



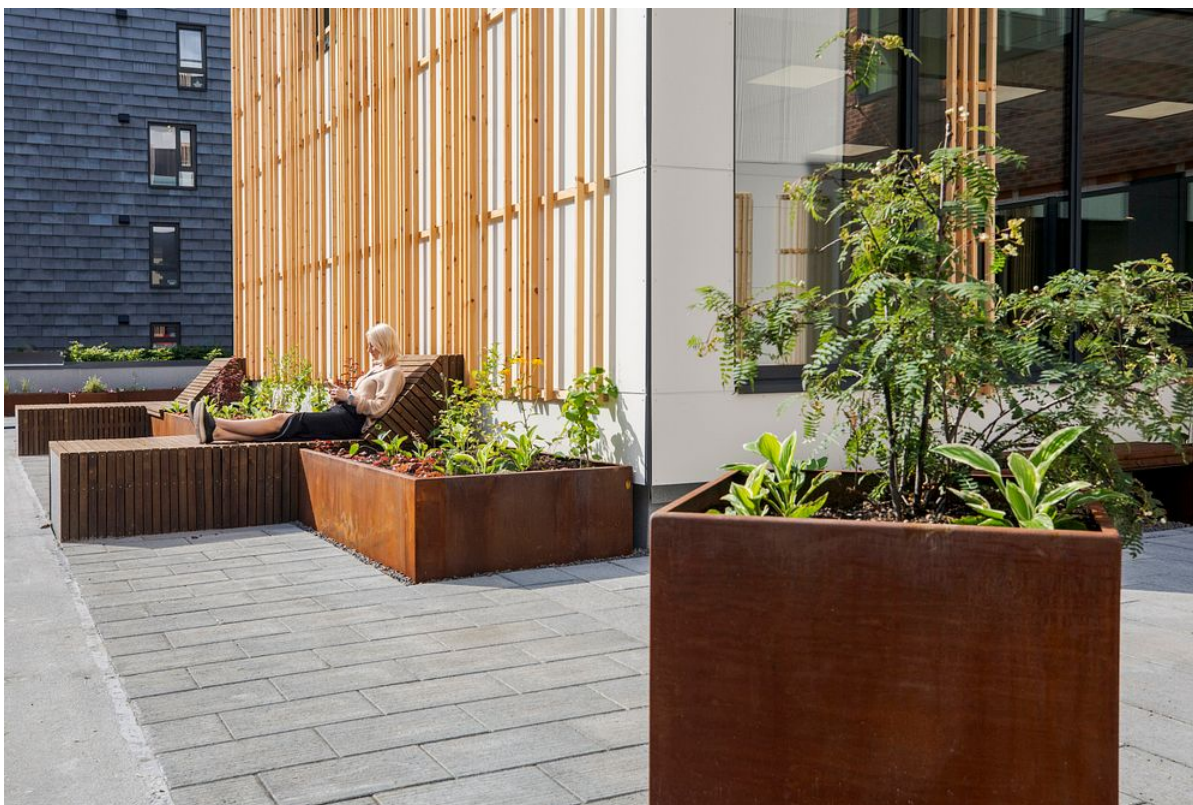
Marstrandgata 6 er rehabilitert, utvidet med to tilbygg i bakgården og påbygget med én ny etasje. Foto: Seff Holding AS

02-03-2026 14:16 CET

Månedens prosjekt: Marstrandgata 6

– Prosjektet er en del av SEFF sin overgang til en grønnere eiendomsportefølje. Vi opplever at både markedet og samarbeidspartnerne ser på selskapet som seriøst og langsiktig når vi tar grep som på sikt bidrar til et mer positivt miljøavtrykk i bransjen, sier Lars Thomassen, utviklingsleder i SEFF Holding.

I Marstrandgata 6 på Rodeløkka i Oslo har et kontorbygg på 10 549 kvadratmeter fra 1967 fått nytt liv. Det tidligere fire etasjer høye bygget er rehabilitert, utvidet med to tilbygg i bakgården og påbygget med én ny etasje. Byggherre har rehabilitert bygget med tydelige bærekraftsambisjoner og prosjektet er sertifisert BREEAM-NOR Very Good.



Valget om å bevare fremfor å rive var enkelt. Foto: SEFF Holding AS

Bevaring som hovedstrategi

Det viktigste miljøgrepet som ble gjort i prosjektet var beslutningen om å rehabilitere fremfor å rive. Hele betongkonstruksjonen med bæresystem og etasjeskillere er bevart og har alene gitt betydelige reduksjoner i klimagassutslipp. Samlet er utslippene redusert med 49 prosent sammenlignet med et referansebygg.

– Å beholde betongkonstruksjonen og samtidig oppnå BREEAM-NOR Very Good i et rehabiliteringsprosjekt, er vi stolte av å ha fått til. Det krever langt mer skreddersøm enn om vi hadde revet hele bygget og startet på nytt. Vi mener også dette gir en ekstra dimensjon til prosjektets miljøprofil: Vi har ikke bare bygget energieffektivt, men også bevart store deler av konstruksjonen – samtidig som kvalitetene holder god standard og fremstår som moderne kontorlokaler, sier Thomassen.

For å tilpasse bygget til nye brukerbehov ble det i tillegg etablert to påbygg, samt oppført én ekstra etasje på den eksisterende konstruksjonen. Eksisterende tegl ble demontert og donert til ombruk (Høine), og fasaden er oppgradert med bedre isolasjon og ny teglkledning i opprinnelig uttrykk, i tråd med Byantikvarens krav og retningslinjer.

– Å beholde de bærende konstruksjonene i et så stort bygg sentralt på Grünerløkka var et valg vi tok tidlig i prosessen. Volumet, størrelsen og en velfungerende kjeller gjorde beslutningen naturlig. Det ga lavere kostnader og sparte nærmiljøet for en betydelig belastning knyttet til rivning, borttransport, utgraving og lang byggetid. Til tross for noen begrensninger i ny planløsning opplevde vi valget som enkelt, sier Thomassen.



Planløsningen består av fleksible løsninger for å kunne løse fremtidige reorganiseringer. Foto: SEFF Holding AS

Kraftig forbedrede energiprestasjoner

Rehabiliteringen har gitt en markant forbedring i byggets energiytelse, og energimerket er løftet fra en D til en B.

Den beregnede leverte energien ved normalklima er redusert fra 1 459 082 kWh/år til 645 457 kWh/år, en reduksjon på 56 prosent.

Oppvarmingsløsningen er samtidig endret fra elektrisitet og olje/parafin (energimerket fra 2010) til fjernvarme for romoppvarming, tappevann og varmebatteri.



Planløsningene er utformet for å sikre god tilgang til dagslys og utsyn. Foto: SEFF Holding AS

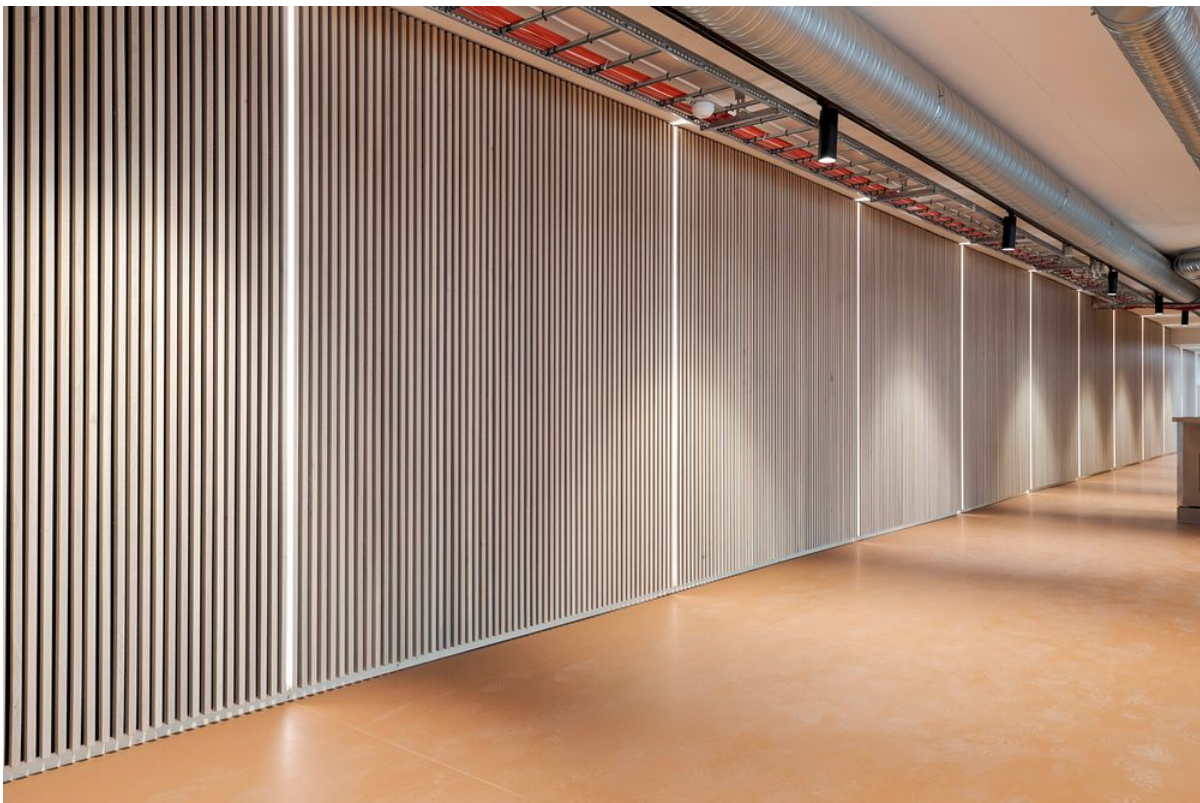
Helsefremmende og funksjonelle arbeidsplasser

Planløsningen består av fleksible løsninger for å kunne løse fremtidige reorganiseringer. Det skal være enkelt å flytte kontorskillevegger uten omfattende rive- og byggearbeider.

Planløsningene er utformet for å sikre god tilgang til dagslys og utsyn, og på grunn av leietakerne har spesielt akustikk har vært et prioritert innsatsområde:

– NAV Grünerløkka og barnevernet er blant leietakerne her. Bygget brukes til konfidensielle samtaler, og det er derfor investert betydelige ressurser i å sikre god lydisolasjon og hindre uønsket lydforplantning mellom rom, forteller Thomassen.

Prosjektet har videre etablert solskjerming på alle solutsatte fasader for å redusere risikoen for blinding og sikre et godt termisk inneklima gjennom året. Ventilasjonsaggregatene er byttet ut for å sikre god luftkvalitet, og det er utført inneklimasimuleringer som grunnlag for optimalisering av løsninger.



På grunn av leietakerne har spesielt akustikk har vært et prioritert innsatsområde. Foto: SEFF Holding AS

BREEAM som premiss fra start

Premissene for at bygget skulle BREEAM-NOR-sertifiseres ble satt tidlig i prosjektet, og i tett samarbeid med BREEAM AP og entreprenør ble det valgt solide, miljøvennlige materialer, med både god kvalitet og standard.

– BREEAM-sertifiseringen var viktig for oss fordi vi ønsker å leie ut moderne, miljørettede kontorbygg. Med sertifiseringen er vi trygge på at leietakerne får nettopp dette, og at det i driftsperioden stilles riktige krav til drift, oppfølging og energibruk, forteller Thomassen.

Thomassen understreker også betydningen av tidlig struktur og ambisjonsnivå for flyt og forutsigbarhet:

– En viktig lærdom er å planlegge ambisjonsnivåer godt, og tydelig formidle dette i kontrakten mot entreprenør. Avsett tid til oppfølging av entreprenør, ikke bare på utførelse, men også på dokumentasjonssiden. Det kan bli svært fordyrende å fremskaffe alt dette i sluttfasen, avslutter Thomassen.

Grønn Byggallianse jobber for at bærekraft skal bli det selvfølgelige valget i

bygg-, anlegg- og eiendomssektoren.

Vi er en uavhengig og non-profit medlemsforening for offentlige og private virksomheter fra hele verdikjeden.

Kontaktpersoner



Morten Nordskog

Pressekontakt

Kommunikasjonssjef

Politikk og kommunikasjon

Morten.Nordskog@byggalliansen.no

901 800 27



Mie Fuglseth

Pressekontakt

Daglig leder

41440904