETIREE HOMES
MUSIC SCHOOLS
ECONOMY

Idé: Beat Knitter
Leverandør: Best Beats
Knytter sammen 75-åringer som strikker og 12 åringer som lager beats
Strategi: Culture Uplift
Støtter under eldrehjem, musikkoler, og økonomisk vekst

An idea called:
Lightbulb

Delivered by
a company called:
Some and Leg

Which connects
— -year olds who:
75

or olds who:
12

Official Strategy
2030

A strategy called:
Build connections

With a punchy catchphrase:
Building together growing together

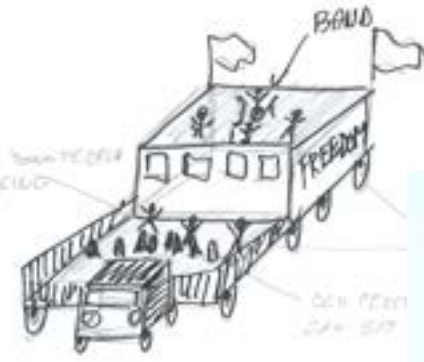
Which is intended to support:
Building a better relationship between grandchildren and grandparents

Idé: Legoblocks
Leverandør: Puma og Lego
Knytter sammen 75-åringer som gjør yoga og 12 åringer som leker med lego
Strategi: Bygg forbindelser
Støtter under tilknytning mellom besteforeldre og barnebarn

An idea called: FREEDOM

Delivered by a company called: Apple

Which connects 75-year olds who: Traveling Music and 37-year olds who: Traveling



Official Strategy 2000

- We can find ways to connect young and old people by music - Stay together, not alone.

A strategy called: CHANGING PEOPLE and OLD PEOPLE

With a punchy catchphrase: BE LOVE MUSIC

Which is intended to support: TAVEL ACROSS BANDS

Idé: Freedom
 Leverandør: Apple
 Knytter sammen 75-åringer som lytter til musikk og 37 åringer som reiser
 Strategi: Knytte yngre og eldre folk sammen
 Støtter under reisebyråer og bandvirksomhet

Resultatene er ganske selvforklarende for hvorvidt metoden fungerte som et kreativt verktøy. Strategiene som ble knyttet til hvert konsept viser også et større spenn av sosiale verdier som tilknyttes generasjonsmøter, fra bærekraftig transport, økonomisk vekst og kultur til mental og fysisk helse. På mange måter viser dette at å ta utgangspunkt i det intergenerasjonelle kan være en solid grobunn for personlig og tverrsektorielt engasjement, som til gjengjeld kan skape større tilknytning og kontakt mellom yngre og eldre.

Etter workshopen reflekterte vi over dette som en designmetode. En av deltakerne takket meg, og fortalte at de alltid har lært at de skal fokusere på én spesifikk målgruppe når de skal designe noe. Hun sa at hun aldri hadde tenkt på å fokusere på to før, og at hun kom til å ta dette i større betraktning fremover fordi det å fokusere på én målgruppe kan forutsette at man ekskluderer en annen.


Og med det så trekkes vi tilbake til den innledende fortellingen i denne rapporten. Konvensjonell brukerorientert design bør kanskje suppleres med et intergenerasjonelt fokus i problemstillingen om befolkningsvekst og aldring, både på vegne av større strategiske aktører, men også på vegne av designere, kommuner og aktører som skal utvikle og iverksette nye produkter, tjenester og systemer.

An idea called: Floating gallery and studio

Delivered by a company called: Artboat

Which connects 25-year olds who: Art and 75-year olds who: Art

you go on a ship for a week just to paint and be creative do some party



Official Strategy 2007

art boat

A strategy called: RESTIVE ARTIST

With a punchy catchphrase: out steps to liberation

Which is intended to support: of escaping from reality reality

one using old boats

Build more. Don create anything that will not have

Idé: Floating Gallery and Art Studio
 Leverandør: Artboat
 Knytter sammen 25-åringer som seiler og 75 åringer som lager kunst
 Strategi: Kreativ Strategi
 Støtter under virkelighetsflukt, gjenbruk av gamle båter, skape noe som varer

Refleksjoner og Veien Videre

Da jeg begynte på dette prosjektet, var jeg allerede klar over at temaet var ganske stort, seriøst og byråkratisk. Derfor har det vært ekstra viktig for meg å ha det så gøy som mulig, prøve ut nye metoder og fokusområder enn det som har blitt gjort tidligere for å se hva som kommer ut av det. Gjennom prosjektet har jeg hatt muligheten til dra ting ned på bakkenivå, men fra tilbakemeldinger fra kommuner og aktører som arbeider med aldersvennlighet ser jeg at å presentere et spenn av mange ideer og muligheter kan gi et bedre strategisk grunnlag for å videreføre fokuset på generasjonsmøter som jeg har hatt i dette prosjektet.

Veien videre

Det kommer til å bli ekstra viktig å se nærmere på motivasjoner for å møtes blant yngre. Dette var noe jeg opplevde kan skape et stort motivasjonsgrunnlag for å videreføre dette som et strategisk fokus.

I dette prosjektet har jeg valgt fokusere på utforskning og idégenerering, men til veien videre tror jeg det blir viktig å fokusere ekstra mye på samskaping, og at alle disse prosessene utføres når eldre og yngre er sammen.

Samarbeidet med KHiO

Helt på slutten av dette prosjektet pratet jeg og Emil om hva vi har fått ut av dette. Jeg tror det at både Emil og jeg ikke har møtt på eller interagert med så mange eldre er fordi vi har hatt en slags terskel for det. I etterkant føler jeg at det er en lettelse å oppleve at jeg kan møte eldre folk akkurat slik jeg møter folk på min alder, og den følelsen unner jeg flere.

I vårt faglige samarbeid var vi begge litt usikre på hva vi kunne forvente av hverandres kompetanse. I akkurat dette samarbeidet har vi hatt forskjellige opplevelser, som jeg tror kan være et argument for andre som vurderer å samarbeide med noen over elva.

For min del har Emil en ekspertise for form og visuelt uttrykk, som har beriket samarbeidet vårt. Vi la vi tidvis stor vekt på å dykke ned i det visuelle arbeidet, og virkelig se på verdien av å sørge for at noe kommuniseres på en måte som treffer.

For Emils del har ikke han tidligere fått noen formell opplæring i innsiktsprosesser som et grunnlag for designprosjekter. For hans del har innsiktsprosessen vår gjort resten av prosjektet hans lettere og tydeligere å utføre.

Tusen takk,

Einar Sneve Martinussen

Dan Hill

Emil Lewe

Helene Falstad

Heidi Dolven

Lise, Sigrunn, Anne, Berit, Sissel og Berit fra Leselyst

Ingrid Køhler Knudsen

Halvor Jernskau

Brit og Aud

Ida Kristin Woldmo

Veslemøy Risnes Lerheim

Heidi Karsrud Nordal

Joel Gethin Lewis

Anneli Skudal

Andreas Tjeldflaat

Jannicke Hølen

Knut Bang

Simon Sandoval

Kevin Ehrenberg

Sluttnoter

- 1 Hill Dan. (2019) Strategic design for public purpose. Tilgjengelig fra: <https://medium.com/iipp-blog/strategic-design-for-public-purpose-33c3899dba5e> (besøkt 19 mai 2022).
- 2 Hill Dan. (2019) The city is my homescreen. Tilgjengelig fra: <https://medium.com/dark-matter-and-trojan-horses/the-city-is-my-homescreen-317673e0f57a> (besøkt 19 mai 2022).
- 3 Senteret for et Aldersvennlig Norge. Dette jobber vi med. Tilgjengelig fra: <https://www.aldersvennlig.no/programmet/> (besøkt 19 mai 2022).
- 4 Aksnes Marita. Levemåter (2019) Tilgjengelig fra: <https://ndla.no/nb/subject:1:4a73afd7-f263-48fa-b6fb-49bd21e517ab/topic:2:193402/topic:2:68759/resource:1:68882> (besøkt 19 mai 2022).
- 5 Social Security Administration. Age 65 Retirement. Tilgjengelig fra: <https://www.ssa.gov/history/age65.html> (besøkt 19 mai 2022)
- 6 Simpson, Deane. (2015) Young Old: Urban Utopias of an Aging Society. Zurich: Lars Muller Publishers. p, 28.
- 7 Simpson, Deane. (2015) Young Old: Urban Utopias of an Aging Society. Zurich: Lars Muller Publishers. p, 60.
- 8 scahsm (2010) Del Webb Sun City AZ Promo The Beginning Part I. Tilgjengelig fra: https://www.youtube.com/watch?v=PxZH_WTRVNU (besøkt 19 mai 2022).
- 9 Simpson, Deane. (2015) Young Old: Urban Utopias of an Aging Society. Zurich: Lars Muller Publishers. p, 60.
- 10 Age-restricted community. Tilgjengelig fra: https://en.wikipedia.org/wiki/Age-restricted_community (besøkt 19 mai 2022).
- 11 Alexander, Christopher. (1977) A Pattern Language: Towns, Buildings, Constructuon. Oxford: Oxford University Press. p, 216
- 12 Alexander, Christopher. (1977) A Pattern Language: Towns, Buildings, Constructuon. Oxford: Oxford University Press. p, 216
- 13 Moulaert, T. Biggs, S. (2013) International and European policy on work and retirement; Reinventing critical perspectives on active ageing and mature subjectivity. Tilgjengelig fra: <https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/0018726711435180> (besøkt 19 mai 2022).
- 14 Moulaert, T. Biggs, S. (2013) International and European policy on work and retirement; Reinventing critical perspectives on active ageing and mature subjectivity. Tilgjengelig fra: <https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/0018726711435180> (besøkt 19 mai 2022).
- 15 Simpson, Deane. (2015) Young Old: Urban Utopias of an Aging Society. Zurich: Lars Muller Publishers. p, 17.
- 16 Folkman, Rebecca. (2020) Et historisk skifte: Snart flere eldre enn barn og unge. Tilgjengelig fra: <https://www.ssb.no/befolkning/artikler-og-publikasjoner/et-historisk-skifte-flere-eldre-enn> (besøkt 19 mai 2022).
- 17 H. S, Borji. (2021) 4 Global Economic Issues of an Aging Population. Tilgjengelig fra: <https://www.investopedia.com/articles/investing/011216/4-global-economic-issues-aging-population.asp> (besøkt 19 mai 2022).
- 18 Helljesen, Vilde. (2014) Snart dobbelt så mange eldre som i dag. Tilgjengelig fra: <https://www.nrk.no/norge/snart-dobbelt-sa-mange-eldre-1.11781574> (besøkt 19 mai 2022).
- 19 Moulaert, T. Biggs, S. (2013) International and European policy on work and retirement; Reinventing critical perspectives on active ageing and mature subjectivity. Tilgjengelig fra: <https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/0018726711435180> (besøkt 19 mai 2022).
- 20 Skjetne, Ingvid. (2020) Helsefremmende og forebyggende arbeid. Tilgjengelig fra: <https://ndla.no/nb/subject:1:2cbe8089-7d7b-407f-8f04-fbdc116abc1/topic:2:183730/topic:2:4013/resource:1:4018> (besøkt 19 mai 2022).
- 21 WHO. Age-Friendly in Practice. Tilgjengelig fra: <https://extranet.who.int/agefriendlyworld/age-friendly-practices/> (besøkt 19 mai 2022).
- 22 NOU 2016: 03 (2016) Flere år – flere muligheter: Regjeringens strategi for et aldersvennlig samfunn. Oslo: Departementene, Strategi.
- 23 Third Age Community. Basics of Theory of the Third Age. Tilgjengelig fra: <https://thirdage-community.weebly.com/basics.html> (besøkt 19 mai 2022).
- 24 Meld. St. 15 (2017–2018) (2018) Leve hele livet: En kvalitetsreform for eldre. Oslo: Helse- og omsorgsdepartementet.
- 25 Michael D. Barnett & Cassidy M. Adams (2018) Ageism and aging anxiety among young adults: relationships with contact, knowledge, fear of death, and optimism, Educational Gerontology, 44:11, 693-700
- 26 Thorsen, K, Clausen. S.E. (2007) Hvem er ensomme? Tilgjengelig fra: <https://www.ssb.no/a/samfunnsspeilet/utg/200901/14/> (besøkt 19 mai 2022).
- 27 Thorsen, K, Clausen. S.E. (2007)
- 28 Meld. St. 15 (2017–2018)
- 30 Meld. St. 15 (2017–2018)
- 31 NOU 2011: 7 (2009) Velferd og migrasjon - den norske modellens framtid. Oslo: Barne-, likestillings- og inkluderingsdepartementet, Utredning.
- 32 Vogt, A. (2012) Third of Italian adults live with their parents, report finds, theguardian.com. Tilgjengelig fra: <https://www.theguardian.com/world/2012/sep/19/third-italians-live-with-parents> (besøkt 19 mai 2022).

- 33 Meld. St. 15 (2017–2018)
- 34 Prop. 64 L (2019–2020). Lov om Eldreombudet.
- 35 Den kulturelle spaserstokken. Tilgjengelig fra: https://no.wikipedia.org/wiki/Den_kulturelle_spaserstokken (besøkt 19 mai 2022).
- 36 Senteret for et Aldersvennlig Norge. (2021) Gode råd til deg som vil leve et godt liv hele livet. Tilgjengelig fra: <https://www.planleggelitt.no/gode-rad/> (besøkt 19 mai 2022).
- 37 The Monkey's Paw. Tilgjengelig fra: https://en.wikipedia.org/wiki/The_Monkey%27s_Paw (besøkt 19 mai 2022).
- 38 Alexander, Christopher. (1977) A Pattern Language: Towns, Buildings, Constructuon. Oxford: Oxford University Press. p, 218.
- 39 Third Age Community. Basics of Theory of the Third Age.
- 40 Dahl, F. Arbeidet med de sju livshendelsene. Tilgjengelig fra: <https://www.digdir.no/sammenhengende-tjenester/arbeidet-med-de-sju-livshendelsene/1170> (besøkt 19 mai 2022).
- 41 Lande With, M. Fritid. (2017) Tilgjengelig fra: <https://www.ssb.no/sosiale-forhold-og-kriminalitet/artikler-og-publikasjoner/fritid> (besøkt 19 mai 2022).

Bildereferanser:

- [1] Senteret for et Aldersvennlig Norge. Sammen for et aldersvennlig Norge [illustrasjon]. Tilgjengelig fra: <https://www.aldersvennlig.no/> (besøkt 19 mai 2022).
- [2] Anno Musea i Nord-Østerdalen (2018) Gruppebilde - slekt [digitalisert fotografi]. Tilgjengelig fra: <https://digitaltmuseum.no/021017774441/gruppebilde-slekt> (besøkt 19 mai 2022).
- [3] Graham Balfour, M. William II [digitalisert fotografi]
- [4] King, M. (2012) NIELSEN PRIZM Nielsen's PRIZM segments [illustrasjon]. Tilgjengelig fra: https://www.slideshare.net/ipullrank/pub-con-personas-for-seo-2012/15-NIELSEN_PRIZM_Nielsens_PRIZM_segments (besøkt 19 mai 2022).
- [5] scahsm (2010)
- [6] Talton, J. (2010) Phoenix 101: Sun City [digitalt fotografi]. Tilgjengelig fra: https://www.rogue-columnist.com/rogue_columnist/2010/01/phoenix-101-sun-city.html
- [7] Kubat, J (2013) Sun City Arizona [digitalt fotografi. Tilgjengelig fra: <https://justjarl.com/sun-city-arizona-2/> (besøkt 19 mai 2022).
- [8] Alexander, Christopher. (1977)
- [9] Lager, D. (2019) The age-friendly city model according to WHO [illustrasjon] Tilgjengelig fra: https://www.researchgate.net/figure/The-age-friendly-city-model-according-to-WHO-2007_fig1_332345105 (besøkt 19 mai 2022).
- [10] NRK (2019) Ikke spør om det: 6. Nittiåring. Tilgjengelig fra: <https://tv.nrk.no/serie/ikke-spoer-om-det/sesong/2/episode/6> (besøkt 19 mai 2022).
- [11] Meld. St. 15 (2017–2018)
- [12] NOU 2016: 03 (2016)
- [13] Senteret for et Aldersvennlig Norge (2021) Gode råd til deg som vil leve et godt liv hele livet [skjermdump] Tilgjengelig fra: <https://www.planleggelitt.no/gode-rad/> (besøkt 19 mai 2022).
- [14] (2022) Skjebnens marked // @kultkampen [skjermdump] Tilgjengelig fra: <https://www.facebook.com/events/891863954816702> (besøkt 19 mai 2022).

