

## Hva er en trygghetsvandring?

■ Trygghetsvandring er et verktøy for å gjøre nærmiljøet tryggere og triveligere. Vandringen innebærer at en gruppe mennesker kartlegger et utvalgt område, ser på mulige farer og risikoforhold, og foreslår mulige løsninger. Målet er å skape et nærmiljø som både oppleves og er trygt, og å forebygge skader og ulykker.

Det er et tiltak som samler og engasjerer folk til innsats. Det er en sosial møteplass, brobygger mellom ulike grupper, og er i tillegg velegnet for inkludering og integrering.

### Trygghetsvandring i fire trinn:

**Metoden trygghetsvandring er egnet til å engasjere mennesker i et lokalmiljø. Den er enkel og effektiv, og gir raske resultater.**

550 000 NORDMENN  
SKADER SEG HVERT ÅR.  
MANGE AV SKADENE  
KAN FOREBYGGES.

START DIN  
TRYGGHETSVANDRING  
I DAG!

### Før ulykken er ute

■ I Årdal kommune blir det jevnlig gjennomført trygghetsvandring for å sjekke at brannvesenet kommer fram på småveier (sommer og vinter), at veier ikke blir blokkert og at sikten er god. God sikt i gatekryss gir økt trygghet for både gående, syklende og andre trafikanter.

## Hvorfor gjennomføre en trygghetsvandring?

■ Vi ønsker alle å ha et trygt og trivelig nærmiljø, men det kommer ikke av seg selv. Som beboere må vi alle ta ansvar og samarbeide om å skape det nabolaget vi ønsker oss. Trygghetsvandring er en enkel og effektiv metode i dette arbeidet.

Beboerne i et området sitter på verdifull og unik kunnskap om sitt nærmiljø. Trygghetsvandring utnytter denne kunnskapen til å skape reelle forbedringer. Med en trygghetsvandring kan du også bli bedre kjent med naboene og styrke samholdet i nabolaget. Det vil bidra til økt trygghet. Og det koster lite eller ingenting – annet enn tid.

### TRINN 1: PLANLEGGE

■ Trygghetsvandringen må følge en plan, med mål for vandringen, oversikt over områdene som skal dekkes, samt en tidsplan. Deretter kommer det praktiske med å rekruttere deltakere og avtale møteplass. Vi anbefaler å utnevne en leder som kan styre trygghetsvandringen fra start til slutt, være kontaktperson og sørge for at funnene blir notert, rapportert og tatt riktig hånd om for å få fjernet potensielle farer.

#### Vandringsledere må særlig huske å:

- Være tydelige på hva som skal undersøkes og hvilke forventninger deltakerne kan ha til resultater av vandringen
- Være beredt med nødvendig materiell som guider til vandringen (lastes ned fra risikorydding.no), penner, kamera og eventuelt refleksvester

### TRINN 2: VANDRE

■ Hvis det er mange deltakere bør de deles opp i mindre grupper. Før selve vandringen starter skal gruppene diskutere om det er spesielle steder i området de vil se nærmere på – i tillegg til de forhåndsdefinerte.

Det er en fordel om gruppene er bredt sammensatt for å få fram ulike synspunkter, men de bør ikke være større enn at hele gruppen kan samarbeide og diskutere funnene i fellesskap. Under selve vandringen går gruppene gjennom områdene som skal undersøkes, diskuterer og noterer ned risikofaktorer og andre forhold. Alle meninger teller, derfor er det viktig at alle deltar og slipper til i diskusjonene.

#### Vandringsledere må særlig huske å:

- Ha gruppene klare før deltakerne starter vandringen, med klare oppgaver og en ferdig plan
- Bidra til at alle blir involvert og slipper til med innspill, og at alt noteres og fotograferes

### Rydder trygghet der folk ferdes

■ I Stovner bydel i Oslo er det gjennomført trygghetsvandring som spesifikt tok for seg belysningen i gangtunneler, rundt stoppesteder for bussen og andre plasser i sentrum. God belysning gir økt trygghet.

## Hvem kan iverksette en trygghetsvandring?

■ Hvem som helst kan sette i gang en trygghetsvandring. Det kan være kommunen som inviterer frivillige til å gjennomføre en vandring i et område som de ønsker skal utbedres. Eller den kan startes av det lokale idrettslaget, bydelen, politiet eller ildsjeler som brenner for et godt nærmiljø.

Trygghetsvandring skaper forventninger. Kommuner eller andre aktører som tar initiativ til en vandring må være beredt til å følge opp med tiltak og innsats. Trygghetsvandring kan også være en måte å legge press på andre – kommunen, politiet, vegvesenet eller andre – for å gjennomføre tiltak.

### TRINN 3: DISKUTERE

■ Etter vandringen samles alle for å diskutere inntrykk og opplevelser. Har deltakerne ulike syn på de forskjellige områdene og stedene? Avhenger synspunktene av alder eller andre demografiske forskjeller?

Denne samlingen er en arena for deling og kartlegging av alle behov, synspunkter og forslag til løsninger. Lederen for trygghetsvandringen leder møtet og sørger for at alle innspill blir notert.

#### Vandringsledere må særlig huske å:

- Forberede punkter som bør gås gjennom under møtet
- La alle deltakerne slippe til, og noter ned alle innspill

### TRINN 4: RYDDE OG RAPPORTERE

■ På et senere tidspunkt – men ikke senere enn at befaringen er friskt i minne – skal deltakerne samles for å diskutere funnene og løsninger på dem. Konklusjonene bør sammenfattes i en anbefaling med aktuelle tiltak – på kort og lang sikt. Det er viktig at deltakerne har riktige forventninger til mulig oppfølging. Konklusjonene overleveres til de som har bestilt vandringen eller brukes til å øve press på lokale myndigheter eller andre for å få truffet tiltak.

#### Vandringsledere må særlig huske å:

- Bruke notatene fra trinn 3 til å lage en tydelig dagsorden og plan for møtet
- Lage en tydelig konklusjon på vandringen, med forslag til prioritering av løsninger
- Sørge for at konklusjonene blir forstått og brukt, og at resultatet rapporteres tilbake til deltakerne i vandringen

### Retter på dunken

■ I Halden kommune er det gjennomført trygghetsvandring for å se på plasseringen av dunker med brennbart innhold, som søppelkasser. Mange skole- og institusjonsbranner starter i slike dunker. Å se til at søppelkasser og andre dunker med brennbart materiale ikke står i umiddelbar nærhet til husvegger gir økt sikkerhet.

## Fire perspektiver å ta utgangspunkt i under trygghetsvandringen:

### 1. UTFORMING

■ Hvordan et område er utformet kan ha betydning for både sikkerheten til beboere og trygghetsfølelsen. Begge deler er like viktig å ta stilling til når du gjennomfører en trygghetsvandring.

#### Her er noen forslag å gå etter:

- Er området oversiktlig?
- Finnes det hindringer som gir dårlig oversikt?
- Finnes det farlige (skarpe, spisse) gjenstander som kan føre til skade?
- Er det hyggelig å oppholde seg i området?
- Er det mange snublefeller, høydeforskjeller eller annet som kan forårsake fall?

### 2. VEDLIKEHOLD

■ Vedlikehold er nødvendig for å opprettholde et trivelig og trygt område. For eksempel vil beskjæring av vegetasjon føre til bedre sikt for bilister slik at syklister og fotgjengere blir mer synlige.

#### Her er noen forslag å gå etter:

- Fjernes grus fra veier og fortau tidlig nok på våren?
- Blir utearealet ryddet for søppel og gjenstander som kan utgjøre fare?
- Finnes det slitne lekeapparater eller farlige konstruksjoner i området?
- Blir snø og istapper på hustak fjernet av gårdeiere? Blir det strødd?

### 3. SAMFUNNET

■ I ett og samme område bor det et mangfold av mennesker. Gruppene har ofte ulike behov, de kan oppholde seg på ulike steder i et nærmiljø, og har ulike syn på hva et godt og trygt miljø er.

#### Her er noen forslag å gå etter:

- Hvordan ser mangfoldet i området ut?
- Er det «plass» til alle?
- Er området tilpasset ulike aldersgrupper?
- Blir området brukt i det hele tatt?

### 4. INDIVIDET

■ Trygghetsvandring er et verktøy for å gjøre nærmiljøet tryggere og triveligere. I tillegg til å se etter fysiske risikoer i et område er det vesentlig å spørre seg selv om det er et hyggelig sted å være, og om du og andre kan føle dere trygge?

#### Her er noen forslag å gå etter:

- Føler du deg trygg i området?
- Hvilke faktorer gjør deg utrygg?
- Føler du deg mindre trygg her sammenlignet med andre steder?
- Er det andre mennesker i området du kan henvende deg til?

### Vandringsguider:

- ! GANG- OG SYKKELVEI
- ! GATER MED BILTRAFIKK
- ! HOLDEPLASSER
- ! TORG
- ! PARKERINGSPLASSER
- ! GANGTUNNELER
- ! BOLIGFELT OG ENTREER
- ! SKOLER OG BARNEHAGER
- ! LEKEPLASSER

Finnes på og kan lastes ned fra  
[www.risikorydding.no](http://www.risikorydding.no)



RISIKORYDDING.NO

Risikorydding er en nasjonal dugnad for å forebygge ulykker og skader der folk bor og ferdes. Kampanjen retter seg mot alle som ønsker å bidra til å gjøre hverdagen tryggere, for seg selv og andre. Det kan være i kommunen eller bydelen, i borettslaget, idrettslaget eller nabolaget – eller hjemme hos en selv. Kunnskap om farer og forebygging, og praktiske dugnadsråd er samlet på nettstedet [risikorydding.no](http://risikorydding.no). Kampanjen gjennomføres i samarbeid med Gjensidigestiftelsen.



Skadeforebyggende forum (Skafor) står bak Risikorydding. Skafor er en nasjonal møteplass og en samarbeidsarena for forebygging av skader og ulykker. Skafor er en partner for forebyggingsaktører, en pådriver overfor myndighetene og en pådriver i samfunnet; en katalysator for innsats. Skafor er en medlemsorganisasjon som bygger bro mellom offentlig, privat og offentlig sektor. Se mer på [skafor.org](http://skafor.org).

### Trygghetsvandring:

SAMMEN  
FOR ET TRYGGERE  
NÆRMILJØ

Trygghetsvandring  
er en metode for å oppnå  
et bedre, tryggere og mer  
innbydende nærmiljø.  
Enkelt og effektivt.



RISIKORYDDING.NO