Inventeringsrapport
Alby naturreservat
Badplatsen, Alby friluftsområde
Tyresö kommun



INVENTERINGSRAPPORT

Datum: 8/11 2017

Inventerare
Sofia Arnsten och Katrin Jones Hammarlund

Med från kommunen:
Martina Kiibus
Susanne Svidén
Jonas Hedlund

Projekt
Naturen på lika villkor

Utförare
Studiefrämjandet i Stockholms län

Fotograf om inget annat anges är Sofia Arnsten.

Detta är ett gemensamt projekt mellan Tyresö kommun, Länsstyrelsen i Stockholms län och Studiefrämjandet i Stockholms län.

Den här rapporten omfattar området från parkeringarna ner mot badet vid Alby friluftsområde. Den omfattar också grillplatser och servicebyggnader som raststugan, friluftsgården och Naturens rum. Information om tillgängligheten vid utomhusgymmet, längs elljusspåret och vid Kolardammarna finns i en separat rapport.

INFORMATION OM OMRÅDET

Inventerade webbplatser

tyreso.se

Det finns mycket information om Alby på områdets huvudsida. Informationen är uppdelad under olika rubriker. Det blir svårt för en person med kognitiva svårigheter att hitta information om de olika upplevelserna som finns i området. Texten om Alby naturreservat (inkl. friluftsgården, badet och elljusspåret) är medelsvår enligt läsbarhetsindex (www.lix.se).

Det vore bättre om kortfattad information finns om badet, elljusspåret, cafét, utegymmet mm. på en första sida om Alby naturreservat. Och att man sedan kan gå vidare och läsa mer om de olika områdena. Förenkla texten.

Till höger finns länkar ”Relaterad information” som lätt missas pga. att det är så mycket information i övrigt. Under ”Relaterad information” finns en länk ”Tillgänglighet vid Alby”. Här finns information som adress, parkering, toaletter och kontaktuppgifter. Kontrollera om adressen till området finns i Färdtjänst databas.

Det vore bättre om informationen ”Tillgänglighet vid Alby” tydligt framgår under varje sida om Alby. Informationen kan även utvecklas då den är något kortfattad.

Kompletteringar

Om det går att kan skaffa sig en bild av vad man kan förvänta sig underlättar det för ett aktivare friluftsliv. En tillgänglig webbplats bör innehålla följande information:

- Att det finns en toalett nere vid badet och vid friluftsgården och hur tillgängliga dessa är.
- Att det finns omklädningsrum nere vid badet och hur tillgängliga dessa är.
- Hur man tar sig till området.
    - Skriv gärna ut vilka bussar som åker dit och vad busshållplatserna heter.
    - Skriv gärna hur man tar sig dit med cykel, per fots och med bil.
- Hur lätta eller svåra de olika elljusspåren är. Komplettera gärna hur lätt eller svårt det är att nå dem från parkering eller buss.
- Lägg gärna ut bilder på hur området ser ut: Badet, elljusspåren, friluftsgården mm. Då kan besökarna förbereda sig inför besöket hemma.
- Att det finns grillplatser och hur tillgängliga de är för olika målgrupper.
- Under rubriken ”lättläst” finns en del information om kommunen. Förhoppningsvis kan den informationen kompletteras med information om naturområdena i kommunen.
- Översätt gärna informationen på hemsidan till teckenspråk.
- Hur terrängförhållandena ser ut och om det finns hinder i terrängen till exempel i form av branta lutningar, svåra övergångar eller trånga passager.
- Vilken GPS-adress området har.
- Hur mobiltäckningen är i området,
- Om det finns tillfälliga fel (exempelvis att den tillgängliga toaletten är ur bruk, räcken borta vid led eller annan viktig tillfällig information)
- Extra plus i kanten ger möjlighet till att göra virtuella besök. Riktigt bra är även om man kan få tillgång till digitala kartor som visar var man är på kartan, ortnamn i närheten, vägnummer, busshållplatser, parkeringsplats, lutning på leder och ramper.

Lite länkar till tips.

- Här finns tips om hur man bygger hemsidor för synsvaga:

http://www.srf.nu/det-har-gor-vi/fragor-vi-driver/hur-vi-jobbar-med-fragorna/it--och-kommunikationsteknik/tillgangliga-hemsidor/
http://www.srf.nu/globalassets/informationsmaterial/ett-tillgangligt-samhalle/text-som-fler-kan-lasa_tillganglig.pdf

- Här finns generella tips för bättre tillgänglighet: http://www.kulturradet.se/Tillgangligt-kulturliv/Battre-tillganglighet-pa-webbplatsen/

Kortfattad information finns på fritidsnatet.se.
På Naturkartan finns information om friluftsgården, utegymmet, discogolf och beachvolleyboll.
Ingen information finns i Tillgänglighetsdatabasen.

PARKERINGARNA OCH VÄGARNA NER TILL BADET

Den första parkeringen man kommer till ligger ca 300 meter efter infarten mot badet längs med Alby skogsväg. Den andra ligger vid friluftsgårdens bastu. Det är backar ner mot badet från båda parkeringarna. Det går att komma ner till badet, friluftsgården, raststugan och Naturens rum från båda parkeringarna.

Den första parkeringen är stor, men anlägg ändå gärna handikapparkeringar i närheten av stigen ner mot badet, 2-4 platser vore bra.

Den andra parkeringen har två handikapparkeringar. Markera gärna i staketet framför parkeringarna deras bredd så att tillräcklig plats finns för att gå in i och ut ur bilen med rullstol. Fem meter breda bör de vara.



Ovan: Första parkeringen
Nedan: Parkering friluftsgården. Markera gärna bredden i staketet.



Vägarna från parkeringarna ner till badet
Det är mindre brant från den första parkeringen, 2-4 grader, underlaget består av hårt packat grus. Den mäter ca 150 meter. Vägen är påverkad av avrinning. När man kommer ner för backen är det lättast att ta vänster om man kommer med rullstol eller om man har svårt att gå. Markera detta med riktningsvisande skyltar och symboler.

Den andra parkeringen har en brantare, men kortare backe ner mot badet, 4-6 grader är lutningen. Underlaget består även här av grus. Den mäter ca 30 meter. Vägen är påverkad av avrinning.



Ovan: Backe från första parkeringen
Nedan: Backe från friluftsgården

- Om möjligt, restaurera vägarna så att de blir mindre känsliga för avrinning.
- Anlägg, om möjligt, samtidigt ett vilplan ungefär halvvägs upp i backen på båda vägarna. Vilplanet ska vara utan lutning så att en person i rullstol kan vila sig.
- Placera ut bänkar så att man kan sätta sig och vila.



Riktningsvisande skyltar med avstånd och symboler. Foto: Mai Almén.



TOALETTER

Toaletter finns i bastubyggnaden vid friluftsgården och vid cafét. Det finns även vid badet, men det var stängt vid inventeringstillfället.

Toaletten i bastubyggnaden
I bastubyggnaden finns en handikapptoalett. Dörren till toaletten är något tung. Svängrummet utanför är 1,4 meter och behöver breddas. Svängrummet inne på toaletten är för litet, 0.7 m*1,6 m. Armstöd till toaletten saknas. Tröskeln in till toaletten är svårforcerad.

- Åtgärda den tunga dörren, t.ex. med automatisk dörröppnare.
- Plats för rullstolar att vända måste finnas både utanför och innanför. Minst 2,2 meter ska den frita ytan vara.
- Dörrens insida bör utrustas med ett draghandtag 80 cm över golv.
- Tröskeln behöver åtgärdas t.ex. med en tröskelramp
- Den fria ytan på ömse sidor av toalettstolen ska vara 70 cm så att assistenter får plats.
- Utrusta toaletten med armstöd. De ska vara upp- och nerfällbara. Överkanten ska vara 80 cm över golv och 60 cm från toalettstolen. De ska vara lätta att hantera och sakta glida ner.
- Toalettpapper ska placeras lättåtkomligt. Bra är om de placeras på armstöden.



Ovan: Inne på toaletten
Nedan: Ramp upp till toaletterna

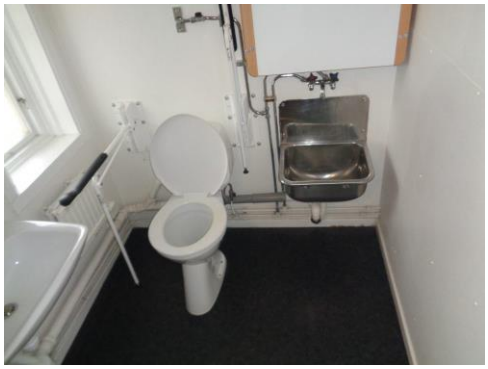


Det finns en ramp upp till toaletterna. Rampen är ca 10 meter lång. I början lutar den 6,2 grader under fem meter. Därefter kommer ett vilplan. Därefter lutar rampen 4 grader i fyra meter. I början av rampen finns en stålramp, den är vinklad ner mot marken vilket gör en rullstol kan få tvärstopp.

- Förläng rampen så att lutningen är max 2 grader (5 %).
- Behåll vilplanet.
- Byt ut stålrampen i början av rampen så att den är helt rak.
- Kontrastmarkera början och slutet på rampen samt början och slutet på vilplanet.

Toaletten friluftsgårdens café
Handikapptoalett finns, men den är för liten. Själva toalettstolen är placerad för nära både handfat och rostfri balja. Det gör det svårt för en person i rullstol att ta sig över till toaletten även med assistans.

- Stora åtgärder behövs för att göra handikapptoaletten tillgänglig. Det finns ytterligare en toalett bredvid. Ett förslag är att ta ner väggen mellan de båda toaletterna och göra en stor anpassad toalett.



BADET

Vid badet finns en asfalterad stig ner till bryggan. Själva bryggan är bred och fin men saknar avåkningskanter.



- Avåkningskanter bör finnas på bryggor. För att underlätta vattenavrinngen bör de inte gå ända ner utan vara cirka 5 cm höga, med underkanten 3 cm ovanför bryggans yta. Glipan får inte vara så stor att en person med teknikkäpp fastnar i glipan om denne använder sig av glidteknik.
- Det finns en kant mellan asfaltsstigen och rampen som leder upp på bryggan. Bygg bort den t.ex. mha en tröskelramp.
- Bryggans sidor bör kläs in för att undvika att man fastnar och river sig mot virket om man väljer att dra sig upp ur vattnet med hjälp av armarna.

Badbryggan kan förses med en mer tillgänglig badtrappa. Mått på trappan:

- Bredd på trappan, 60 centimeter. Alternativt kan trappan vara 1,2 meter bred. Det gör att en person med funktionsnedsättning kan få hjälp, eller bli ledsagad ner i vattnet.
- Handledare placeras på 0,9 meters höjd för att göra det möjligt för en person att stödja sig.
- Trappor bör finnas både på djupt och grunt vatten.



Exempel på badtrappa från skriften Stockholm - en stad för alla

Det finns en tillgänglig badramp. Den har varit placerad en bit bort från den stora bryggan. Dit finns ingen hårdgjord väg.

- För att öka tillgängligheten ytterligare vid badet föreslås att badrampen placeras vid den stora bryggan.
- Utöka den asfalterade stigen så att den går både till bryggan och badrampen.



En bit från badet finns omklädningsrum och toaletter. Det är en sluttning upp från badet som lutar ca 5 grader. Underlaget är gräs. Ingen av byggnaderna är tillgängliga för personer som har svårt att röra sig eller som kommer med rullstol. Toaletten var låst och inventerades inte.



- Det bästa vore om tillgängliga omklädningsrum och toaletter skulle kunna byggas närmare badet
- Alternativt – hårdgör en väg upp till befintliga omklädningsrum och toalett. Vägen bör ha en maximal lutning på 2 grader (=5% = 1/20). Det innebär att den inte kan gå rakt upp utan får byggas med en sväng.
- Gör om omklädningsrummen och toaletten så att de blir tillgängliga.

PLANERAD RAMP OCH FÅGELPLATTFORM

Diskussioner har skett inom kommunen att anlägga en utsiktplattform på höjden vid badet. Höjden är ca 5 meter hög och 85 meter lång. En ramp skulle gå upp till plattformen så att även personer med nedsatt rörlighet kan ta sig upp. För att vara så diskret som möjligt skulle rampen byggas på östra sidan om höjden. Rampen skulle inte kunna byggas rakt utan behöva gå över höjdryggen som syns på bilden nedan för att fortsätta på västra sidan.



Höjden syns här från söder mot norr.

Vid inventeringen diskuterades ett annat alternativ, att bygga rampen som en ”serpentinväg” vid nordöstra delen av höjden. Det är svårt att kontrollera hastigheten i en rullstol och svänga på samma gång, därför måste riktningsändringar ske på horisontell yta. Den horisontella ytan måste vara så pass lång att en person i rullstol hinner bromsa för att på ett säkert sätt kunna ta sig runt kurvan. Helst ska höjdskillnaden mellan varje vilplan inte överstiga 0,5 meter. Dvs. ramp 20 meter lång med en höjdskillnad på 1 meter eller 10 meter lång med höjdskillnad på 0,5 meter. Rampen kommer också att sticka ut en del då de horisontella planen kommer sticka ut vinkelrät från höjden. Detta alternativ skulle innebära många ”våningsplan” på rampen.

Nedan syns en ramp som byggts i Tåkerns naturreservat i Östergötland. Den går upp till ett fem meter högt fågeltorn. Rampen är 140 meter lång vilket är den längd som krävdes för att inte överstiga lutningen på 2 grader.

Generella riktlinjer för ramp se nästa sida.



Foto Henry Stahre.

Den enklaste alternativet vore att bygga rampen på västra sidan av höjden. Den sidan är mindre brant än den östra. Och den skulle gå att bygga ända ut till höjdens södraste del där det är plant. Det skulle göra lutningen på rampen så liten som möjligt.



Höjden syns här från väster.

Generella riktlinjer för ramp

- Ett vilplan var 10e meter.
- Helst ska höjdskillnaden mellan vilplanen inte överstiga 50 cm.
- Rampen bör vara minst 1,5 meter bred.
- Vilplanen kan göras 2 m breda så att möte mellan två personer i rullstol kan ske.
- Ramper bör aldrig sluta i en kurva, det gör det svårare för personer i rullstol och personer med dålig syn.
- Början och slutet på en ramp kontrastmarkeras för att underlätta för personer med nedsatt syn. Även början och slutet på varje vilplan bör kontrastmarkeras.
- Förse rampen med räcke på båda sidor för att förhindra att någon ramlar av och slår sig. Räcket bör även förses med extra brädor under toppbrädorna så att personer som kommer i rullstol kan ta hjälp av dem för att dra sig upp. Måla gärna räcket vitt för kontrastens skull.
- Trä är det vanligaste materialet att använda för ramper. Brädorna läggs vinkelrätt mot gångriktningen. Blött trä blir halt, men ohyvlade brädor kan ge ett visst halkskydd. För att ytterligare minska halkrisken kan plankorna spåras. Andra halkåtgärder på trä kan vara sandblandad färg/lack/lim eller putsnät som märlas fast. Oljat trä kan minska risken för halka då algpåväxt därigenom kan reduceras.

Fågelplattform
Eftersom plattformen placeras på en höjd bör den uppföras enligt Boverkets föreskrifter och allmänna råd om tillämpning av europeiska konstruktionsstandarder (eurokoder). Läs *Friluftsanordningar – en vägledning för planering och förvaltning* (Naturvårdsverket, 2007).

Plattformen bör göras tillräckligt stor så att fler personer med och utan rullstol, rullator eller barnvagn får plats. Bygg gärna några sittplatser.

Skyddsräcken måste finnas på plattformen. Dessa ska vara så höga att barn inte kan klättra över. De ska också utformas så att barn inte kan klättra igenom dem. Se exempel till höger.



Utsiktsplattform i Skuleskogens nationalpark, Västernorrland. Plats för många. Skydds-räckena ger god genomsikt tack vare nätstängsel. Foto: John Granbo

Om information om fåglar eller landskap ska finnas på plattformen, placera informationen så att den blir lättläst för alla. T.ex. skulle besökare kunna lyssna på olika fågelläten, antingen via ljudspelare eller genom att ringa ett telefonnummer och få ljuden uppspelade för sig. Eventuell information bör presenteras i punktskrift och översättas till teckenspråk.



Ramp som övergår i plattform.
Foto: Leif Löfroth



Utsiktsplattform Stora Kärret, Uppsala. Skyltarna är placerade på bra höjd för att man ska kunna läsa dem sittandes.
Foto: Magnus Mattisson



Skylt med punktskrift, QR-kod till teckentolkning och telefonnummer för audiell information.



Bilden visar en vevbar ljudspelare. Ingen el behövs för att driva den.
Foto: Thomas Ärlemo.

RASTMÖJLIGHETER

Raststuga
Marken framför raststugan behöver fixas iordning. Underlaget består av löst grus. Marken dippar något. Det finns ingen ramp in i stugan, utan bara ett trappsteg.

- Fyll upp marken framför stugan så att marken inte lutar.
- Hårdgör underlaget med stenmjöl (bergkross 0-4 mm).
- Bygg en ramp in i stugan (den som syns på bild nedan tillhör besökare som var i stugan vid inventeringstillfället).





Ovan: Ingång raststugan.
Vänster: Trappsteg in i raststugan

Alby friluftsgård
Det finns en ramp in till friluftsgården. Porten är gammaldags och tvådelad. Båda dörrarna måste öppnas för att person med rullator eller rullstol ska kunna komma in. Tröskeln är svår att ta sig över med rullstol.

- Dörrarna går förmodligen inte att åtgärda då det är ett gammalt hus och ev. K-märkt. Men kanske kunde man kunna installera en ringklocka för att påkalla uppmärksamhet och få hjälp med att öppna dörren.
- Åtgärda tröskeln med en tröskelramp.



Ovan: Ingång friluftsgården
Nedan: Tröskel friluftsgården



Grillplats

Det finns en grillplats om man går mot badet från parkering nummer 1. Höjden på grillen är bra och marken fram till den är hårdgjord. Bänkar finns, men bord saknas. Det finns en vedlår bredvid grillen. Den är ok, locket var lätt att öppna.

- Åtgärda gärna bänkarna så att de har rygg- och armstöd. Kontrollera sitthöjden, den bör vara 45-50 cm.
- Det är bra att ena sidan av grillen är öppen så att man kommer fram till den med rullstol.
- Ställ gärna dit ett bänkbord (se exempel nedan).



Vid inventeringstillfället diskuterades alternativa grillplatser. Den befintliga ligger i skugga hela dagen. Det stället som diskuterades finns markerat på kartan på sista sidan. Här finns idag ett bänkbord placerat vid en bergsknalle, i söderläge med fin utsikt. Bänkbordet är inte tillgänglighetsanpassat.

Upp till bänkbordet lutar det ca 4-5 grader ca 30 meter. Underlaget är gräs. För att göra en tillgänglig grillplats här skulle man behöva hårdgöra en väg upp. Helst skulle den göra några svängar för att minska lutningen.



Förslag på alternativ grillplats.



Exempel på anpassad grillplats, Vedyxaskogen, Uppsala. Foto Magnus Mattisson.



Bänkbord med utskjutande bordskiva. Det är lätt för personer som har svårt att lyfta på benen att sätta sig. Biskopstorps naturreservat, Halland. Foto Fabian Mebus.

Sittbänkar
Det saknas sittbänkar längs med vägen ner till badet och också nere vid badet. Placera gärna ut bänkar var 250 meter.

- En bra bänk bör vara mellan 45-50 cm i sitthöjd och armstöden placerade 70 cm över mark. De bör även vara utrustade med arm- och ryggstöd. Markera gärna ut på kartorna för reservatet var bänkar finns. Se exempel på sittbänk till höger.
- Gör en hårdgjord yta vid sidan av bänken för personer i rullstol.



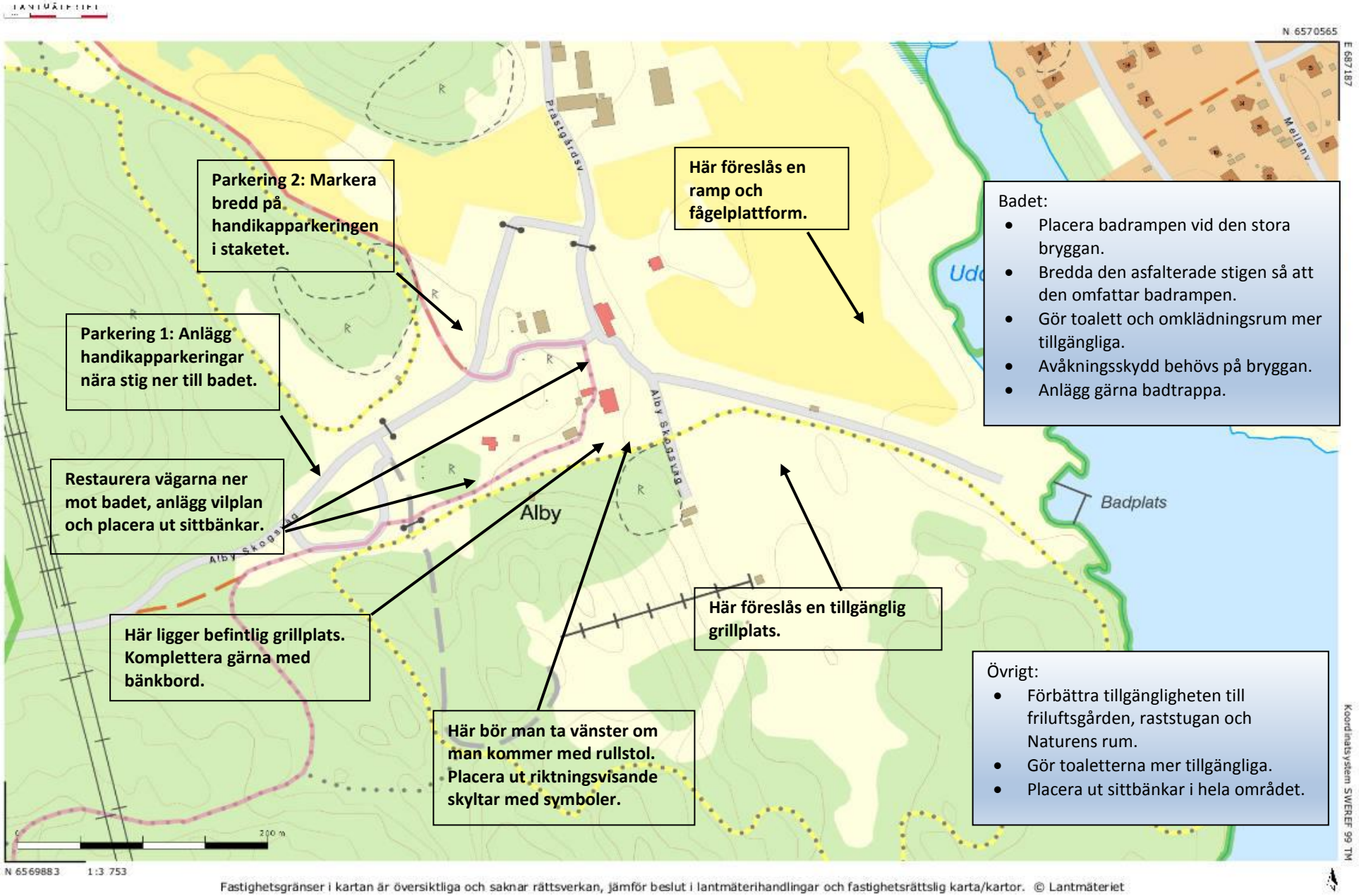
ÖVRIGT

Naturens rum

Vid Friluftsgården finns Naturens rum. Rampen upp är för brant och tröskeln in svårforcerad. Sätt dit en tröskelramp och förläng rampen så lutningen blir max 2 grader. Se till att övergången mellan tröskelrampen och rampen blir smidig så att risken att fastna med rullstol eller att snubbla minskas.







Fastighetsgränser i kartan är översiktliga och saknar rättsverkan, jämför beslut i lantmäterihandlingar och fastighetsrättslig karta/kartor. © Lantmäteriet