

Inkluderende reiseliv

SMÅ GREP, STOR GEVINST!



Hvordan kan
du med enkle grep
tilrettelegge og bidra
til gode opplevelser
for alle?



Hemnes kommune
Skaperglede mellom småtjør og evig snø



SUNNAASSTIFTELSEN



NORDLANDSFORSKNING
NORDLAND RESEARCH INSTITUTE

Stort POTENSIAL



Stort internasjonalt marked

Bare i EU er det i dag rundt 140 millioner mennesker med ekstra behov som innebærer krav til tilgjengelighet og tilrettelegging. Forskere fra Universitetet i Surrey viste i 2014 at europeiske reisemål tapte € 142 milliarder på grunn av manglende tilrettelegging.

(Economic Impact and travel patterns of Accessible Tourism in Europe- Final Report Summary)

Stort hjemmemarked

Over 600 000 mennesker i Norge oppgir at de lever med nedsatt funksjonsevne, og mange av disse trenger tilrettelegging. En av fire nordmenn vil være over 60 år innen 2050, og behovet for tilrettelegging vil øke med over 30 prosent i denne gruppen.

(Levekårsundersøkelsen EU-SILC 2020, SSB og Folkehelse rapporten)



En nisje å satse på

Norge rangeres som litt under middels på vurdering av tilgjengelighet som reisemål. Det ligger en åpen mulighet i markedet for regioner som ønsker å satse på å være tilgjengelig.

(Nordlandsforskning, rapport nr. 2/2023)

Økonomisk gevinst

Bedre tilrettelegging for reisende med nedsatt bevegelsesevne kan potensielt øke antall turistovernattinger i Nord-Norge med hele 285 000 og resultere i en omsetningsøkning på over 200 millioner kroner hvert år.

(Menon-Publikasjon nr. 66/2023 - 2.4)

Samfunnsmessig gevinst

God tilrettelegging skaper et samfunn hvor man med verdighet kan være inkludert gjennom alle livsfaser og derigjennom oppnå mestringsfølelse, livsglede og bedre psykisk helse

(Menon-Publikasjon nr. 66/2023 - 4.2.1)



Forskning og utprøvning

UTVIKLER REISELIVET

Sommeren 2023 testet en svaksynt og tre aktive rullestolbrukere ut flere reiselivsbedrifter og opplevelser i Hemnes og Rana med tanke på tilgjengelighet. Dette ble gjort som en del av et forskningssamarbeid mellom Nordlandsforskning, Sunnaasstiftelsen, Hemnes kommune og Okstindan natur- og kulturpark.

Basert på erfaringer fra denne utprøvingen, ønsker vi å dele råd og tips om hvordan reiselivsaktører med små grep kan gjøre forbedringer for mange. Målet er selvfølgelig 100% tilgjengelighet, men på veien dit kan enkle og praktiske tiltak gjøre reiselivet mer tilrettelagt for betydelig flere enn i dag.

Forskning viser at det er særlig tre hovedutfordringer som bidrar til ekskludering i reiselivet:

- Manglende informasjon
- Holdninger og kunnskap
- Begrenset fysisk tilgang

Forslag til løsninger på disse tre utfordringene, og da først og fremst

for rullestolbrukere og svaksynte, kan du lese mer om på de neste sidene.

Bli med på reisen mot et mer inkluderende reiseliv på Nord-Helgeland, og oppnå mye glede og stor gevinst for dine gjester, din bedrift og vår region.

Entusiastisk hilsen fra



Hemnes kommune
Skaperglede mellom småtjør og svig sine



NORDLANDSFORSKNING
NORDLAND RESEARCH INSTITUTE



SUNNAASSTIFTELSEN





Hva sier

FORSKNINGA?

Fakta og råd i denne folderen baserer seg på funn fra flere prosjekt:

- › Empirisk testing av rundt 20 bedrifter og opplevelser i Hemnes og Rana gjennom prosjektet RRI; Rått, raust og inkluderende, Arctic Hub Helgeland, støttet av Regionalt Forskningsfond Nordland.
- › Spørreundersøkelse om erfaringer med å reise i Norge i regi av Nordlandsforskningsprosjekt Accesstour.

Se Nordlandsforskning rapport nr. 2/2023
«Tilgjengelig reiseliv i Norge – erfaringer og preferanser».

- › Kunnskap fra Menon Economics som på oppdrag fra Sunnaasstiftelsen har utarbeidet rapporten *Reiseliv i Nord-Norge for personer med nedsatt bevegelsesevne*.

Sunnaasstiftelsen har sammen med flere aktører i nord etablert nettverket Adapt2Explore. Målet er å øke verdiskapingen i reiselivsnæringen i Nord-Norge ved å gjøre reiselivet mer tilgjengelig for personer med nedsatt funksjonsevne.

Accesstour baserer sine funn på 330 besvarelser fra personer med ulike funksjonsnedsettelse, og svarene viser bl.a. følgende:

- › Personer med funksjonsnedsettelse verdsetter presis informasjon høyt og bruker mye tid på å planlegge reiser.
- › Viktigste kilder til informasjon er familie og venner; den offisielle nettsiden til destinasjonsselskapet og mennesker med liknende funksjonsnedsettelse.
- › Viktigste type informasjon er parkering og adkomst, transport, rom/bad/toalett og opplevelser.
- › Det er et stort gap mellom viktighet og tilgjengelig informasjon
- › Personer med funksjonsnedsettelse reiser like ofte som andre, foretrekker naturbaserte destinasjoner i like stor grad som byer, men velger ofte byer på grunn av bedre tilgjengelighet.
- › Personer med funksjonsnedsettelse verdsetter samme typer opplevelser som andre turister.

- › Få oppgir at de har kjøpt naturbaserte opplevelser.
- › 40% har opplevd å ikke kunne delta grunnet manglende tilgjengelighet.
- › 40 % opplever at deres tilbakemeldinger til reiselivsaktører i liten grad tas til følge.

Oppgitte årsaker til ekskludering fra aktiviteter er:

- › Manglende sikkerhet, heiser eller ramper
- › Manglende tilgang til hav og vann for å bade, padle, ro, fiske
- › Avstand mellom parkering og aktivitet
- › Manglende tilbud til barn
- › Utilgjengelig adkomst for rullestol
- › Feilinformasjon oppgitt
- › Utilgjengelig transport til aktivitet (tog, taxi, buss)
- › HC-plasser ikke tilpasset dårlig syn



NORDLANDSFORSKNING
NORDLAND RESEARCH INSTITUTE

Informer om det

GJESTENE OFTE LURER PÅ

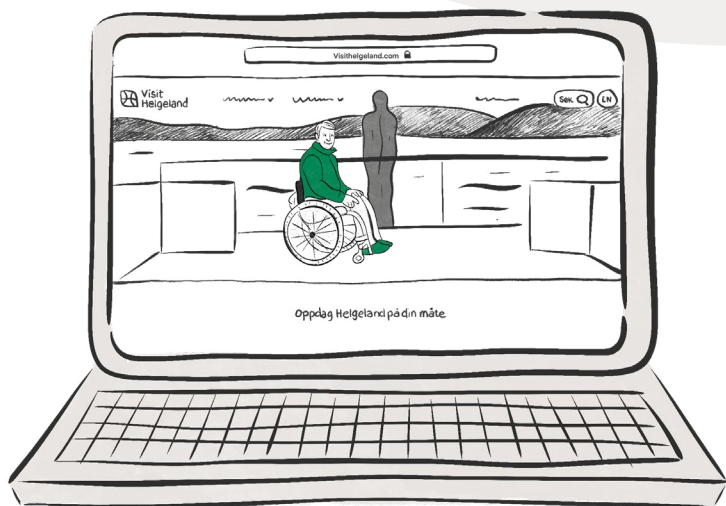


- › Avstander og stigningsgrad fra parkering til inngang eller fra parkering til aktiviteter
- › Type underlag på stedet
- › Trapper og heis, og adkomst til hotellrom/aktivitet
- › Faktisk bredde på døråpninger og ganger
- › Høyde på lister og ramper
- › Tilrettelegging på bad/WC og rom – både på HC-rom og vanlige rom (gjørne bilder)
- › Menyer og allergier
- › Mulighet for å ha med ledsager/ pris for ledsager
- › Adkomst og fremkommelighet til serveringssteder, museer, butikker, eksterne HC-toaletter, turområder, innendørs- og utendørs aktiviteter

- › Tilgjengelighet til og på festivaler, konserter og kulturarrangementer
- › Hvorvidt aktiviteter er tilpasset for mennesker med nedsatt hørsel eller syn

Gjør det lett å finne informasjon om tilgjengelighet på nettsiden. Gi grundig info – det er bedre med for mye enn for lite! Er det noe man ikke har en 100% god løsning på, eller noe som ikke tilfredsstiller kravene til universell utforming, så informer om det likevel, -det kan være godt nok for noen!

Vær gjerne på tilbudssida for å presentere alternative løsninger, og legg ved kontaktinformasjon i tilfelle noen ønsker å vite mer.



Nøkkelen ligger i

GOD INFORMASJON

God informasjon om tilgjengelighet er ekstra viktig for planlegging av feriemål når noen i reisefølget har en funksjonsnedsettelse. Mangel på informasjon er et hinder for å reise, og føler man seg ikke trygg på destinasjonen, velger man den ofte bort!

Ett av de konkrete tiltakene som anbefales, er at bedrifter legger ut informasjon på nettsidene om sine tilbud og tilgjengelighet til disse, og at destinasjonsselskapene legger ut en oversikt på sine nettsider over tilrettelagte bedrifter.

(Menon-Publikasjon nr. 66/2023 - 5)

«Visit Helgeland vil arbeide for at Helgeland kan ta en posisjon og bli et reisemål for alle, uansett funksjonsutfordring. Vi vil bidra til å finne gode løsninger for å synliggjøre relevant informasjon om tilgjengelighet og tilrettelegging gjennom [visithelgeland.com](https://www.visithelgeland.com)»

Kristin Johansen Regionansvarlig Nord-Helgeland

Sjekk ut hvordan
Sokki Adventures
løste utfordringa på
Finnmarksvidda under
Camp Spinal Explore
vinteren 2023
ved å klikke [HER](#)





Muligheter åpnes gjennom

KUNNSKAP OG HOLDNINGER

«Det har jeg aldri gjort før, så det klarer jeg helt sikkert!»

Pippi Langstrømpe

Å ha en funksjonsnedsettelse kan i mange tilfeller bringe fram mye stå-på-vilje, og gjøre personen og familien tøff og løsningsorientert. Reiselivet må derfor også våge å se muligheter fremfor begrensninger, og tilrettelegg opplevelser for de som trenger det lille ekstra! Det kan i mange tilfeller bare være fantasien som setter grenser for hva som er mulig!

Nord-Norge er i stor grad attraktivt på grunn av storslåtte og ofte «urørte» naturopplevelser. Det er selvsagt umulig å tilrettelegge alt for alle, men mye kan til en viss grad tilpasses.

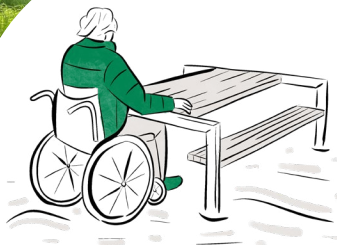
Vil du utvikle tilrettelagte opplevelser og tilbud, så inkluder kunden tidlig, ha direkte dialog, vær løsningsorientert og test underveis.

Lær også opp alle som har kundekontakt til å bistå gjester med funksjonsnedsettelse, og til å møte kundegruppen med en «hva trenger du fra meg»- holdning.

Kunnskap kan være to ting; Det vi vet og det at vi vet hvor vi kan lære det vi ikke vet.

Samuel Johnson





Lokaliser og korrigjer

FYSISKE BARRIERER

På de neste sidene finner du tips til god tilrettelegging både inne og ute.

Det finnes mange ulike funksjonsnedsettelse. Personer med samme type funksjonsnedsettelse har også ulike individuelle forutsetninger i møte med fysiske barrierer. Vi har testa tilgjengelighet sammen med en svaksynt og med brukere i manuelle rullestoler. Rådene vi gir vil derfor ikke fungere like godt for alle. Brukere av elektrisk rullestol har for eksempel andre utfordringer enn de i manuell rullestol. For å kompensere for noen av disse manglene brukes en del generelle råd fra Sunnaasstiftelsen, samt fra hovedfunn i forskningen på tilrettelagt turisme.

TEK 17 kravene til universell utforming er godt kjent blant byggherrer og arkitekter, og det er mange absolutte krav som må følges. Disse kommer vi ikke inn på her.

Vi anbefaler derimot alle å ta en titt på Norges Handikapforbunds publikasjon Tilgjengelige bygg og uteområder, hvor det finnes mange informative illustrasjoner av riktig tilrettelegging. For å ta en titt,

[KLIKK HER](#)

Et uterom

FOR ALLE!

For at naturen i nærområdet og uterommet rundt bedriften din skal være mest mulig tilgjengelig, er det viktig å tenke på bl.a. følgende:

- › Bruk et dekke som er godt for rullestoler, unngå bl.a. grov grus og gressmatter
- › Ramper må ha sklisikkert underlag, ikke være for bratte eller for smale og ikke ha opphøyde riller som er til hinder.
- › En ekstra bred sti gjør at man kan gå ved siden av, og ikke bak, hverandre
- › Bruk kontrastfarger for å markere objekt eller endringer i terrenget
- › Sett opp infoskilt som trykker kundegruppen, bl.a. om underlag, stigningsgrad, avstander, HC-toalett osv.
- › Bord må ha høy nok og lang nok bordplate, og ikke noe som hindrer at man kommer innunder med rullestolen
- › Sørg for tilstrekkelig rom for fri passasje mellom møbler o.l.
- › HC-toalettene må være åpne, eller ha nøkkelboks med tlf. nummer for å få kode
- › Utendørs badeplasser bør tilby lån av badestol

«Det er bedre å ha en rampe som er utenfor kravene, enn å ikke ha noen rampe i det hele tatt»

Henrik Røen, mentor Sunnaasstiftelsen



Resepsjon og

INNGANGSPARTI

– det er lett for en bedrift å snuble i starten...

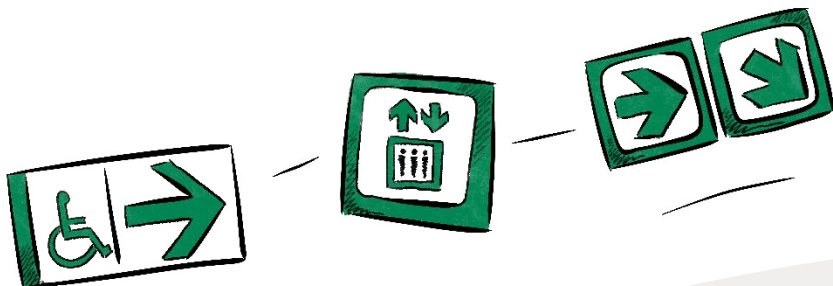
Inngangspartiene på nyere bygg er stort sett gode:

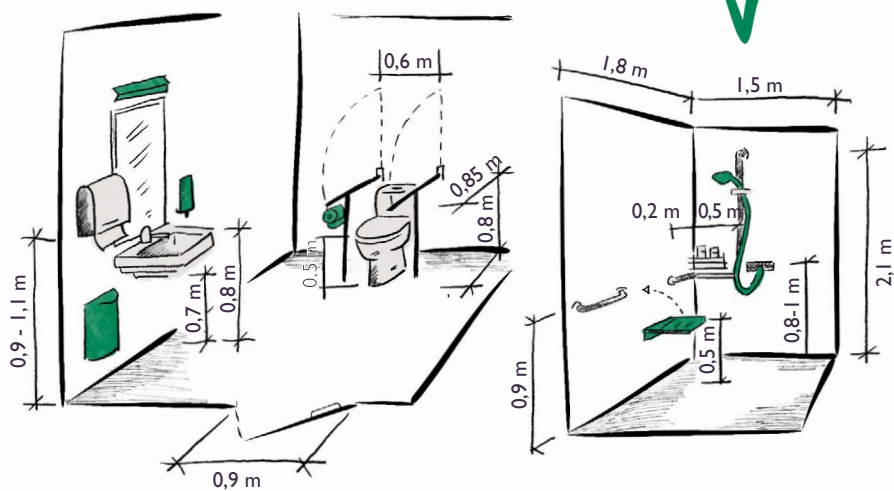
- › Bred nok rullestolrampe med rett stigningsgrad og stort nok repos der døra åpnes
- › Inngangsdører som åpner og lukker seg automatisk
- › Følbare striper og knotter i bakken for svaksynte, og kontraststriper der det trengs

Har du et eldre bygg med tunge dører kan du kanskje installere automatisk døråpner. Får du ikke gjort tiltak, så sett opp hyggelig info med telefonnummer eller ringeklokke for å tilkalle hjelp.

Tenk ellers over:

- › Synliggjør informasjon om tilgjengelighet til fellesarealer som f.eks. restaurant, bar og annet
- › Ha en resepsjonsdisk som helt eller delvis er så lav at du ser rullestolbrukeren.
- › Ha betalingsterminal som er tilgjengelig fra sittehøyde.
- › Ha romnummermerking som kan gjenkjennes av svaksynte.





Det perfekte

HC-TOALETT OG BAD!

Mange HC-toaletter og bad er bygd etter lov og forskrift, men «ødelagt» av mangel på kunnskap!

Tek17 lister opp flere krav og minimumsmål som det er viktig å følge når du skal lage et godt toalett og bad for alle. Men, i tillegg er det viktig at de små, men verdifulle detaljene er på plass.

Her er noen konkrete tips:

- › Bred dør som åpnes ut fra badet og som har håndtak midt på innsiden av døra slik at den lett kan dras igjen
- › Lav vask med plass til rullestol under - ikke så dyp vaskebenk at man ikke når kranen
- › Speil i sitte høyde
- › Håndtak på veggen i dusjen i rullestol høyde
- › Håndklær, tørkepapir, såpe, hårføner, kroker og hyller som kan nås sittende i rullestol
- › Toalett med god plass på begge sider hvis mulig
- › Justerbare armstøtter til toalettet
- › Toalettspapir som kan nås fra toalettet, også reserveruller
- › Dusj med dører som kan åpnes begge veier (innover og utover). Unngå fastmonterte vegger i dusjen.
- › Merking på gjennomslukte dusjvegger
- › Dusjnedtrekk (liten dings som kan dra ned dusjhodet) eller instruks til renholderne om å plassere dusjhodet lavt...
- › Dusjsåper i lav nok høyde
- › Dusjkrakk i dusjen, helst polstra og med håndtak
- › Bøyle på veggen i dusjen i rullestol høyde
- › Ikke bruk HC-toalettet som lager!

Gode rom med

OMSORG I DETALJENE

Hva kjennetegner et godt tilrettelagt rom?

- › Brede nok dører, gjerne 90 cm, med god plass foran for å åpne og lukke døra fra rullestol.
- › Gjerne dørstokker under 1 cm
- › God golv plass mellom møbler
- › Plass opp fra gulvet til å legge fra seg koffert/bag
- › Lave nok vinduer og tilgjengelighet til å åpne/lukke vinduer og trekker for gardiner
- › Hvis mulig, tilgjengelighet på begge sider av senga
- › Sengehøyde på +/- 50 cm fra gulvet til toppen av madrassen, for å lette forflytning fra rullestol til seng
- › Knagger og garderobestenger som kan nås sittende
- › Stikkontakter i sengehøyde
- › Lett tilgjengelige lysbrytere i riktig høyde, ikke slike som skal betjenes av fot.
- › Bordhøyde slik at rullestolen kommer seg under
- › Enkel tilgang til tilrettelagt bad/toalett
- › Gode kontrastfarger og godt lys

Mange vanlige soverom kan også brukes som HC-rom, alt avhengig av utfordringene den enkelte har. Spør gjesten og ikke ta noe for gitt.

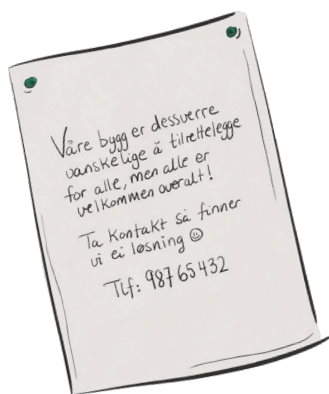
Ha gjerne en avtale med lokalt NAV-kontor/hjelpemiddelsentral om utlån av utstyr i tilfelle nye behov skulle dukke opp.

Gamle bygg

INGEN HINDRING

Ikke alt kan lages perfekt etter standard for universell utforming. Mange reiselivsbedrifter kan ikke bli 100% tilrettelagt for alle, men alle kan bli mer tilgjengelig for flere! Med smarte løsninger, gode holdninger og god informasjon kan flere få med seg mer!

- › Svaksynte er takknemlige for kontrastfarger på golv, dørstokker, dører og vegger. Ikke ha samme farge overalt, og marker med lys eller annen dekor.
- › Løse matter er snublefeller
- › Lag/kjøp flyttbare ramper tilpasset dine bygg
- › Informer på nett og på stedet om det finnes alternative muligheter for inngang, om dere kan sette ut ramper eller om dere er behjelpelige med å løfte. Informer om toalettfasiliteter
- › Skriv slik at gjesten føler seg velkommen og oppgi telefonnummer for kontakt – vis omsorg!



Informasjon og **INSPIRASJON**



For inspirasjon, innsikt og fakta rundt
god tilrettelegging, sjekk ut www.visitokstindan.com/rri
Her finner du linker til relevante nettsider, rapporter og videoer:

Adapt2Explore	Sunnaasstiftelsen	Accesstour
Rullestolreiser	Menon Economics rapport	Rapport fra Accesstour/ Nordlandsforskning
Tilrettelegging for et aldersvennlig samfunn	TEK 17-krav til universell utforming	Standard for Bærekraftig reisemål
FNs konvensjon om rettighetene til mennesker med nedsatt funksjonsevne (CRPD)	Tilgjengelige bygg og uteområder (Norges Handikapforbund)	Masterplan for Nord-Helgeland som reisemål

Trenger du midler til gode tiltak?

Ta kontakt med din kommune og hør om mulighet for støtte.
Sjekk også SpareBank I Helgelands støtteordninger:
Gavefondet, Gavestiftelsen og Sparebankstiftelsen.

Nord-Helgeland

INN I FRAMTIDA!

Reiseliv kan og bør spille en viktig rolle for å nå flere av FNs bærekraftsmål; verdens felles mål for å utrydde fattigdom, bekjempe ulikhet og stoppe klimaendringene innen 2030. Det jobbes nå med planer for dette på Nord-Helgeland!

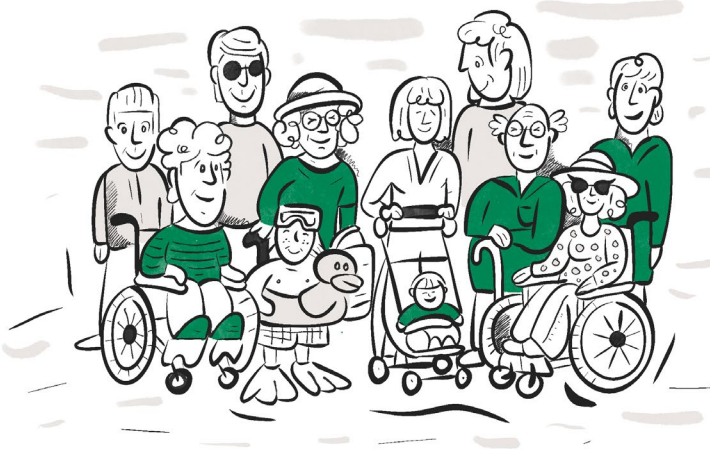
«Den helhetlige strategien for Nord-Helgeland som reisemål fram mot 2032 ble ferdig utarbeidet i 2023. Arbeidet med «Merket for Bærekraftig Reisemål» er en sentral del av det videre arbeidet som kommunene og næringslivet skal ta fatt i. Sammen vil vi gjøre Nord-Helgeland til et ekstra godt sted å bo og besøke for alle!»

Cecilie Nordvik, Rana Utvikling, prosjektleder for Masterplanarbeidet/Reisemålsutvikling på Nord-Helgeland.

Bli med på reisen mot et mer inkluderende reiseliv på Nord-Helgeland!

17 SAMARBEID FOR Å NÅ MÅLENE





«Det er mange reiselystne både i Norge og internasjonalt som på grunn av sykdom, skader eller alder har redusert bevegelighet. Det er ofte svært lite som skal til for å tilrettelegge slik at de får tilgang til det fantastiske reise- og opplevelsestilbudet i Nord-Norge.»

Marianne Holth Dybwad, daglig leder i Sunnaasstiftelsen.



Hemnes kommune
Skaper glede mellom småt sjø og svig snø



SUNNAASSTIFTELSEN



REGIONALE
FORSKNINGSFOND
NORDLAND



OKSTINDAN
NATUR- OG KULTURPARK



NORDLANDSFORSKNING
NORDLAND RESEARCH INSTITUTE

Tusen takk til Henrik Røen, Jonny Grimestad,
Øystein L. Rølvåg og Aina H. Aronsen for trivelige testturer!