

Markering av 5. mai - håndhygienens dag

Erfaringsoppsummering 2025

Nasjonal markering av 5. mai – håndhygienens dag

Hensikten med den nasjonale markeringen er å bidra til å opprettholde oppmerksomheten på håndhygiene som et viktig og effektivt smitteforebyggende tiltak, og å tilrettelegge for lokalt forbedringsarbeid.

Tema og innsatsområder for markeringen av 5. mai 2025

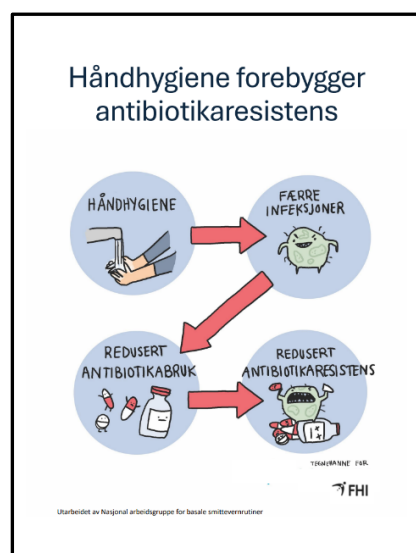
Antibiotikaresistens utgjør en økende trussel mot folkehelsen, både globalt og nasjonalt. Håndhygiene forebygger infeksjoner og bidrar på den måten til redusert behov for antibiotika. I tillegg hindrer håndhygiene spredning av resistente bakterier. Dette gjør håndhygiene til et viktig tiltak for å begrense utvikling av antibiotikaresistens.

Håndhygiene og antibiotikaresistens var derfor valgt som tema for markeringen av 5. mai 2025.

*Håndhygiene uansett- også mot
antibiotikaresistens!*

Nasjonal arbeidsgruppe for basale smittevernrutiner utformet materiell og kom med forslag til ulike markeringsaktiviteter. Den enkelte deltagende enhet besluttet selv hvordan de markerte dagen, hvilke innsatsområder de ønsket å rette oppmerksomhet mot og hvilket materiell de ønsket å ta i bruk.

Eksempler på kampanjemateriell utarbeidet til markeringen av 5. mai 2025:



Film: Håndhygiene og antibiotikaresistens



Deltagelse ved markeringen av 5. mai 2025

Det var også i år stor påmelding til den nasjonale markeringen. Det var 425 påmeldinger, hvor de fleste var en samlet påmelding for flere geografiske enheter.

Evaluerings av markeringen av 5. mai 2025

Alle påmeldte enheter ble oppfordret til å sende inn et elektronisk evalueringsskjema. Det ble mottatt totalt 190 svar som beskrev aktiviteter og erfaringer fra markeringen. Det tilsvarer en svarprosent på 44,7%. De 190 tilbakemeldingene representerte totalt 41 sykehus, 130 kommunale helseinstitusjoner, 5 enheter fra tannhelsetjenesten, 6 fastlegekontor, 33 boliger og lignende, 62 enheter for tjenester i hjemmet, og 18 andre enheter. Totalt 293 geografiske enheter. Se vedlegg 2 for oversikt over enheter som har sendt inn evalueringsskjema.

En stor overvekt oppga å ha deltatt på den nasjonale markeringen flere ganger tidligere (81%), mens 9,5% deltok for første gang (vedlegg 1, figur 1). Rundt 80% benytter plakater, rundt 80% Quiz, mens ca. 40% gjennomfører filmfremvisning og 37% deler ut produkter (vedlegg 1, figur 2).

Tilbakemeldingene viste, som tidligere år, høy og variert aktivitet under markeringen (vedlegg 1, figur 2). Evalueringen viser at deltagerne var godt fornøyde med den nasjonale markeringen, både tema, materiell og gjennomføring (vedlegg 1, figur 3 og 4), og at det er svært sannsynlig (85%) eller sannsynlig (13%) at de vil delta ved neste års markering (vedlegg 1, figur 7).

Av forbedringsønsker nevntes av mange, som foregående år, at ekspedisjonsgebyr og porto er for kostbart, og at det derfor er mange som ikke får bestilt produkter til give-aways eller plakater i trykket format. Det er også ønskelig at materiell ferdigstilles tidligere slik at det blir bedre tid til å planlegge lokal bruk. Quiz, filmer og plakater er høyt på ønskelisten for de aller fleste, mens mange også har ønske om webinar i forbindelse med markeringen av 5. mai 2026. Dette er innspill arbeidsgruppen tar med seg inn i planleggingen av neste års markering.

Vedlegg 1: resultater fra evalueringen 2025

Vedlegg 2: oversikt over enheter som deltok i evalueringen

Markering av 5. mai 2026

Folkehelseinstituttet gjennomfører, i samarbeid med Nasjonal arbeidsgruppe for basale smittevernrutiner, revisjon av anbefalingene for bruk av rene engangshansker i helsetjenesten. Reviderte anbefalinger er forventet ferdig våren 2026. Bruk av hansker vil derfor være tema for markeringen av 5. mai 2026.

Nye innspill om tema, aktiviteter og gjennomføring kan rettes til: handhygiene@fhi.no

Hold deg oppdatert om 5. mai, håndhygiene og andre basale smittevernrutiner

[Temaside: Håndhygiene i helsetjenesten](#)

[Håndbok for håndhygiene i helsetjenesten \(tidl. Håndhygieneveilederen\)](#)

[Håndbok for basale smittevernrutiner](#)

[Håndbok for NOST](#)

[Facebook: Håndhygiene og andre basale smittevernrutiner](#)



VEDLEGG 1 - Evaluering fra deltagere (N= 190) via elektronisk spørreskjema

Figur 1: Har dere tidligere deltatt i den nasjonale markeringen av 5. mai?

Svar	Antall	% av svar	Diagram
Nei, første gang	18	9.5%	 9.5%
Ja, en gang tidligere	18	9.5%	 9.5%
Ja, flere ganger	154	81.1%	 81.1%

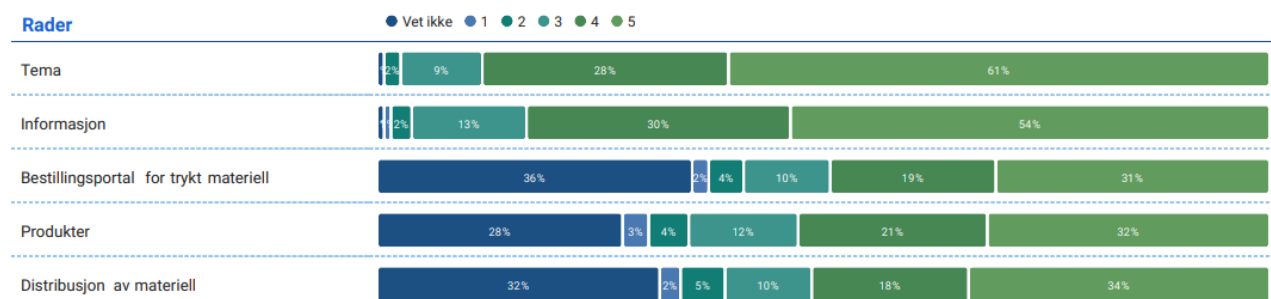
Figur 2: Hvilken type aktiviteter gjennomførte dere i forbindelse med markeringen?

Antall svar: 190

Svar	Antall	Diagram
Plakater	157	 82.6%
Quiz	151	 79.5%
Filmfremvisning (er)	76	 40%
Utdeling av effekter som smykkeposer, penner, drops eller lignende	70	 36.8%
Informasjon på intranett	69	 36.3%
Undervisning	57	 30%
Sjekk av håndhygiene med lyskasse	53	 27.9%
Stand med informasjon	52	 27.4%
Informasjon i sosiale media	51	 26.8%
Annet	28	 14.7%
Omtale i media (lokalavis eller lignende)	4	 2.1%
Det ble ikke gjennomført markering av 5. mai	3	 1.6%



Figur 3: Hvordan er deres samlede erfaringer med årets markering? (fra 1 til 5 hvor 5 er høyeste skår)



Figur 4: Tilfredshet med det enkelte produkt (fra 1 til 5 hvor 5 er høyeste skår)

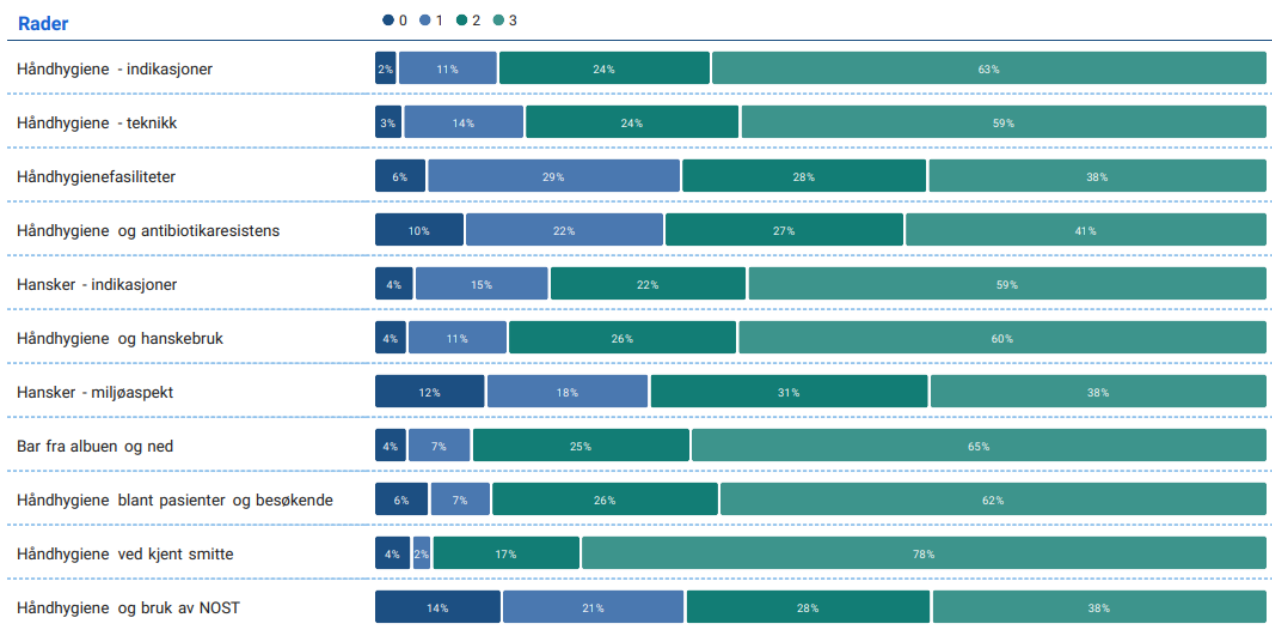
Produkt	Antall benyttet/besvart	Snitt/ Median
Reels til SoMe: Slik gjør proffene det – håndhygiene på jobb (Reels, 2025)	51	4.43/5
Undervisningsfilm: Håndhygiene og antibiotikaresistens (2025)	37	4.68/5
Undervisningsfilm: Håndhygiene og hanskebruk på isoleringsrom (2021/revidert 2025)	21	4.57/5
Film: Den usynlige utfordring III- Håndhygiene og antibiotikaresistens (2018/revidert 2025)	117	4.48/5
Animasjonsfilm med illustrasjoner fra TegneHanne: Håndhygiene og antibiotikaresistens (2025)	107	4.46/5
Animasjonsfilm med illustrasjoner fra TegneHanne: Håndhygiene på isoleringsrom (2021/revidert 2025)	72	4.28/5
Undervisningspresentasjon om håndhygiene og antibiotikaresistens (2025)	82	4.49/5
Håndhygienequiz med fasit (2025)	111	4.54/5
Plakat. Håndhygiene uansett - også mot antibiotikaresistens (TegneHanne NY 2025)	52	4.62/5
Plakat. Håndhygiene forebygger antibiotikaresistens (TegneHanne rev. 2025)	51	4.63/5
Plakat. Bekjemp antibiotikaresisten (2018)	52	4.58/5
NOST - modul 1, 4 indikasjoner	3	4.33/4
NOST - modul 2, Smykker, klokker og negler	12	4.50/5
NOST - modul 3, Hansker	4	4.00/4
Skjemaer for kartlegging av håndhygienefasiliteter i sykehus og kommunale helseinstitusjoner (2019/2023).	2	3.50/3.50
Smykkeposser	37	4.59/5
Kulepenner	30	4.80/5
Dropsesker	32	4.56/5

Undervisningsfilmene som ble produsert til årets markering hadde totalt 1867 visninger på vimeo, hvor [Undervisningsfilm: Håndhygiene og antibiotikaresistens \(2025\)](#) var den mest sette med 986

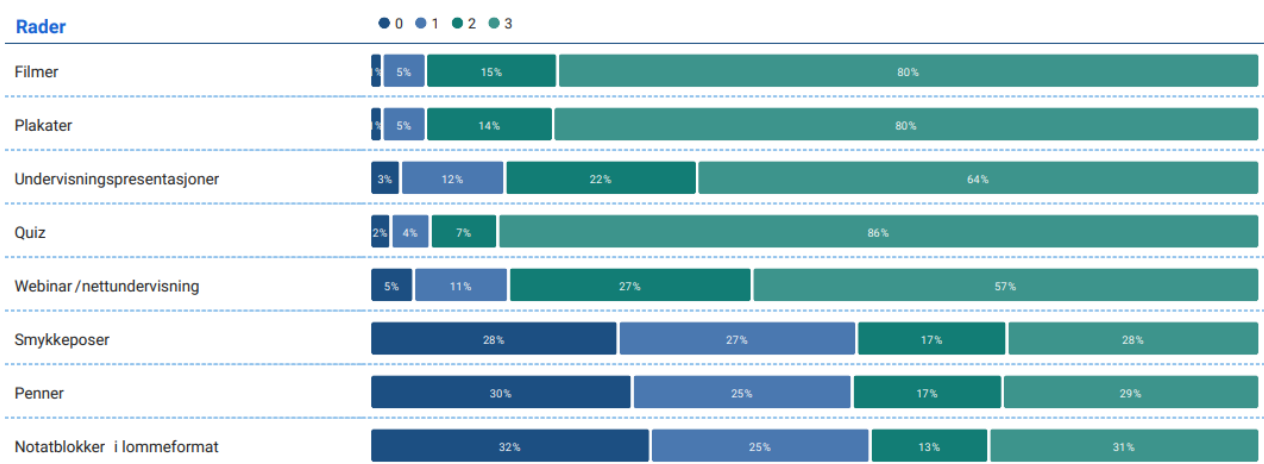


visninger. Nytt av året var en reels som ble publisert på Facebook siden Folkehelseinstituttet - Håndhygiene og andre basale smittevernrutiner samt på Folkehelseinstituttets LinkedIn. Innlegget på facebook fikk 7 likes og ble delt 16 ganger med en rekkevidde på 12 869 visninger. På LinkedIn fikk posten 32 likes, 3 delinger og 37 som klikket på innlegget med en rekkevidde på 1289 personer.

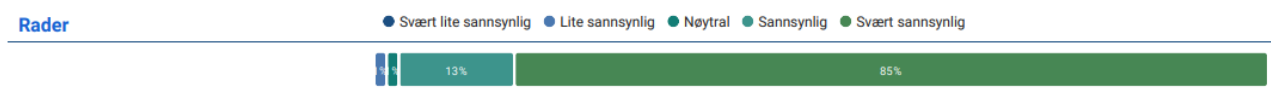
Figur 5: Hvilke tema ønsker dere for markeringen av 5. mai 2025?
(fra 0 til 3, hvor 3 er sterkt ønsket)



Figur 6: Hvilke typer materiell ønsker dere tilgjengelig for markeringen i 2026?
(fra 0 til 3, hvor 3 er sterkt ønsket)



Figur 7: Hvor sannsynlig er det at dere vil delta i nasjonal markering av 5. mai 2026?





VEDLEGG 2 – Enheter som deltok i evalueringen

Tabell 1: Sykehus (n= 41)

Nr.	Helseforetak	Geografisk enhet
Helse vest RHF		
1.	Haraldsplass Diakonale sykehus	Haraldsplass Diakonale sykehus
2.	Helse Stavanger HF	Stavanger universitetssykehus
3.	Helse Bergen HF	HB Haukeland universitetssykehus
4.		HB Voss sjukehus
5.	Helse Førde HF	HF Førde
6.		HF Lærdal
7.		HF Nordfjord
8.	Helse Fonna	HF Stord
9.		HF Haugesund
Helse Midt-Norge RHF		
10.	Helse Møre og Romsdal HF	HMR Ålesund
11.		HMR Kristiansund
12.		HMR Molde
13.		HMR Volda
14.	St. Olavs Hospital HF	St. Olavs Hospital, Trondheim
15.		St. Olavs Hospital, Orkdal
16.		St. Olavs Hospital, Røros
17.	Helse Nord-Trøndelag HF	HNT Levanger
18.		HNT Namsos
Helse Nord RHF		
19.	Helgelandssykehuset HF	HS Mo i Rana
20.		HS Mosjøen
21.		HS Sandnessjøen
22.	Finnmarkssykehuset HF	FS Kirkenes
Helse Sør-Øst		
23.	Akershus universitetssykehus HF	Akershus universitetssykehus
24.		Akershus Kongsvinger
25.	Betanien Hospital	Betanien Hospital
26.	Betanien sykehus	Betanien sykehus
27.	Lovisenberg Diakonale sykehus	Lovisenberg Diakonale sykehus
28.	Oslo Universitetssykehus HF	OUS Ullevål



29.	Sunnaas sykehus	Sunnaas sykehus
30.	Sykehuset Innlandet HF	SI Lillehammer
31.		SI Tynset
32.		SI Reinsvoll
33.		SI Gjøvik
34.		SI Hamar
35.	Sykehuset Telemark HF	ST Notodden
36.		ST Skien
37.	Sykehuset Østfold HF	SØ Kaldnes
38.		SØ Moss
39.	Sørlandet sykehus HF	SS Arendal
40.		SS Flekkefjord
41.		SS Kristiansand

Tabell 2: Kommunale helseinstitusjoner (n=130)

Nr.	Kommune	Geografisk enhet
Agder		
1.	Arendal	Tromøy bokollektiv
2.		Plankemyra bo- og omsorgssenter
3.	Bykle	Bykle helsesenter
4.	Kvinesdal	Kvinesdal bo og dagsenter
5.	Sirdal	Sirdalsheimen
Akershus		
6.	Asker	Hurum bo og omsorgssenter
7.	Aurskog-Høland	Aurskog sykehjem, nord
8.	Eidsvoll kommune	Vilberg Helsetun
9.	Enebakk	Ignagard avd Kopås
10.	Frogn	Ullerud Helsebygg
11.	Lillestrøm	Sørvald BBS 1
12.		Skedsmotun BBS
13.		Lillestrøm bo-og behandlingsenter
14.		Åråsveien
15.		Stalsberg BBS
16.		Blaker BOS
17.		Pålsetunet bo- og servicecenter
18.		Sørvald BBS
19.		KAD
20.	Nesodden	Nesoddtunet sykehjem



21.	Nittedal	Skytta bo og service senter
22.	Nordre Follo	Høyås bo- og rehabiliteringssenter
Buskerud		
23.	Lier	Liertun
24.		Nøstehagen
25.		Fosshagen
26.	Modum	Vikersund bo-og dagsenter
27.	Nore og Uvdal	Bergtun Omsorgssenter
28.	Ringerike	Behandlingssenter, institusjon
29.	Sigdal	Sigdalsheimen
Finnmark		
30.	Alta	Altagårdshagen
31.		Alta sykehjem
32.	Hammerfest	Rypefjord sykehjem
33.	Vardø	Vardø sykehjem
Innlandet		
34.	Eidskog	Eidskog Helsetun
35.	Elverum	Lyngholtet sykehjem
36.	Gausdal	Follebutunet
37.	Gjøvik	Biri Sykehjem
38.		Snertingdal omsorgssenter
39.		Haugtun
40.	Gran	Skjervum helse- og omsorgssenter
41.		Marka helse- og omsorgssenter"
42.	Hamar	Finsalsenter
43.		Prestrudsenter
44.		Parkgården sykeheim
45.		Klukstuen sykehjem
46.	Lillehammer	Lillehammer Helsehus
47.	Lom	Lom Helseheim
48.	Ringebu	Linåkertunet
49.	Sør-Fron	Sørheim Omssorgssenter
50.	Vestre Toten	Raufosstun Helsehus
Møre og Romsdal		
51.	Kristiansund	Barmanhaugen 2.etg
52.		Kringsjø sykehjem
53.		Bergan sykehjem
54.		Frei sykehjem



55.		Storhaugen helsehus
56.	Molde	Bergmo sykehjem
Nordland		
57.	Bodø	Furumoen sykehjem
58.	Brønnøy	Brønnøy sykehjem
59.	Dønna	Dønna omsorgssenter
60.	Fauske	Fauske sykehjem (Helsetunet 1 og Helsetunet 2)
61.	Hemnes	Korgen sykehjem
62.	Narvik	Furumoen sykehjem
63.	Sortland	Håløygatunet
64.	Vestvågøy	Vestvågøy sykehjem
65.	Vågan	Marithaugen sykehjem
Oslo		
66.	Oslo	Sofienberghjemmet
67.		Vinderenhjemmet
68.		Ellingsrudhjemmet
69.		Paulus sykehjem
70.		Sofienberghjemmet
Rogaland		
71.	Eigersund kommune	Lagård sjukeheim
72.		Lagård bo- og servicesenter
73.		Kjerjaneset bo- og servicesenter
74.		Lundeåne Bo- og servicesenter
75.		Korttidsavdelingen 2 vest
76.	Karmøy	Storesund sykehjem
77.		Kopervik sykehjem
78.	Karmøy kommune	Sykehjem Sør – Fredheim sykehjem
79.		Sykehjem Sør – Åkra sykehjem
80.		Sykehjem Sør - Skudeneshavn sykehjem
81.	Klepp	Kleppheimen og Sirkelen
82.	Sandnes kommune	Riska boas, Riska 1
83.	Stavanger kommune	Sunde Sykehjem
84.		Bergåstjern sykehjem og omsorgsbolig
Telemark		
85.	Kviteseid	Kviteseid omsorgssenter
86.	Nissedal	Nissedal omsorgssenter
87.	Skien	Skien Helsehus
88.		Gulset sykehjem og bokollektiv



89.		Kverndalen bo- og dagsenter
Troms		
90.	Harstad	Bergsodden Sykehjem
91.		Slottet Sykehjem
92.	Målselv	Øverbygd syke- og omsorgssenter
93.	Tromsø	Mortensnes syehjem
94.		Jadeveien sykehjem
Trøndelag		
95.	Inderøy	HDO Inderøyheimen 3.etg
96.	Stjørdal	Værnesregionen Distriktsmedisinske senter
97.		Barnebolig og forsterket omsorg
98.		Skatval bosenter
99.	Trondheim kommune	Øya Helsehus
100.	Verdal	Verdal bo og behandlingssenter
Vestfold		
101.	Færder	Bjønnesåsen bo-og aktivitetssenter
102.	Holmestrand	Holmestrand Bo og Behandlingsenter.
103.	Horten	Åsgårdstrand sykehjem
104.	Larvik	Kvelde bo- og hjemmetjeneste
105.		Yttersølia sykehjem
106.		Søbakken
107.		Rekkevik sykehjem
108.		Kvelde bo- og hjemmetjeneste
109.		Sjømannshjemmet i Stavern (DNAS)
110.		Grevle sykehjem
111.	Sandefjord	Sykehjem
112.	Tønsberg	Eik sykehjem
113.		Hogsnes helsehus
114.		Maribu
Vestland		
115.	Aurland	Aurland helsetun
116.	Bergen	Stiftelsen Domkirkehjemmet
117.		Søreide Sykehjem
118.		Betanien rehabilitering og sykehjem
119.		Kommunal allmennmedisinsk sengepost, Helsehus
120.		Kolstihagen behandlingssenter
121.	Bremanger	Svelgen Omsorgssenter
122.	Kvinnherad	Rosendalstunet, sjukeheim



123.	Kvinnherad	Rosendalstunet
124.	Osterøy	Osterøytunet
125.	Voss	Vetleflaten omsorgssenter
Østfold		
126.	Indre Østfold	Trøgstadheimen
127.	Moss	Orkerød sykehjem
128.	Sarpsborg	Haugvoll sykehjem
129.		Borgen sykehjem
130.		Helsehuset Sarpsborg

Tabell 3: Tannhelse (n=5+)

Nr.	Geografisk enhet	Tilhørighet/beliggenhet
1	Ålesund kompetanseklinikk	Møre og Romsdal
2	Institutt for klinisk odontologi, studentklinikkene, Universitetet i Oslo	Oslo
3	Privat tannlegekontor i Trondheim	Trøndelag
4	Odontia Tannlegene Askim	Østfold
5-?	Vestland tannhelseteneste, tannklinikker i 34 kommuner invitert til deltagelse	Vestland

Tabell 4: Fastlegekontor (n=6)

Nr.	Geografisk enhet	Kommune/ tilhørighet
1.	Kirkenes Legekontor	Finnmark/ Sør-Varanger
2	Eidskog legesenter	Innlandet/Eidskog
3	Ringebu legesenter	Innlandet/ Ringebu
4	Nissedal legekontor	Telemark/Nissedal
5	Legetjenesten i Kvæfjord	Troms/ kvæfjord
6	Eidfjord legekontor	Vestland/Eidfjord



Tabell 5: Boliger og lignende (n=33)

Nr.	Kommune	Geografisk enhet
Akershus		
1.	Lillestrøm	Kjerulfsgata omsorgsbolig
2.		Lilletorget omsorgsbolig,
3.		Pålsetunet omsorgsbolig
4.		Husebyjordet omsorgsbolig
5.		Sørumsand omsorgsbolig
6.	Vestby	Solhøy omsorgsboliger
Buskerud		
7.	Lier	Liertun
8.		Nøstehagen
9.		Fosshagen
10.		Bratromveien 7, 9, 11
11.	Sigdal	Bjørkealleen bofelleskap
Innlandet		
12.	Eidskog	Skotterudtunet
13.		Koppangtunet
14.	Hamar	Kåtorp
15.		Kløverenga
16.		Seterløkka
17.		Klukstuen omsorgsbolig
18.	Ringebu kommune	Tilrettelagte tjenester
Møre og Romsdal		
19.	Kristiansund	Rokilde omsorgsboliger
Nordland		
20.	Hemnes	Bemannede boliger Korgen
Rogaland		
21.	Eigersund kommune	Damsgård bofellesskap
22.	Karmøy	Bygnestunet
23.	Stavanger Kommune	Bergåstjern sykehjem og omsorgsbolig
Telemark		
24.	Skien	Tamburlund 2
Troms		
25.	Harstad	Olavsgården bosenter avd 4 etg.
Trøndelag		
26.	Stjørdal	Avlastningsbolig og forsterket omsorg
Vestfold		



27.	Færder	Oserødmyra 5/7
Vestland		
28.	Bergen	Johannessenteret omsorg pluss (St. Johanneshjemmet)
29.	Stiftelsen Virksomheten Helgeseter	Seks bofellesskap
Østfold		
30.	Moss	Rosnes omsorgsbolig
31.		Eddaveien omsorgsbolig
32.		Ekholt Omsorgsbolig
33.	Sarpsborg	Haugvoll Bofelleskap

Tabell 6: Hjemmebaserte tjenester (n=62)

Nr.	Kommune	Geografisk enhet
Agder		
1-3.	Arendal	Omsorgsboliger med base - tre lokasjoner
Akershus		
4-8.	Bærum	Bekkestua distrikt, Østerås distrikt, Sandvika distrikt, Rykkinn distrikt og Caprallhaugen omsorgsbolig
9-19.	Lillestrøm	Skedsmokorset, Kjeller, Vigernes, Volla, Strømmen, Skjetten, Fetsund, Sørums, Frogn, Forsterkede hjemmebaserte tjenester
20.	Nittedal	Tverrfaglige hjemmetjenester team Skytta
Buskerud		
21-25.	Kongsberg	Hjemmesykepleie (4 baser) og rehabiliterings team
26.	Sigdal	Hjemmetjenesten i Sigdal
Finnmark		
27.	Alta	Altagårdshagen Dagsenter
Innlandet		
28.	Eidskog	Hjemmebasert omsorg i Eidskog
29-30.	Gran	Gran og Brandbu hjemmetjeneste + Sykepleierflåten
31.	Nordre land	Hjemmetjenesten Torpa
32-33.	Ringebu	Ringebu og Fåvang
34.	Sør-Fron	Korttidsavdeling og hjemmesykepleie
Nordland		
35.	Bodø	Hjemmetjenesten Sentrum
36.	Fauske	Hjemmetjenesten/ hjemmesykepleie
37.	Hemnes	Korgen hjemmesykepleie
38.	Vestvågøy	Hverdagsmestring avdeling Stamsund



Oslo		
39.	Oslo, bydel Grorud	Hjemmetjenesten og forvaltning
Rogaland		
40-43.	Eigersund	Hjemmesykepleien Distrikt 1, Hjemmesykepleien Distrikt 2, Mestringsenheten, Miljøtjenesten
44.	Sandnes	BPA-ordning med helsepersonell
Telemark		
45.	Bamble	Bamble hjemmetjeneste
46.	Kviteseid	Kviteseid hjemmesykepleie
47.	Nissedal	Nissedal Heimesjukepleie
Tromsø		
48-49.	Harstad	Olavsgården bosenter 2. og 3. etg.
50-51.	Målselv	Åpen omsorg, PRO øvre
Trøndelag		
52.	Inderøy	Hjemmesykepleie
53.	Stjørdal	Barne og avlastningstjenesten
54.		Skatval sone.
55.	Åfjord kommune	Åfjord hjemmetjeneste sør
Vestfold		
56.	Færder kommune	Hjemmetjenesten sone Breidablikk
57.	Larvik	Berg hjemmetjeneste
58.		Kvelde bo- og hjemmetjeneste
59.	Sandefjord	Ranvik
Vestland		
60.	Aurland	Heimetenesta i Aurland
61.	Bergen	Johannessenteret Omsorg pluss (St. Johanneshjemmet)
62.	Voss	Sone Aust



Tabell 7: Andre enheter (n=18)

Nr.	Kommune	Geografisk enhet
Akershus		
1.	Lillestrøm	Romerike legevakt
2.		Sørumsand legevakt
3.	Nordre Follo	Helsetjenester for flyktninger - Kolbotnveien 22 Kolbotn
4.	Ullensaker	Helsestasjon
5.	Asker	Vaksinasjon og smittevern
Finnmark		
6.	Alta	Avlastnings for eldre med demenssykdom.
Innlandet		
7.	Ringbu	Ringebu helsestasjon
8.	Kongsvinger	Helsestasjon
9.	Kongsvinger	Sykehjem, bemannede boliger, annet
Nordland		
10.	Sortland	Aktivitetssenter for utviklingshemmede og avl. bustad for barn.
Oslo		
11.	Oslo- nasjonalt	Depot av dentale forbruksvarere.
12.	Oslo	Oslo legevakt, observasjonsposten
Telemar		
13.	Skien	Smittevern
Trøndelag		
14.	Stjørdal	Stjørdal Helsestasjon ved Enhet barn, unge og familie
15.	Stjørdal	Stjørdal kommune- Barne og avlastningstjenesten
Vestfold		
16.	Larvik	Ergo, Fysio og Hjelpemidler
Vestland		
17.	Bergen	UiB, Institutt for klinisk odontologi
Østfold		
18.	Moss	Ekholt Omsorgsbolig