DRA TE' SJØS!

En inspirasjon med ideer og råd for bevegelseshemmede, planleggere og alle som liker å ferdes i skjærgården.



NORGES HANDIKAP FORBUND
AGDER

«Sjøen og skjærgården er noe heilt spesielt.

Jeg trenger mye hjelp for å komme meg i båten,
så det er jo nokså tungvindt.

Egentlig hadde det vært enklere
om jeg hadde vært interessert i biler, motorer og vans.

Men nå er det nå ei gang sånn
at jeg har skjærgården i blodet.

Derfor tar jeg
med meg gode venner
i sjekta mi
og drar til sjøs så ofte jeg kan.»

Utarbeidet av:
Norges Handikapforbund Agder
Bispegra 36c, 4628 KRISTIANSAND
Telefon: 38 10 61 00 E-post: nhf.agder@nhf.no

Prosjektgruppe:
Siri Topstad Konradsen, prosjektleder
Øyvind Quidding, prosjektmedarbeider
Bjørn Garman Bjørnsen, prosjektmedarbeider
Ole Petter Sunde, regionkontorleder NHF Agder

Bestilling av matriell:
Norges Handikapforbund
Postboks 9217 , Grønland, 0134 OSLO
Telefon: 24 10 24 00 E-post: nhf@nhf.no

Heftet er skrevet av:
Siri Topstad Konradsen med hjelp fra inspirerte bidragsytere

Støttet av:
Vest-Agder fylkeskommune og Fylkesmannen i Vest - Agder
Stiftelsen for norske helse- og rehabilitering

Foto og illustrasjoner: Mange

Design og trykk: Inntrykk AS

HELSE OG REHABILITERING

FORORD

"Dra te'sjøs!" er et resultat av prosjektet "Skjærgård og Sørland for alle?", og er gjennomført av Norges Handikapforbund Agder (NHF Agder). Prosjektet startet opp i 2005 og ble sluttført i 2006, og er støttet av Stiftelsen Helse- og rehabilitering, Fylkesmannen i Vest-Agder og Vest-Agder Fylkeskommune. Hovedmålgruppen er mennesker med bevegelsesvansker. Skal skjærgården bli en plass for alle, er også politikere, kommunale og private planleggere, arkitekter, entreprenører, håndverkere, båtprodusenter, båtforeninger og kystlag viktige samarbeidspartnere.

Målet var å lage et ide'- og inspirasjonshefte, som skal bidra og motivere til at flere mennesker får muligheten til økt trivsel, velvære og gode opplevelser i skjærgården. Med skjærgården mener vi sjøen, skjær, øyer og holmer, som man må i båt for å nå. Båt, båtliv med praktiske ideer og løsninger har derfor fått stor oppmerksomhet i dette heftet. Selv om prosjektet er gjennomført i Agder, er innholdet relevant utenfor Sørlandets grenser.

Det finnes lite dokumentert stoff om forhold knyttet til funksjonsnedsettelse og båt samt planlegging i skjærgården. For å lage dette heftet har vi derfor måtte innhente denne informasjonen fra muntlige kilder. Det har vi gjort på to måter:

1. Besøk i kystkommunene i Agder

2. Henvendelse til funksjonshemmede som selv bruker båt

Besøket i kommunene gav oss opplysninger om at det finnes planer og tanker om tilrettelegging for alle, og at en noe allerede er gjort. Det ble tatt bilder og opprettet kontakter. Dette arbeidet ble utført av prosjektmedarbeider Tom Garman Bjørnsen, ansatt i NHF Agder sommerhalvåret 2005. Deler av arbeidet er tatt med i heftet, men av plasshensyn vil mer av dette bli lagt ut på hjemmesiden til NHF Agder, http://www.nhf.no/agder.

Gjennom å henvende oss til båtentusiaster og andre med interesse for livet i skjærgården, har vi fått inn en stor mengde interessant, erfaringsbasert kunnskap. Her har mange bidradd både skriftlig, muntlig og med bilder. Uten denne gruppa med gode medhjelpere hadde ikke dette heftet vært mulig å lage. Arbeidet med innhenting og bearbeiding av materialet og utforming av heftet, er utført av prosjektgruppa.

Norges Handikapforbund Agder, mai 2006



Siri Topstad Konradsen
prosjektleder

INNHOLD

Et håpløst kjærlighetsforhold 6

Valg av båt 8

Komme om bord og i land 10

Rullestol og frihet med båt 14

Ankring og reisemål 16

Å leve i båt 19

Litt av hvert 20

Vedlikehold og oppussing 22

En sommer med krykker og beinet i gips 23

Planlegging og utforming i skjærgården 24

Produktinformasjon 29

INNLEDNING

"Dra te' sjøs!" er en klar utfordring til bevegelseshemmede, om å ikke sitte igjen på brygga når båten går, men virkeliggjøre drømmen om "skjærgård, sjø, sol og sommer", fiske en tidlig morgentime, eller grave krabber ei stille sommernatt.

Heftet er ingen turguide, men gjennom korte historier, fortellinger, bilder og beskrivelser inviterer vi til en spennende reise i praktiske løsninger, gode råd og vink.

Vi ønsker å vise at det som i utgangspunktet kan virke uoverkommelig, kanskje ikke er så umulig likevel. Dette gjør vi gjennom å vise hvordan bevegelseshemmede selv har løst utfordringer i båtlivet, ofte med svært enkle midler. Hadde ikke våre foregangskvinner og menn vært så stae som de er, kreative og løsningsorienterte, hadde de fortsatt sittet igjen på brygga og sett ut over sjøen hele sommeren gjennom. "Dra te' sjøs!" er derfor både en utfordring og et mål.

Problemer og utfordringer løser vi best i felleskap. Derfor vil innholdet i dette heftet være til nytte og glede for mange, både bevegelseshemmede, de som planlegger og utformer og alle andre som liker å ferdes i skjærgården. Alle kjenner vi nok noen som trenger hjelpemidler som stokk, krykker, rullstol, rullator, har dårlig balanse, nedsatt muskelstyrke, hjerte– eller lungesykdom. Eller hva med vondt i ryggen, brukket bein eller en vrikket ankel?

Når vi utfordrer den enkelte til å finne sine praktiske løsninger, er det også rett og riktig å utfordre kommunene, som forvalter friluftsområdene i skjærgården. Heftet inneholder derfor også forslag til planlegging og utbedring av brygger og anlegg.

Det er nå vi lever! Det kan være vanskelig å endre på virkeligheten, selv om det er mulig vil det ta tid. Utgangspunktet for prosjektet har derfor vært de brygger og anlegg som allerede finnes, og den båten den enkelte har eller har anledning til å skaffe seg. Vi har heller ikke hatt som mål å gi svar på alt. Men dersom vi kan greie å inspirere noen til å finne sine egne løsninger og dra til sjøs med ny giv, ja da har vi nådd våre mål!



ET HÅPLØST KJÆRLIGHETSFORHOLD

Når sant skal sies, så har jeg et håpløst kjærlighetsforhold til båt. Noen av mine første minner er å bli båret ombord i en robåt. Sjøen var veien før i tiden, der jeg kommer fra. Alle hadde robåt og alle behersket den fra de var "en neve stor". Visst var der motorbåt, fiskeskøyter, lokalbåt og hurtigrute, men det var robåten vi måtte bruke for å komme ombord i andre og større båter. Så var det å henge på ryggen til en eller annen opp sleipe stiger, som var godt bearbeidet av sjøvann. Forskjell på flo og fjære er atskillig større på nordlandskysten enn her på Sørlandet. Jeg var for liten til å tenke over hvor farlig det egentlig var – og bra var det!

Jeg har prøvd å seile i liten seilbåt. Det er ikke noe for meg. Jeg har vært ute i storm med hurtigrute og større båter. Det er heller ikke noe for meg. Har vært ute med skoleskipet Sørlandet. Ufattelig flott. Problemet med båt er at det er så forferdelig vanskelig å komme opp i og ut av. Hvordan kan vi få løst denne oppgaven?



Det er bare det at en ikke kommer i land alle steder heller. Funksjonshemming er i grunnen "sabla" upraktisk. – Men båtdrømmen er der likevel. Den lever sitt eget liv. En natt i midnattsol over stille hav med gjess på en furukledd holme, mens sola er i havranden rett foran deg og månen står over fjellene bak deg. Da er det godt å ha venner med båt!

Jeg var vel fem – seks år gammel da jeg klarte å mase min litt eldre bror med på å ro over fjorden. Jeg lovet å ro – og jammen måtte jeg det også. Er litt stolt av det i ettertid. Men det å ligge i båt på fjorden, mens småseien jager silda så det "koker" rundt båten, og måkene sirkler stadig nærmere, det er noe eget. Og med vind som bærer med seg lukten av tørt høy og blomster fra landjorda, da finnes det ikke noe bedre sted å være i enn båt, selv om det er aldri så kranglete å komme om bord og ut av igjen.



Foto: Bragdøya kystlag

VALG AV BÅT BÅTEN BLIR TIL MENS DU ROR...

Å ha sin egen båt duvende ved brygga, er mer enn en drøm for mange bevegelseshemmede. Mange tror at mennesker man vanligvis møter med krykker eller i rullestol, har spesial- og veltilpassede båter. Noen har, men overraskende mange av de vi har vært i kontakt med, eier gode gammeldagse sørlandsjekter eller helt ordinære båter. Grunnen til dette kan være mange, men økonomi og mangel på alternative produkter er nok den viktigste årsaken. Vi får forklart at "vi må ta det som det er og gjøre det beste ut av det", og at "det finnes ingen problemer, bare utfordringer".

Ny eller brukt båt?

Ved valg av båt, finnes det flere gode alternativer og et stort antall båter på markedet. Når det er avgjort hvilke behov som skal dekkes, er det viktig å vurdere båtens stabilitet, og hvordan det er mulig å komme om bord i båten.

Å studere båtkatalogene kan være en god ide når en planlegger anskaffelse av ny eller brukt båt. Båtmesser og utstillinger finnes det flere av, men med bevegelsesvansker kan det være vanskelig å komme om bord for å se. Flere båtprodusenter tilbyr tilpasninger etter egne ønsker og behov. På lik linje med bil, er garanti og driftsikkerhet med ny båt noe en bør vurdere. Se også kapitelet om produktinformasjon.

Bruktmarkedet er for tiden svært stort. Selv om det kan bety litt reisevirksomhet, er det penger å spare på å bruke litt tid. Særlig om høsten er det mange tilbud, men allerede tidlig i august kan en gjøre gode kjøp.

«Båten er egentlig både gammel, upraktisk og ubekvem, så egentlig burde vi nok funnet noe annet. Men både økonomi og nostalgi gjør at vi fortsatt henger ved den. Så da kroppen min en dag gjorde tilværelsen trøblete, var båtlivet en utfordring vi bare måtte løse. Det er viktig å ha det godt og nyte livet også mens en har det vondt.»

Ombygging

"Pernille II" er en standard båt med selvlensende dekk, som det er skåret ut dør i siden på. Med enkel rampe er det lett å komme om bord med rullestol til akterdekket. Man skal imidlertid være forsiktig med å endre på skroget på en båt, fordi både stabilitet og sjøegenskapene kan endres. Båter med selvlensende dekk har imidlertid spennende muligheter, fordi dekket i konstruksjonen i større grad ivaretar båtens stabilitet. Faglig veiledning er helt nødvendig ved endringer av båtens konstruksjon.



En standardbåt, Bella 700, med sideluke for enkel ombordstigning.

Spesialbygde båter

Det finnes flere båter som er spesialbygd for rullestol, og som har lem i baugen. Den 23 fot store båten på bildet finnes i flere utgaver, er klassifisert for 9 personer og tåler 2 meter høye bølger. Med fjernkontroll kan man senke ned en rampe rett på kaia, og rullestolbrukere kan rulle rett ombord. Dekket er uten hindringer, og har god plass til å manøvrere rullestol. (http://www.brastad.net)

Båten nederst på siden er en enklere og rimeligere utgave, som får en god beskrivelse på side 14. Legg merke til "drosjerampa" for om bordstiging. Den har fjærer, som gjør den lettere å skyve/dra tilbake til oppreist stilling.



Enkel rampe i kryssfiner, konstruert slik at hengslene ikke får for stor belastnong.

Liker du å seile?

Seilbåten, 2.4mR, kan seiles av alle. Flere seilforeninger har slike båter til kurs og utlån. Det sies også at en ekte seilbåtentusiast med glede viser frem båten sin og tar med gjester på tur. Båt under seil er svært stabile, men krenging og vending kan være et problem for mange. De fleste seilbåter for turbruk har også motor. Ta gjerne kontakt med nærmeste seilforening.

Leie båt

Å leie båt er et godt alternativ, særlig dersom målet er å prøve ut om en trives med båt. Det er da viktig å være klar over at det tar tid å finne og øve inn gode bevegelsesmønstre i en båt, og at det kan ta tid å finne ut hva som er bra.

Dersom en ikke har erfaring, er det viktig å ikke velge større båt enn det man kan mestre. Prøv også om båten er grei å komme om bord og i land fra, om setene er gode å sitte i samt andre ting av betydning for en med bevegelsesvansker. Blant annet kan det være viktig å sjekke om det er mulig å komme på toalettet. Uansett slipper en oppussing og vedlikehold.



Foto: Thor Nagell

Rutebåter, sightseeingbåter og badebåter

Det er fullt mulig å komme seg ut i skjærgården også uten egen båt. Selv om tilbudet burde vært bedre, er det flere kommuner som har eller arbeider med tilbud som også inkluderer rullestolbrukere. Ta kontakt med den lokale turistinformasjonen.





KOMME OM BORD OG I LAND

Å komme om bord i en båt er en utfordring for de fleste, også i nye og moderne båter. Det er derfor med undring at båtbransjen i liten grad setter fokus på å gjøre om bord og ilandstiging enklere. Folk flest er redde for å skli på glatte dekk, balansere på smale stiger og smale dekk, samtidig som vi leter etter noe å holde oss i. Derfor er det et håp at ideene under, vil være til nytte for mange flere enn bevegelseshemmede.

Eksemplene vi har tatt med, er ment som en inspirasjon og hjelp for at den enkelte skal finne sin måte å gjøre dette på. Vi har blant annet drøftet om kommunale kraner/daviter er en god løsning, men har valgt å ikke gå nærmere inn på dette. Erfaringene er ikke bare positive. Det er et svært lokalt tilbud som også krever opplæring og en viss teknisk innsikt. Vi ser imidlertid at dette kan være den eneste løsningen for enkelte.

Vurder mulighetene

Hvordan en kan komme om bord i en båt er knyttet til minst tre viktige elementer som gjensidig påvirker hverandre:

1. **Båt:** Hvor stabil er båten. Hvor høyt er rekka over vann og i forhold til brygga? Hva er bredde på rekka/dollbordet, og har båten andre praktiske innretninger som kan være til hjelp? Dette kan være puter, brett, håndtak, bøyler osv. Ofte er det svært enkle tiltak som kan gjøre båten mer brukbar.

2. **Brygge:** Hvordan er høyden på brygga, som vanligvis brukes, i forhold til båten? For de fleste er det en fordel at den ikke er høyere enn rekka på båten. Finnes det alternative brygger, som kan brukes?

3. **Egne fysiske muligheter og begrensninger:** Det kan være nyttig å spørre seg selv om hva jeg allerede kan og gjør i hverdagen. Dette kan være: Hvordan forflytter jeg meg sideveis, og hvordan kommer jeg opp fra gulvet. Hvor sterk er jeg i armer eller bein. Hvordan kan jeg, eventuelt med hjelp, utnytte dette? Hva trenger jeg hjelp til, og hvordan kan jeg formidle dette til andre? Har jeg, eller finnes det hjelpemidler som kan gjøre dette lettere? Det handler på mange måter om å gi kjente bevegelsesmønstre et nytt innhold.

For å finne de gode løsningene, er det i tillegg viktig med en god porsjon humor og kreativitet samt vilje til å prøve og feile. Et annet godt råd er å ta tingene som de kommer, og å ikke ta seg selv altfor høytidelig. Mange har også hatt stor nytte av å diskutere løsninger med sine omgivelser og med mennesker i samme situasjon.



Klatre ombord

- forlengs eller baklengs, har nok de fleste prøvd seg på. Når brygga er lav, kan det være en fordel å ha med noe å sette foten på, både når du skal ombord og ut av båten. Dette kan være noe som finnes i båten allerede, som verktøykasse, stigtrinn, bruskasse og lignende. På bildet vises en fender, "Fenderstep", som er stødig og har sklisikring.

Også inne i båten kan det være praktisk med løse trinn mellom dørken og benk og mellom benken og båtripa. Enkelte har med seg toalettskamler for barn som kan stables. Andre har laget seg små, stødige fottrinn som er lette å legge bort.

Håndtak og et høyt fast punkt

Å ha et håndtak eller et høyt fast punkt i båten, som tåler tyngden av kroppen, kan være svært nyttig. Eksempler på dette er:

- taket/overbygget på båten
- mast eller bom på seilbåt
- ekstra bøyle eller forsterket jure eller bøyle til kalesje

Det kan brukes til å støtte seg på eller holde seg fast i. Fest gjerne en stropp eller et tau med løkke i dette, så kan det brukes til å dra seg opp med, – eller kanskje bli heist opp?

Min måte:

Båten ligger sideveis.
Setter fra meg krykkene,
lener meg mot båten
og tar tak i overbygget.
Sleper et og et bein over på kanten av båten.

Et bein kommer seg over rekka, og med fortsatt godt grep i overbygget, firer jeg det sakte ned på benken.

Det andre beinet etter. På samme måten senker jeg meg ned på dørken.

Med litt hjelp, mønstrer jeg av
– i motsatt rekkefølge.



Akterut

Flere båter har badeplattform. Noen har også luke, men de er dessverre for smale for rullestol. Når båten ligger sideveis eller med akterstavnen mot land eller lave brygger, kan det være lett å komme i land på lave fjellhyller fra badeplattformen.

Sette seg på båtripa

Når båtripa er omtrent på høyde med rullestolen, er det mest fornuftige å forflytte seg sideveis fra stol til båtripe, om nødvendig med hjelp av et forflytningsbrett. Husk bare at båten ikke er stabil og at den må ligge fast inntil brygga. Det er imidlertid viktig at en kan sitte relativt stødig når en kommer over på båten. For at en ikke skal falle bakover, når beina skal løftes inn eller ut av båten, er det nødvendig å få en arm eller noe annet å holde i. Et flatt dekk eller et akterdekk, slik som sørlandssjektene har, gjør at en både kan sitte godt og støtte seg bak med armene.



Fra rullestol og om bord i ei 21 fots sørlandssjekte



Han er sterk i armene, men har ingen styrke i beina. Med hjelp til å holde båten stabilt inntil brygga, lar han seg rolig skli ut av rullestolen og ned på brygga. Rullestolputa flyttes om bord, før han tar fatt på den siste biten ned i båten.



Med god styrke i armene og med litt mer hjelp, klarer han fint samme veien tilbake til rullestolen. Denne karen er nok sterkere enn de fleste. Likevel vil nok mange med litt mer hjelp og/eller noe styrke i armer og bein, kunne bruke denne metoden.



Flere synes det går lettere med ei glatt boblejakke, teppe eller en tynn madrass mot ryggen når en skal gli opp eller ned i båten. På den måten unngår en også å skrape opp ryggen.

Å bli heist ombord

For båter som har mast og bom, er det absolutt en mulighet til å bli heist om bord. Er båten stabil nok, kan det vel også være mulig å montere en davit eller ei enkel kran...?

Bommen på en seilbåt

kan også brukes som kran/heis. Her er det brukt et helt vanlig seil til personløfter. Seilet kan festes på vanlig måte eller rundt en manuell fastrammestol. (NB kryssrammestoler kan ikke brukes). Begge deler fungerer bra, men vi vil anbefale at rullestolen, dersom den skal være med, blir løftet om bord på annen måte. Dersom det ikke er fast tak over nedgangen til kabinen, er det også mulig å fortsette helt ned i båten.

Det anbefales å bruke bomheisen til selve løftet, og at lengden på storseilskjøtet beholdes med fast lengde. Dersom trinsa på bommen kan flyttes, plasseres denne slik at personen kommer opp i båten der man ønsker. På brygga settes rullestolen nærmest mulig rekka, og bommen senkes slik at kroken på skjøtet lett kan festes til sengeseilet.

Mindre båter og joller

Å komme om bord i og i land fra mindre båter, opplever mange som problematisk. De er ustabile og ekstra utsatt fra bølger og andre ukontrollerte bevegelser. En god ide kan være å montere en badestige med hengsler på brygga, som kan vippes ned på dørken ved om bord- og ilandstiging. Fordi stigen er festet i brygga, forblir stigen stabil, selv om båten ligger urolig. Stiger finnes og kan bestilles i flere lengder og utgaver, det er også mulig å sette inn ekstra trinn for å gjøre avstanden mellom trinnene kortere.

En oppgave for "Petter Smart"?

Mange av dem vi har vært i kontakt med i forbindelse med i arbeidet med dette heftet, har lansert tanker om om bordstiging som de ikke har realisert. En ide som har gått igjen, har vært et enkelt sete heist opp/senket med hjelp av en jekk eller vinsj. Kan stigen over eller et annet enkelt fundament være utgangpunkt for en fremtidig og enkel løsning? Treningsapparatet "Bråsterk" har også satt kreativiteten i gang hos enkelte. Norges Handikapforbund Agder imøteser med spenning nye og kreative løsninger!









RULLESTOL OG FRIHET MED BÅT SJØEN HAR EN STOR

Jeg har alltid hatt et kjærlighetsforhold til det som gjelder sjø- og båtliv. Da jeg ble avhengig av rullestol, var jeg fast bestemt på at jeg fortsatt skulle ut å nyte det maritime livet. Det har ikke vært en enkel sak, og heller ikke særlig billig. Plutselig kunne jeg ikke bruke den gamle båten min. Ung og med mer enn nok lån allerede, var det heller ikke akkurat mulig å gå hen å kjøpe seg en spesialtilpasset båt. Men til slutt ble en Pioner Multi min trofaste følgesvenn på sjøen. Denne er meget praktisk, og faktisk en av de båtene på markedet som, slik jeg ser det, er best egnet for rullestolbrukere. Ikke optimal, men med kreative krefter og en del modifikasjoner, har båten absolutt blitt en funksjonell farkost.

Båten kom på plass, og spørsmålet om hvordan jeg skulle få til en fornuftig adkomst uten hjelp fra andre, måtte løses. Jeg var heldig og fikk båtplass på ei flytebrygge. Som de fleste flytebrygger, er den "nesten" tilgjengelig. Men med en enkel "skråbakke", som jeg skrudde fast i landgangen, løste dette seg. Denne ble også tatt godt imot av andre på brygga. Nå var det jo enklere å frakte utstyr til og fra båtene, uten å dra det over en 25 cm høy kant. Nå var jeg kommet meg greit ut på brygga. Men hvordan skulle jeg komme meg om bord i båten? Med noen dørhengsler, forskalingslemmer og diverse tauverk og liknende, fikk jeg til en landgang opp i båten. Den er nok litt bratt, men for meg har dette fungert bra.





FORDEL, I MOTSETNING TIL NATUREN PÅ LAND, ER DEN RIMELIG FLAT...

Båten min er veldig grei å komme i land på blant annet strender, flate svaberg og ramper for utsetting av båter. Baugporten vinsjes ned, og så er det bare å trille i land. Når jeg reiser ut aleine, er det greit å ha med en liten forskalingslem til å legge mellom baugen og land. Å komme i land på vanlige brygger byr på problemer, men har brygga omtrent samme høyde som flytebrygger, så går det bra. Båten er også anvendelig for både bading og krabbetaking. Det er bare å sveive ned lemmen og skli ut i vannet. Skal jeg ta krabber, legger jeg meg langflat på lemmen og plukker krabber på fjellet.

Når det gjelder opptak og vedlikehold, har jeg en båt som ikke krever mye vedlikehold. Jeg får en lastebil med kran til å løfte den opp. Mens den henger i krana, benytter jeg anledningen til å spyle den mest mulig rein. Den blir plassert i hagen slik at jeg lett kan komme om bord og gjøre vårpussen mest mulig alene. Bunnstoffing får jeg hjelp til, men gjennomgang av motor, styring og ettertrekking av skruer og liknende, fikser jeg selv. Når våren kommer får jeg lastebilen til å sjøsette den.

"Multien" er, etter min mening, et bra alternativ for rullestolbrukere, men det er en dagsturbåt uten vindskjerm og kalesje. Selv om jeg har sett denne båten med hjemmelaget skjerm, må det være rimelig bra vær, for å kunne dra på tur. I fremtiden ser jeg for meg å utforme en tilrettelagt båt selv, basert på et standard skrog. Det finnes flere båter på markedet som ved modifikasjoner kan gjøres brukbare også for meg.



Foto: Bragdøya kystlag

ANKRING OG REISEMÅL

OM VINTEREN KAN JEG LUKKE ØYNENE OG LA TANKENE FLY GJENNOM SKJÆRGÅRDEN. BESØKER "MINE" STEDER OG HENTER HJEM LITT SOL OG SOMMER TIL EN SLITEN KROPP OG SJEL.

« Naturen kommer så nærme når vi ligger sideveis mot heia. Sjø på ene sida og svaberg på den andre. Selv om jeg foretrekker å være i båten, går det lett å være med i samtalen på land. »



Naturens egen brygge.

Å sette kursen ut av båthavna med en blanding av forventning og spenning om hvor båten vil ta deg, er som å dra på skattejakt. Er favorittplassen opptatt, eller er det ledig ved bygga på holmen "min"? Mange oppsøker trygge kjente havner, mens andre søker spenningen i å utforske nye muligheter. Noen trives med travelhet og mye folk, mens andre søker stillhet og ensomhet. Bevegelseshemmede må også vurdere reisemålet ut fra ønsket om å komme i land, eller om dagen kan tilbringes i båten.

« Å gjøre strandhogg gir meg følelsen av å eie en bit av skjærgården »

Drømmen om "sjø, sol og sommer", lever i mange av oss som selve symbolet på livskvalitet. Derfor er det også gjort mye for å legge til rette for at allmennheten skal kunne ta i bruk kysten til ferie og fritid. Særlig gjelder dette skjærgårdsparker og friarealer, som årlig får statlig støtte til vedlikehold og drift. Noen anlegg er brukbare for rullestol, men det er dessverre langt frem før dette er en selvfølgelighet. Det kan derfor være nyttig å ta kontakt med kommunen for å få en oversikt over tilrettelagte anlegg. Hva som er brukbart for den enkelte, er også forskjellig. Erfaringsmessig er mulighetene atskillig større enn man skulle tro, – hvis man bare tør prøve.



Hvordan finne frem?

Sjøsportskart er en selvfølge også i småbåter. I tillegg finnes det en del god materiell og litteratur til hjelp for den som ferdes langs kysten. Her finnes opplysninger om gode ankringsplasser, brygger og naturhavner. I bilder og tekst gir de nyttig informasjon om blant annet dybder, innkjøringsleder, toaletter og lignende. Les mer om dette på side 29.

Brygger

Mange kommuner har de siste årene vært flinke til å bygge brygger. Her er det som regel utplassert søppeldunker og, noen steder kombinert bordbenker. Toaletter finnes også enkelte steder, men adkomsten til disse er ofte vanskelig.

Øyer og holmer med bryggeanlegg er populære og gode reisemål også for bevegelseshemmede. Det er lett å legge til og fortøye, og gjør det enklere å komme i land med god mat, bord og (rulle-) stoler. Enkelte steder er det også mulighet for korte turer på stier og gamle veier, både til fots og med rullestol. Dette gjelder særlig større øyer med tidligere industri, fast bosetting eller militær aktivitet, som har hatt behov for kjerre eller tralle til frakt. Her kan man virkelig kjenne susen av gammel kystkultur.

Båtforeninger og kystlag

Langs kysten finnes en mengde båtforeninger og kystlag. Mange av disse har som formål å ta vare på kystkulturen og legge til rette for en god og sikker bruk av båt langs kysten. Flere har egne anlegg med brygge og bygninger til felles bruk. Her kan det være mye erfaring og hjelp å få og gi. Like viktig er kanskje gode venner, felleskap og den gode historien.

Fordi brygger er populære reisemål og båttrafikken er stor, er det ikke alltid mulig å kunne legge seg sideveis her. Særlig gjelder dette i høysesongen, helger og i sentrale områder på Sørlandet. Det kan derfor være fornuftig å vurdere om det er mulig å omgå dette. I helgene kan det blant annet



Legge til brygga alene, også når det er vind!

"Jeg går sidelengs inn til kaia, setter fast tauet og kjører videre frem til tauet er stramt samtidig som maskinen fortsetter å gå fremover. Dermed blir båten liggende klistret inntil brygga og jeg får da all verdens tid til å ordne resten av fortøyninga. Husk bare å stoppe maskinen før du legger deg!"

være fornuftig å starte opp relativt tidlig på formiddagen, og reiser man vest for Nye Hellesund i Søgne kommune, er travelheten betydelig lavere enn på kysten lengre øst.

Ligge sideveis mot fjellet

Et annet alternativ er å finne sin egen naturlige brygge. Håndbøker og litteraturen for fritidsbåter viser også eksempler på steder dette er mulig. Men de beste plassene finner vi ofte selv, og krysser de av på kartet. Det kan også være fornuftig å merke seg hvordan båten må ligge for å få best resultat. Husk store, gode fendere, det er dessverre altfor mange båtbøller på sjøen.

På svai

Ikke alle ser det som nødvendig å gå på land. Det er både tungvint og slitsomt å komme opp og ned av båten. Om bord har man ofte den komforten man har behov for. Da kan det være fint bare å kaste dreggen og ligge på svai. Husk bare å slippe ut nok dreggtau, så unngår du overraskelsen med å miste feste. Det kan være fornuftig å feste et lodd i passe lengde fra dreggen.

"Tøffe" en tur eller drive på fjorden

I Gabriel Scotts tid seilte, rodde eller "tøffet" folk en tur når arbeidsøkta var over. Snørene ble kastet, man hilste til de man kjente og de man ikke kjente, og brukte sjøturen til å hente seg inn. Mange hestekrefter gjør det mulig å skru opp farten ut mot åpen sjø, kjenne hvordan luften tar fatt under vingene og feier dagens trivialiteter og bekymringer bort. Ligge og drive på fjorden en sval sommerkveld eller het sommerdag. Nyte livet, et godt måltid mat eller kaste ut snøret med håp om å få napp.

"Jeg må innrømme at jeg er fasinert av ruskete vær. Ligge i ei trygg havn og lytte til vinden som uler over knattene og bølgene som bryter langt der ute. Legge seg om kvelden, høre klukking mot skroget og kjenne hvordan båten, med lange drag, haler og drar i fortøyningene. Krølle seg sammen og trekke dyna godt opp under ørene. Lytte til naturen. Regndråper som tikker mot taket i kahytten, øker til et virvlende crescendo for deretter å dabbe av. Kjenne at sjølufta har gjort kroppen deilig trøtt og at søvnen tar meg inn i drømmer om nye slake dager, sol og sommer."

God tur!


Foto: Bragdøya kystlag

Å LEVE I BÅT

For min del er båtliv en dyd av nødvendighet. I tillegg får jeg en utrolig frihet og flotte naturopplevelser på kjøpet. Jeg flytter som regel ut i "båden" rundt påsketider, og er garantert ute når våren og pollensesongen kommer. Mange lurer på hvordan det går an leve i en båt? De fleste tenker nok på at jeg bruker krykker og rullestol, og så ensomheten da! Å klare eller ikke klare, har selvfølgelig mye med ens egen innstilling til å klare seg sjøl, og hvordan en ordner seg.

I vår båt har jeg montert håndtak og rekker der jeg har behov for det. Jeg har også montert en bøyle mellom rekka og styrhuset, slik at jeg har noe høyt å holde meg når jeg skal om bord. I grov sjø er det absolutt praktisk med nok av rekker og håndtak å holde seg fast i. En sikkerhetsele, hoftetypen, kan også være påkrevd. Det er fort gjort å skli ut av stoler og benker, selv med moderat sjøgang. Fortøyningene sitter fast på sine fester, og jeg har plassert tauene der jeg lett kan få tak i dem. På min båt har jeg akterfortøyninga liggende frem til styreposisjonen med en krok i enden av tauet. Når jeg så kommer inntil brygga, er det bare å træ det rundt festet, og så hekte kroken på tauet igjen. Så får de som ler, bare le!

Det finnes faktisk en god del brygger som en kan fortøye sideveis ved i skjærgården. Men det går også utrolig fint å fortøye i ei bratt fjellside. Til det bruk har jeg med meg en del jernbanespiker, som jeg slår inn i egnede sprekker. Når jeg reiser videre, lar jeg de bare stå, så er det klart til neste gang jeg kommer. Jeg glemte fenderne, de henger ute på utsida av rekka hele tiden. Jeg bruker bare de runde kulefenderne, de er de greieste og knirker og piper lite.

Elektrisk ankervinsj er også et veldig godt hjelpemiddel. Det hender jeg bare slipper ankeret i ei fin bukt, og sviver rundt etter strøm og vindens forgodtbefinnende. Utrolig herlig! Det hender også at sjøfugl og ender tar seg en tur på dekk for å se hva for en raring jeg er. En får liksom et helt annet forhold til naturen når en lever på denne måten.

Av og til blir en jo nødt til å besøke fastlandet. En må jo av og til ha noen forfriskninger av butikkvarer, selv om en og annen middag kan hentes under båten. Vil en på land, er rullestolen grei å ha med. Typen som kan klappes sammen, kryssrammestol, er det greieste synes jeg. Og får en sydd en vanntett pose, så kan godt doningen stå på dekk. Havner og gjestehavner er alt fra nesten perfekt til veldig dårlig. Flytebrygger er mest brukt. Landganger fra brygga til land har nesten alltid terskler fra 15 - 30 cm, så en bit tykk finer til å hjelpe seg med, er greit å ha med.

Dusj og toalett er også med få unntak vanskelig, så kan en få til toalett og en enkel dusj om bord, er det det enkleste. Jeg har trykkvann om bord, så jeg kobler noen meter hageslange på vannkanna. Finner meg en fredelig plass, sitter på dekk og tar meg en dusj.

Så var det det med ensomheten da,. Jeg føler ikke det som et stort problem. Jeg har med meg "en meter bøker" av ymse slag. Når kvelden kommer, rigger jeg meg godt til i "sofaen" med radio og ei god bok, lytter til VHF'en og fyrer opp i ovnen. Ofte kaller venner meg opp, lurer på hvor jeg er og om jeg vil ha besøk. Som regel vil jeg jo det. Det blir mange fine dager og kvelder på den måten, for ikke å snakke om alle verdensproblemene som løses.



Foto: Bragdøya kystlag

LITT AV HVERT

DE UMULIGE LØSNINGENE TRENGER BARE LITT LENGRE TID..

"Dra te' sjøs" bygger på informasjon som vi har fått av medlemmer og andre. I dette kapitlet er det samlet litt av hvert som ikke har fått plass andre steder, eller som det er behov for si noe mer om.

Terskeleliminator

Flytebrygger er kommet for å bli og fungerer bra for de fleste. Blant annet gir den en konstant bryggehøyde i forhold til tidevannet. Landgangene, som forbinder bryggene med land, har imidlertid ofte en kant, fra 5 – 25cm, både i overgangen til land og til brygge som skaper problemer. Dersom du bruker rullestol eller rullator, vil vi anbefale å ha med to plater i båten til å legge over. Er de ca 25 x 55cm, kan de lett få plass på rullator eller fotbrettet til rullestolen, og passer for terskler inntil 15cm. Kryssfiner kan også brukes, men for en rimelig penge kan du få laget platene i aluminium på et verksted.

Et godt råd for å få samme avstand mellom platene hver gang: Bor et hull i hver plate, legg platene slik at de passer til hjulene og fest ei line/tau stramt mellom platen. Da platene på bilde ble testet, forsvant plutselig ei av platene mellom bordene i



bygga og ned i sjøen. Med line i mellom, hadde vi unngått å miste den.

Toalett og sanitær

Toalettrommene er trange og vanskelig å komme til i de fleste båter, og offentlige toaletter er ofte kronglete å nå frem til. Dette gjelder særlig for rullestolbrukere, men også for mennesker med relativt lett nedsatt bevegelighet. Det kan derfor være fornuftig å ha med seg en "Port a porti"/ bærbart toalett i båten. Den gamle potta eller et bekken kan selvfølgelig også gjøre nytten. Kalesje, forhenget til en reisedusj, vind/leskjerm eller et telt kan brukes som skjerming.

«Endelig, fikk vi oss en god dusj , og fluene forsvant!»

Etter flere dager i båt, kan det være påkrevd med en dusj. Kvaliteten og tilgjengeligheten på marinaene er nokså varierende. Flere båter har installert trykkvann med både kaldt og varmt vann, men det er fullt mulig å ordne dette på andre måter. Det finnes dusjputer som legges på dekk for opp-varming i sola, mens andre foretrekker en og en halv liters tomflasker. Båter tåler vann, og dersom det er problematisk å komme på land, dekk eller badeplattform, så søl i vei og la vannet renne gjennom dørken!

Komfort og stabilitet

Bølger, ujevne bevegelser, grov sjø, ja av og til bare vibrering fra motoren, skaper problemer for mange. Det er uansett viktig for alle å sitte godt. Igjen gjelder det å vurdere hvilke muligheter som finnes for din kropp og den båten du bruker. Selv om du ikke er "kaptein", er det både lov og viktig å si ifra. Forklar hvilke løsninger som er nødvendige for at også du skal få en god opplevelse av båtturen. Ta gjerne med en god campingstol eller rullestol-pute.

Dersom man har dårlig stabilitet, eller når det er grov sjø, kan det være viktig å ha håndtak strategisk plassert. For å sitte stabilt og fast, kan det for enkelte også være smart å montere tre- eller topunkts bilbelte.

Saccosekker er svært stødige og lette å hive om bord, og er også gode å sitte i på land. Det er også mulig å få sydd en sekk/pute hos en seilmaker i solid seilduk. Da er det mulig å få sydd/montert på stropper slik at det er mulig å sitte i den for å bli løftet eller heist ombord.



Matlaging

Det er en fordel om byssa ligger på samme nivå som der man skal spise og oppholder seg, og gjerne slik at det er mulig å sitte mens det kokkeleres.

Å grille er en velbrukt og god måte å tilberede mat på om sommeren. Det er flere som griller på land og spiser i båten fordi det er tungvint å komme på land. Et annet alternativ kan være en grill som kan monteres på båtrekka. (Mer informasjon om produktet på bildet på side 30).

Sommeren kan også være kald

Sommeren kan også være kald, og med dårlig blodsirkulasjon er det viktig å holde seg god og varm.

Dersom båten ligger i båthavn eller marina, er det som regel mulig å koble seg til 220 V strøm. Ta med en liten elektrisk ovn eller en "Pod". Pod er en parafinbasert ovn beregnet på båt, og som er sikker og relativt luktfri. Flere båter har varmeanlegg, og det er også mulig å etterinstallere dette.

Det finnes også rimeligere løsninger. Kjøleelementer kan varmes i varmt vann og brukes som varmepute. Det samme kan tomme mineralflasker eller medbrakt varmeflaske. En rund stein kan varmes opp på glørne etter bålet og plasseres på kokeapparatet eller varmes opp direkte på primusen i løpet av kvelden. Ut over natta vil den fungere som et varmemagasin.

VEDLIKEHOLD OG OPPUSSING

Vedlikehold oppfattes kanskje som en av de største utfordringene ved det å ha båt. Særlig for den som skal gjøre det, og spesielt for den som trenger mye hjelp. Her kommer noen forslag som kan gjøre det lettere:

❀ Lei noen til å gjøre den verste jobben. Noen firma tilbyr å gjøre alt. Du leverer nøkkelen når sesongen er over og hente den om våren. Da har de tatt opp båten, vasket den, hatt den i opplag, overhalt motoren, pusset den opp og satt den på vann. Det koster, men du kan velge hva du vil gjøre selv.

❀ Når båten blir tatt opp om høsten, er det fornuftig å spyle den utvendig.

❀ Mange setter båten på vann og tar vask, pussing og polering etter hvert. Ta gjerne med deg gode venner til dugnad og en pose reker....

❀ Det er ikke nødvendig å stoffe (legge på bunnstoff under) båten hvert år,hvert andre år er mer enn nok. Enkelte produkter varer i flere år. Flere anbefaler å bruke selvpolerende bunnstoff. Dette fås i flere farger. Har du rødt fra før og fortsetter med blått, er det ikke nødvendig å styke på nytt før det røde igjen er godt synlig. Ikke tenk på at det er flekkete, det er det bare fiskene som ser.

❀ Mange velger en mørk farge på båten. Hvitt er fint, men upraktisk. Det er fullt mulig å skifte farge på både skrog og dekk, selv på plastbåter.

❀ Flere typer båter kan ligge ute hele året. Hvert andre år tas de opp på slipp for ettersyn og stoffing.

❀ Mahogni og teak er nydelige når det er blankt og nylakkert, men må skrapes og lakkeres hvert år. Produktet "Efifanes" (med tynner) tåler frost, vær og vind og varer lengre. Bruker du "Ovatrol", kan du bare pusse lett og stryke på et nytt lag. Det komme stadig nye produkter.

❀ Lytt og lær, så blir lista lengre.



EN SOMMER MED KRYKKER OG BEINET I GIPS

På grunn av en operasjon måtte jeg gå med gips gjennom en hel vår- og sommersesong. Jeg har tre trebåter som skulle klargjøres til sommeren, og dette bød på flere utfordringer. Med god hjelp av kone og gode venner, ordnet imidlertid det meste seg. Jeg oppdaget at en god del verktøy er laget for stående, så jeg måtte utføre mye arbeid på kne, krypende rundt. Det gikk heldigvis greit det også.

En periode denne sommeren var jeg også alene i båten. Jeg fant ut hvordan jeg skulle fortøye uten å bruke dregg, krøp rundt på båten for å henge ut fendere og gjorde klar tauverk til feste i land. Det er ikke alltid nødvendig å klatre på land for å legge til, og jeg har funnet noen småtriks når jeg fortøyer. Jeg bruker et litt langt tau når det er bolter, pullerter eller steiner å feste i. Kveiler opp tauet, holder det i begge tampene (endene) og kaster kveilen med bukten mot bolten eller pullerten og drar inn slakken. Det blir omtrent som å kaste lasso, og det fungerer bra. Når jeg skal fortøye, bruker jeg å feste begge endene om bord. Når jeg drar, er det bare å løsne og dra tauene inn i båten. På den måten slipper jeg å krype på land og om bord igjen, når jeg skal videre.

Jeg bruker også en liten soknedregg eller en stor pilk. Den binder jeg i den ene enden av tauet og kaster den på land, slik at krokene fester seg i noe kratt, busker eller steiner. Da har man feste og kan fortøye greit. Vi har også en gummibåt på slep. Den er god til å bruke som fender mellom båten og land, når vi ligger med siden inntil fjellet. Den er også en fin landgang. Jeg kryper ned i gummibåten og deretter videre på land.

Den aller beste løsning er å gå sammen med en vennebåt, noe som er svært trivelig. Det er i tillegg veldig trygt og godt, fordi vi kan hjelpe hverandre. På forhånd har vi avtalt hvordan vi skal legge til. Den andre båten fortøyer først, og så legger vi oss inntil båtsiden deres. Enklere kan det ikke gjøres, og det er en fin måte å være sammen på. Vi har hvert vårt "hjem", og er likevel sammen.



PLANLEGGING OG UTFORMING I SKJÆRGÅRDEN

Det legges ned et stort arbeid med å tilrettelegge offentlige friområder og skjærgårdsparker for allmennheten, med brygger, toaletter, avfallshåndtering stier, informasjon og kulturarrangementer. Målet er å minske de fysiske barrierene for friluftsliv, og legge til rette for opplevelseskvaliteter. Et annet mål er at alle tiltak og tilrettelegging skjer på en slik måte at naturen ivaretas på en best mulig måte.

Når man velger å tilrettelegge et område for allmennheten, er det også nødvendig å finne løsninger som ivaretar hensynet til orienterings – og bevegelseshemmede. Det er ikke et mål å "gjøre skjærgården flat", men se hvor og på hvilken måte det er mulig å finne de kreative løsningene som er "gode for alle og nødvendige for andre". Plan- og bygningsloven med forskrifter gjelder også for planlegging i skjærgården, blant annet heter det at loven skal "legge til rette for en arealbruk til størst mulig gavn for den enkelte og samfunnet."

For bedre forståelse, anbefaler vi at dette kapitlet leses i sammenheng med kapitlene "Valg av båt" og "Å komme om bord i båten".

Hvem er bevegelseshemmede?

Gruppen bevegelseshemmede omfatter alle som har vansker med å bevege seg, enten det skyldes lunge- eller hjertesykdommer, dårlig balanse eller nedsatt styrke i hender, armer eller bein. Nedsatt styrke i armer og hender gjør at det kan være vanskelig å betjene utstyr og gjør at man har manglende kraft til å åpne dører, løfte ting, fortøye og å bruke dregg uten hjelp.

Noen trenger hjelpemidler som stokk, krykker, rullestol eller rullator. De færreste vil ha med seg elektrisk rullestol i båten fordi de ofte er svært tunge, men det er viktig at bade- /rutebåter og utbedringer dimensjoneres for slike stoler når det er mulig.

Planlegging

Universell utforming i skjærgården bør innarbeides i kommunale og fylkeskommunale planer. I tillegg til kartdelen, bør det i tekstdelen beskrives hvordan hensynet til mennesker med nedsatt funksjonsevne/planlegging for alle skal ivaretas. Innholdet i dette kapitlet gir flere forslag til dette.

Det kan være fornuftig å satse på noen utvalgte steder, og gjøre dette på en god måte. Steder, som har anløp av bade- eller rutebåter, bør prioriteres. I hovedsak gjelder de samme prinsippene for planlegging her som for friområder på land. Vi vil i dette kapitlet konsentrere oss om forhold som har dukket opp i arbeidet med dette heftet, og som i hovedsak retter seg mot tiltak i skjærgården. For generell planlegging av friområder, anbefaler vi følgende litteratur:

"Tilgjengelige uteområder" Kommunal planlegging og fysisk utforming. Norges Handikapforbund, nhf@nhf.no

"Tilgjengelige bygg og uteområder" Norges Handikapforbund. Kan bestilles leses og lastes ned på www.nhf.no

"Mange bekker små..." Hvordan samarbeid kan skape tilgjengelighet for alle. Rådet for funksjonshemmede i Kristiansand kommune v/Astrid M Staalesen

"Universell utforming over alt" – Planlegging av uteområder, bygninger og produkter for alle. Sosial- og helsedirektoratet: IS – 1141

Hva er ei god brygge?

Flytebrygger er kommet for å bli, og synes som en god løsning også for de fleste med bevegelsesvansker. Det ser ut som om høyden, som ikke variere med tidevannet, passer de fleste småbåter. En omtrentlig fast høyde gir også god forutsigbarhet for innøvde teknikker ved om bordstiging. Det er imidlertid en forutsetning at flytebrygga er rimelig stabil.



Nesten uten unntak møter mennesker med gangvansker, rullator og rullestol et problem med landgangene. De aller fleste har høye terskler, fra 5 – 25cm, ved overgang til brygge, men ofte også ved overgang til land. Ved henvendelse til produsenter, får vi vite at enkelte har dette i sitt varesortiment, men at de har liten etterspørsel. Når funksjonshemmede på eget initiativ har tatt

Informasjon

Samtidig som man gjør tiltak for at flest mulig skal kunne ta i bruk skjærgården, er det viktig at også informasjon om tilbudene, blir lett tilgjengelig. Dette kan gjøres gjennom turistinformasjonen, kommunens nettside, turistbrosjyrer, kart og andre kilder som gir opplysninger om friluftsliv. Opplysningene bør, i størst mulig grad, integreres i den øvrige informasjonen for området.

For bevegelseshemmede er det viktig å ha riktige forventninger til de mulighetene som finnes på stedet. For mange er det nødvendig å vite om det finnes et toalett som er brukbart for rullestol, og at adkomsten fra bygga og frem også kan brukes. Det kan også være nyttig å vite om det er mulig å komme fra brygga og videre inn i terrenget, og om kafeer eller attraksjoner er tilrettelagt. Det er også viktig å vite hvilke rute- eller badebåter det er mulig å bruke og om det er bergrensninger for manuell eller elektrisk rullestol. Opplysningene kan gis i tekst eller med symboler og piktogrammer. Her har vi tatt med symboler til bruk på kart og liknende som blant annet brukes i Kristiansand.

Informasjon om tilgjengelighet

Symboler til bruk på kart og liknende.



Person som kan gå noen trapper



Manuelle rullestoler



Manuelle rullestoler med medhjelper



Elektriske rullestoler



Elektriske rullestoler, men må ha noe hjelp i tillegg





initiativ til å jevne disse ut, har dette medført positive tilbakemeldinger fra de øvrige båteierne. Andre melder om uvilje til utbedring hos ansvarlige i kommunen eller utleier.

Det er kanskje her riktig å minne om at TEK (teknisk forskrift til Plan- og bygningsloven) § 10 stiller krav om at "Adkomsten skal være uten uventede hindre, ved behov kan tersklene være inntil 2,5 cm". På grunn av sikkerhet må landgangene også ha en langsgående stoppkant med høyde på minimum 2,5cm. Er den ikke bortimot flat, bør det også monteres håndrekke. Stigningen bør ikke overstige 1:12.

Høyde og bredde på faste brygger

I skjærgården finner vi mange ulike høyder på bryggene. For de aller fleste er det vanskelig å komme om bord og i land når brygga er for høy. Ved bygging av nye faste brygger i områder med lite forskjell på flo og fjære, slik som på Sørlandet, bør disse ikke være høyere enn 80 – 90 cm over normal vannstand. For å ivareta kravet om bestandighet, kan brygger med fordel bygges i naturstein.

Trapp som en del av brygga, er noe vi kjenner igjen fra private brygger i eldre kystsamfunn. Dette er noe som med fordel kan videreføres. Brygga på bildet har trapp, som med fordel kunne vært noe bredere, men gir på en enkel måte en alternativ høyde.

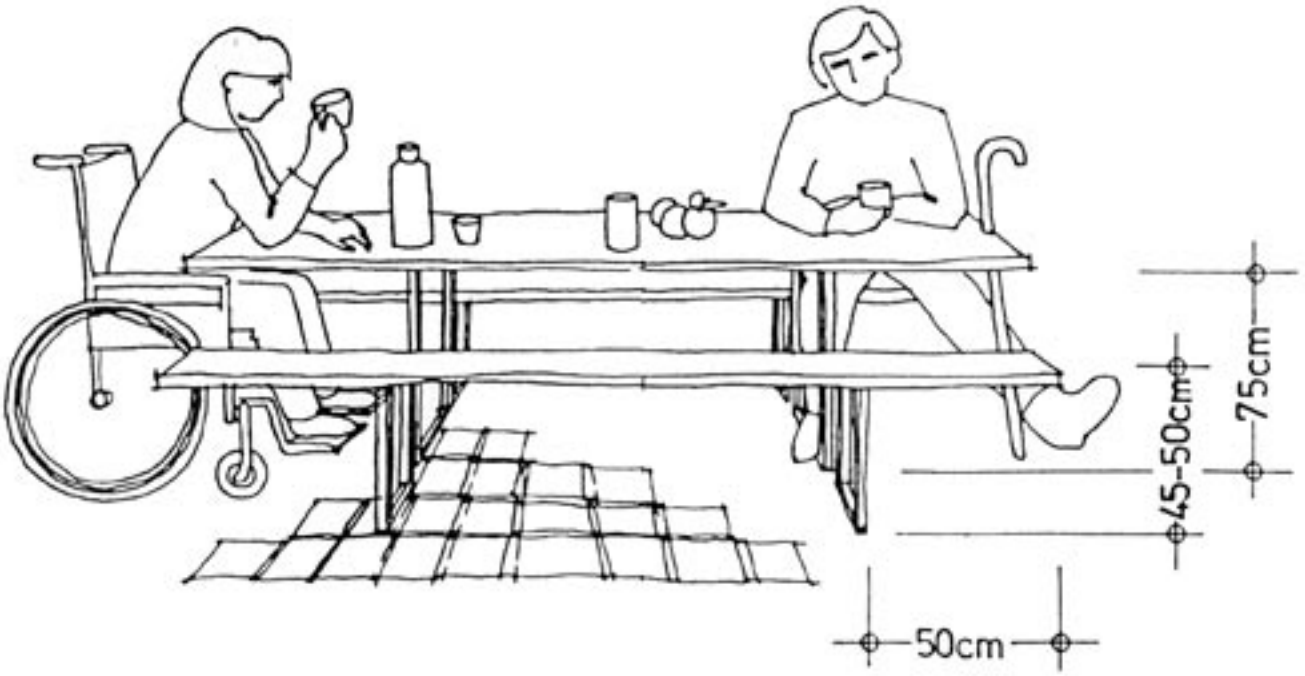
For at en rullestol skal kunne snu på en sikker måte, må ikke brygga være smalere enn 180 cm. På en kortere lengde, for å passeren et utspring eller liknende, kan den reduseres til minimum 90 cm.

Bryggetilbehør

En stoppkant av klosser og overliggere, slik bildet viser, gir fleksibel mulighet for fortøyning. I tillegg bør det være pullerter/stolper med jevne mellomrom, det gjør det lett å finne noe å fortøye i fra båten. Dette en god løsning for alle og svært viktig for de som strever med å komme seg på land. Stoppkanten gir også noe å holde seg i, samt sikkerhet for å falle i sjøen for blant annet for barnevogn, rullestol og synshemmede.

Nå bryggedekket er av tre, er det en fordel at bordretningen ligger på tvers av gangretningen. Dersom det ikke lar seg gjøre, bør bordene legges så tett som mulig for at dekkene på manuelle rullestoler ikke skal skades.

« Jeg fikk med meg en barndom med fiske, jakt og lange søvnige dager. Det var den tiden farmor lagde lapskaus på primusen og skrubba poteter i strandkanten, og farfar skylte oppvasken i håven. Verden var full av utfordringer både over og under vann. Bade, fange småkrabber, fiske bergnebb, dykke etter blåskjell, grave krabber og pilke torsk. Å gi mine barn en mulighet til de samme opplevelsene har vært viktig. Nærheten og enkelheten i livet i skjærgården fasinerer meg, og gjør båt til en viktig del av det gode liv. »



Benker

Flere brygger er utstyrt med kombinert benker og bord. I de fleste tilfellene er det et stort problem at benken på utsiden er for kort til å sitte på. Bordplaten blir da også for kort til at det er greit å sitte på bordenden i rullestol. Ikke alle klarer å klatre "inn i" bordet. Både benken og bordet bør være minst 50 cm på utsiden av bordbeina.

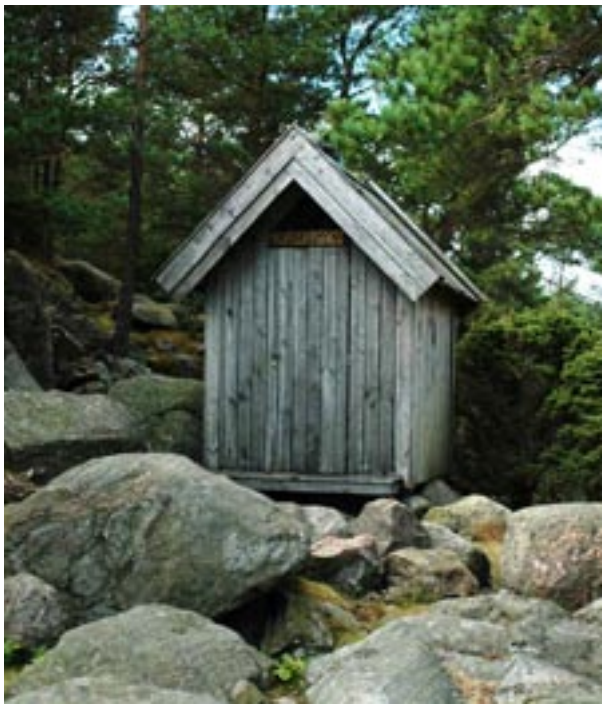
Toalett

Det er lagt ned et stort arbeid med å bygge toaletter i skjærgården, til stor glede og nytte for mange. Adkomst har dessverre ikke vært det viktigste i planleggingen. Bildene viser derfor mer regelen enn unntaket om hvor vanskelig det er blitt.

Toalett med god adkomst må få adskillig høyere prioritet ved planlegging og tiltak i skjærgården. Ofte er det ikke så mye som skal til.

Kristiansand kommune har laget en ny standard for toaletter i friluftsområder. Etter hvert som vedlikeholdet tilsier det, skiftes gamle ut med nye. Toalettene er store nok til at en elektrisk rullestol kan komme inn og døra kan lukkes og åpnes på en grei måte.

Dersom det er vanskelig å få til brukbar adkomst fra brygge eller lite ønskelig å bygge et permanent toalett, er det også mulig å plassere et mobilt toalett sammen med avfallsdunkene.



Flott, men bare for fjellgeiter? Søgne kommune.



Kristiansand kommune



Baderampe

Ved større anlegg og når forholdene ligger til rette for det, bør en også vurdere å anlegge baderampe. Erfaringsmessig er dette noe som mange flere enn bevegelseshemmede har nytte og glede av, særlig barn, "pyser" og andre som opplever tang og glatte svaberg som ubehagelig.

Stier

Erfaring viser at overraskende mange stier kan brukes av mennesker i rullestol. Og det er forbausende mange som kunne ha blitt tilgjengelig med enkle midler. Av og til er det bare å slå toppen av en liten stein eller fylle på noe grus. Enkelte steder ligger stien der, men det er ikke mulig å komme videre på grunn av et lite trinn, et tre, en stabbestein eller for løst underlag.

At det opparbeides eller legges til rette stier, som kan brukes med rullestol i skjærgården, handler om å finne de mulige løsningene der det ideelle ikke er gjennomførbart. I skjærgården er dette en utfordring, særlig når det gjelder stigning og bredde. Dersom annet ikke er mulig, og det ikke kan oppstå farlige situasjoner, kan det være tilstrekkelig bredde at en rullestol kan passere. Underlaget må imidlertid være fast i hele bredden. God grus er bra. Det samme er hardpakket jord, steinheller, betong og annet dekke som har god konsistens. For at stien skal gli bedre inn i terrenget, går det bra om sidene/skulderen av stien er gjengrodd med kort gress. Stien må da kategoriseres som brukbar for manuell rullestol med hjelper. Det samme gjelder dersom stigningen er brattere enn 1:12.

Brukermedvikning

Innholdet i dette heftet bygger helt og holdent på erfaringer og kunnskap hos båtentusiaster med en eller annen form for bevegelseshemming. Heftet hadde ikke blitt til uten deres bidrag. Hadde ikke disse vært sta, kreative og løsningsorienterte, hadde mange blitt sittende igjen på brygga og sett ut over sjøen. Brukermedvirkning betyr at planleggere, politikere og håndverkere, i tillegg til sin egen kompetanse, tar i bruk denne erfaringsbaserte kunnskapen for å finne gode, praktiske løsninger. Gjensidig dialog og samarbeid gir ofte de beste resultatene, også når det skal planlegges eller gjøres arbeider i skjærgården.



PRODUKTINFORMASJON

Litteratur

Det finnes en del god materiell og litteratur til hjelp for den som ferdes langs kysten med opplysninger om gode ankringsplasser i havner og uthavner. I bilder og tekst gir dette nyttig informasjon om blant annet dybder, innkjøringsleder, brygger, toaletter og lignende.

Sjøsportskart finnes både på papir og digitalt, og bør finnes i enhver båt. For noen områder finnes det også mer nøyaktige kart i større målestokk. Det gjelder blant annet "Blindleia" mellom Lillesand og Gamle Hellesund samt Flekkerøya utenfor Kristiansand. Det ser også ut som om de verste barnesykdommene med digitale kart og GPS har gitt seg. Det frarådes imidlertid å stole blindt på dette.

Håndbøker:

Den Norske Los, bind 1 - 7, utgitt av Statens kartverk. Her finner du kart og bilder og beskrivelser av havner og reisemål langs hele kysten. Finn den eller de bøkene som dekker den delen av kysten du bruker. Kjøpes i bokhandelen.

«Ferie og fritidshavner» er et tilbud til medlemmer av Redningsselskapets KystPatrulje. Kontakt Redningsselskapet.

"Veiviseren", Frilufts- og verneområder i kommunene Kristiansand, Søgne Sogndalen og Vennesla, Utgitt av Midt Agder Friluftsråd i samarbeid med Vest-Agder Fylkeskommune og Fylkemannen i Vest-Agder. Boka beskriver i bilder og tekst adkomsten, natur og lokalhistorie til alle områder i dette distriktet som er tilgjengelig for allmennheten. Ved hjelp av symboler gis det informasjon om tilgjengelighet og tilbud for publikum, deriblant mange med rullestolsymbol. Boka egner seg særlig godt for de som ønsker å komme til sjøen fra land. Kjøpes i bokhandelen.

Båteierboken. Her finner både den nybakte og den erfarne båteier et vell av nyttige tips og råd, tabeller, knuter og fortøyning, utdrag fra Sjøveisreglene, vær, vind osv. Kjøpes i bokhandelen.

Lokale guider og turistinformasjon

Turistinformasjon finnes i alle kommuner, og kan blant annet gi informasjon om båtturer i skjærgården. De kan ventelig også opplyse om båtene har en om bordstiging som er lett eller kan ta med rullestol. Mange kommuner har også en turistguide, som har mye informasjon om kommunen. Lillesand kommune har blant annet trykket kart som viser hvor i kommunen det er mulig å ankre opp med fritidsbåter. Flere kommuner lager også hvert år sommerguider med oversikt over arrangementer og aktiviteter.

I tillegg finnes det litteratur og båtblad/magasin for enhver smak samt utallige sider med båtstoff på internett. Det er imidlertid vanskelig å finne stoff om temaet båt og bevegelseshemming, både som litteratur og på internett.

Båtutstyr

Utstyr og produkter som er vist tidligere i heftet, er det mulig å få tak i fra forretninger som selger båtutstyr. De fleste større kystsamfunn med respekt for seg selv har minst en forretning, og det er utrolig hva selv de minste utsalgene kan klare å skaffe. På større steder finner man spesialbutikker som fører, reparerer og kan skaffe det meste. Det finnes også utstyrskataloger med tilbud om postordre, og det er mulig å søke på internett. De mest ihuga båtentusiastene finner imidlertid sin leverandør, og mener de da får både rabatter og bedre service.

Grillen "BBQTER" , som blant annet kan festes på båtkanten, og som vises på side 19 er foreløpig ikke ordinær salgsvare i Norge, men kan bestilles på www.bbqter.dk

Båtprodusenter og båtutsalg

Dersom det er aktuelt å kjøpe ny båt, og en har definert hvilke individuelle tilpasninger det er behov for, bør en undersøke om, og i hvilken grad produsenten kan tilby dette. Enkelte firma er velvillige til å tilby de fleste løsninger, mens noen få bare leverer standardbåter. Det er lettere å få gode og pene resultater dersom endringene er avklart før båten produseres. Vi har blant annet hørt om badeheiser, heis ned i kabinen og opp på flybridgen, utvidelse av bad, breiere og ekstra trappetrinn, alternative stoler og madrasser, ekstra håndtak og bedre badestiger. Men det koster, – ofte mye, så sjekk prisen på ekstraarbeidet! Flere båtutsalg tilbyr både båtpuss og båtopplag.

Mekaniske verksteder

kan hjelpe til med de fleste tilpasninger og ettermonteringer. Her er det også mulig å få hjelp til spesialprodukter som terskeleliminatorene/ aluminiumsplatene vi viste på side 20, eller hjelp til å tilpasse badestiger, bøyler og lignende.

Håndtak og bøyler

finnes i flere uforminger og materialer, både tre, stål og aluminium. De kan plasseres der det er nødvendig å ha noe å støtte seg på eller holde seg fast i. Blant annet finnes håndtak i aluminium i alle lengder og de fleste vinkler og bend. Dermed kan man få håndlister der man ønsker det,rundt hjørner og i vinkler opp eller ned. Systemene har også flere typer fester. De er enkelt å montere selv, dersom man kan eller vil. Alt som trengs er ei baufil, umbrakonøkkel, bor, skruer og et skru-jern.





Flytebrygger

Det finnes mange leverandører av flytebrygger, men ikke alle leverer landganger eller landganger uten høye terskler. Bryggene har også ulik høyde og det er stor forskjell på stabilitet. Erfaringene i prosjektet bak dette heftet tilsier at det er viktig med god stabilitet og at det kan se ut som om lave flytebrygger vil fungere bra for de fleste.

Stabilitet er også viktig på uteliggere. Dagens uteliggere er for smale for rullestol og lite stabile. Mange opplever de fleste av disse som vanskelige. Ørsta Marina Systems AS har en uteligger som har egenskaper som bør vurderes (se bilde) og som ville gjøre det lettere for bevegelseshemmede å skaffe seg båtplass. De har også en lett landgang med bæring i rekkverket samt en egen utviklingsavdeling som lager tilpasninger og spesielle løsninger på forespørsel. www.orstadmarina.com

Sikkerhet

Når det gjelder bergingsselskaper, finnes det to store aktører i markedet:

Redningsselskapet er en humanitær forening med formål å redde liv og berge verdier, samt å opprettholde og utføre rednings- og hjelpetjeneste langs den norske kyst, og i tilstøtende havområder hvor det måtte oppstå behov.

Redningsselskapet skal også drive opplysningsarbeid og forebyggende virksomhet for å bedre sikkerheten for sjøfarende. Selskapet tilbyr blant annet fritidsflåten eskortetjenester på utsatte kyststrekninger.

Tlf: 67 57 77 77 Url: www.redningsselskapet.no

Sjøassistanse er et produkt for fritidsflåten og er et samarbeid mellom kystradiostasjonene i hele Skandinavia. Til forskjell fra Redningsselskapet har de ikke egne båter. De bruker de tilbud og båter som er tilgjengelige og i nærheten ved behov og som kan kalles opp på VHF.

Telefon: 800 888 78 Url: www.sjoassistanse.com

Mobiltelefon eller VHF?

Det kan være viktig å ha med seg mobiltelfon på sjøen. I en akutt situasjon vil VHF likevel stå i særklasse, blant annet fordi det bare er å løfte av røret for å få kontakt. I en båt kan uventede situasjoner oppstå fort, og kreve rask og presis nødoppkalling.

Hvorfor VHF? Kommunikasjonsmessig har vi som lystbåteiere anledning til å bruke både VHF og mobiltelefon fra båten, fordi vi sjelden beveger



Rekkverket kan flyttes til den ene siden eller taes helt bort.

oss vekk fra kysten i særlig grad. Det er imidlertid viktig å huske på at det bare er på maritim VHF det er døgnkontinuerlig avlytting av nødkanaler, og rask varsling om noe skulle skje. Like viktig er det at man har mulighet til å kommunisere med andre fartøy som kan yte assistanse på forskjellige måter. Blant annet kan flere fartøy holde kontakt samtidig. Med mobiltelefon er det bare mulig å snakke med en og en abonnent og det finnes ikke noe regulert avlytting eller prioritering i sambandet.

Det er imidlertid et internasjonalt krav at maritimt VHF radioutstyr skal betjenes av personer som innehar et sertifikat som viser at vedkommende har de nødvendige kunnskaper til å delta i denne tjenesten. I Norge blir slike sertifikat utstedt av Radioinspeksjonen i Telenor Networks. Du kan lese deg til eksamen som selvstudie, men det anbefales at man deltar på et kurs. Kursene er av kort varighet, 1 – 2 kurskvelder, og averteres jevnlig i avisene.



Norges Handikapforbund
Postboks 9717 Grønland
0134 OSLO

Telefon:24 10 24 10
Faks: 24 10 24 99
nhf@nhf.no
www.nhf.no