



NOTAT

**Nye principper for fremtidens plejeboliger  
– hvordan fysiske rammer kan understøtte gode liv i  
københavnske plejeboliger**

10-09-2013

Sagsnr.  
2013-0193626

**Indledning**

Dokumentnr.  
2013-0193626-1

Københavns Kommune har siden 2006 arbejdet med at modernisere boligmassen til ældre med behov for omfattende hjælp og pleje. Moderniseringen er omfattende og forventes at løbe til 2022. Det er afgørende, at de fysiske rammer efter moderniseringen understøtter en rationel drift. Men når man om- eller nybygger plejeboliger, er det også vigtigt at være opmærksom på beboerne og den hverdag, som skal leves i boligerne. Her midtvejs i moderniseringsprocessen har Sundheds- og Omsorgsforvaltningen derfor valgt at revidere grundlaget for udformningen af de nye plejeboligbebyggelser, så de netop tager udgangspunkt i hverdagen, og beskriver hvordan de fysiske rammer bedst muligt kan understøtte gode liv i plejeboligerne.

Sagsbehandler  
Marie Nygaard

Fysiske rammer kan og skal selvfølgelig ikke stå alene i understøttelsen af at sikre gode liv i københavnske plejeboliger. Gennem tillidsdagsordenen og værdibaseret ledelse skal vi sikre alle medarbejdere de bedste forudsætninger for at udmønte deres faglighed til gavn for beboere i plejeboligerne. Vi skal gøre op med unødvendige og bureaukratiske kontrolelementer, så medarbejderne i plejecentrene kan bruge mest muligt af arbejdstiden sammen med beboerne. Samtidig er det vigtigt, at der sættes fokus på god ledelse, da det er en grundlæggende forudsætning for, at vilkårene for gode liv kan føres ud i livet. Derudover skal vi give det enkelte plejecenter frie rammer til at tænke kreativt og udvikle egen profil, nye aktivitetstilbud og nye samarbejdsrelationer, så københavnere kan vælge mellem plejeboliger, som varierer på mange forskellige områder. Dette gælder både for de kommunalt ejede og for de selvejende plejecentre – hvis forskellige ejerforhold i øvrigt i sig selv udgør en del af variationen.

Men når alt dette er sagt, er det – når vi bygger nye plejeboliger – afgørende at sikre, at de fysiske rammer understøtter og ikke står i vejen for tanker om gode liv.

Københavnske plejeboliger skal være et attraktivt sted at bo, en attraktiv arbejdsplads, og de skal være i tæt samspil med omverdenen. Derfor er det også ønskeligt, at plejeboliger i vid udstrækning indgår som en integreret del af de boligområder, de er placeret i, og blandes med andre boligtyper fx familieboliger og ældreboliger. Sundheds- og

Omsorgsudvalget vil arbejde for, at placering og integration af plejeboliger i bynære miljøer indgår som en del af kommuneplanen og i lokalplaner for nye boligområder.

Katja Kayser  
Adm. Direktør

Ninna Thomsen  
Sundheds- og Omsorgsborgmester

*I københavnske plejeboliger skal...*

### **1. Beboernes privatliv og behov for hjemlighed værnes**

En plejebolig er en almindelig bolig med et særligt tilbud om omsorg og pleje tilknyttet. Boligen er altså først og fremmest beboerens private hjem, og der skal være plads til at gøre de ting, man plejer. Det betyder, at boligerne skal indrettes med mindst mulig institutionelt præg, men også at boligerne skal respekteres som private hjem med en høj grad af selvbestemmelse og værdighed til følge for beboeren. Plejeboligen er dog også en arbejdsplads, og boligen udstyres med en tilpas mængde af hjælpemidler og teknologiske løsninger – nok til at yde tryghed og nødvendig pleje, men så vidt muligt ikke i større omfang end at beboerens personlighed kan træde stærkere frem i boligen end hjælpemidlerne. Hjemligheden skal også afspejles i de fælles opholdsarealer på plejecentret.

Konkret betyder dette blandt andet:

- At boligen indrettes med hjemlige funktioner, herunder køkkenniche, og med mulighed for adskillelse af soverum og opholdsrum.
- At fælles opholdsarealer afspejler hjemlighed og intimitet
- At gangpartier indrettes med mindst muligt institutionspræg, men med genklang i opgange i københavnske beboelsesejendomme.
- At boligerne etableres, så nødvendige hjælpemidler og teknologiske løsninger til brug for personalets pleje af beboeren samt beboerens egen mestring af hverdagen, kan installeres, når der opstår behov for dem.
- At fastmonterede hjælpemidler, som ikke benyttes, så vidt muligt skjules.

## **2. *Beboernes forskellighed afspejles og der gives plads til udfoldelse af individualitet***

Mennesker er forskellige, og hverdagen i de københavnske plejeboliger skal i videst mulige omfang tage højde for og respektere denne forskellighed. Københavnerne skal have en bred vifte af tidssvarende plejeboliger at vælge imellem, og der tilstræbes variation både mellem de forskellige plejecentre og mellem de enkelte plejeboliger. På den måde kan kommende beboere selv være med til at prioritere, hvilken bolig og hvilket plejecenter der passer bedst til ham eller hende. Samtidig tilstræbes de enkelte boliger indrettet, så beboerne har mulighed for at sætte deres eget personlige præg på boligen. Beboerne er lejere i plejeboligerne, og som i alle andre lejeboliger, kan de indrette sig, som de ønsker.

Konkret betyder dette blandt andet:

- At variation i boligmassen og boligernes udformning vægtes ved fremtidige ny- og ombygninger af plejehjem i kommunen.
- At boligerne placeres i tilknytning til forskellige lokalområder i kommunen.
- At boligerne etableres med varierende størrelser med tilsvarende huslejeniveau.
- At der ved udformningen af plejecentrene tilstræbes plads til at beboerne også kan sætte deres personlige præg uden for egen bolig.

### **3. Den enkelte støttes i at holde sig fysisk, mentalt og socialt aktiv**

Det giver en stor tilfredsstillelse at kunne klare sig selv i videst mulige omfang. Livskvaliteten hos beboere i plejeboliger kan derfor øges, når de støttes i at holde sig fysisk, mentalt og socialt aktive. Indflytning i en plejebolig skal ikke være et brud i livshistorien, men den tilknyttede hjælp og de fysiske rammer skal understøtte, at det hidtil levede liv bedst muligt kan leves videre i overensstemmelse med beboerens ønsker. Plejecentre skal derfor indrettes, så rammerne bedst muligt understøtter en rehabiliterende tankegang, og den enkeltes muligheder for fastholdelse af færdigheder.

Konkret betyder dette blandt andet:

- At plejeboligernes omgivelser såvel ude som inde etableres, så de inviterer til bevægelse.
- At indretningen af fællesarealer ude og inde skal understøtte beboernes mulighed for at udføre hjemlige og meningsfulde hverdagsaktiviteter, fx skal fællesarealerne give mulighed for lettere madlavning i fællesskab.
- At alle plejecentre indrettes med de fornødne træningsfaciliteter.
- At de fysiske rammer også giver mulighed for fordybelse, fx i form af undervisningslokaler og stillerum.
- At der i indretningen af fællesarealer tages hensyn til forskellige brugergrupper, fx beboere med demens.

#### **4. *Sanseoplevelser og nydelse integreres i hverdagslivet***

I de københavnske plejeboliger tænkes oplevelser ikke kun som afgrænset til særlige aktiviteter eller udflugter, men som en integreret del af hverdagen i form af forskellige sanseoplevelser.

Sanseoplevelser kan både berolige og opløfte – og derved medvirke til forskellige følelser af velvære. Maden er også en del af sanseoplevelsen i plejeboligerne, og den skal være af en kvalitet, som virker indbydende på både smags-, lugte- og synssansen. De fysiske rammer i og omkring boligen skal understøtte sanseoplevelser og nydelse i hverdagen, såvel ude som inde og skal bl.a. også muliggøre, at maden kan tilberedes tæt på borgeren.

Konkret betyder dette blandt andet:

- At beboere i nye plejeboligbebyggelser skal sikres let adgang til udearealer, og at udearealerne generelt tænkes som en integreret del af bebyggelsen.
- At fællesarealer indrettes med tanke for mulige sanseoplevelser både ude og inde, og både i forhold til smags-, syns-, høre-, føle- og lugtesansen.
- At der i alle ny- eller ombyggede plejeboligbebyggelser etableres produktionskøkken – gerne som en synlig centerfunktion i nær tilknytning til beboernes opholds- eller aktivitetsarealer.
- At der ved ny- og ombygning af plejecentre forsøgsvist etableres rum til fremme af velvære, fx massage og badeoplevelser.
- At boligerne udstyres med terrasser, altaner eller franske altaner, så beboerne fra deres egen bolig kan nyde frisk luft og udsigt.

### **5. Fællesskab og sociale relationer understøttes**

For mange er et socialt liv og fællesskab med andre vigtige bestanddele af et godt liv. De fysiske rammer på kommunens plejecentre skal understøtte både nye fællesskaber beboerne imellem og fastholdelse af de sociale netværk, som beboeren allerede har. Der skal – både i boligen og på fællesarealerne – være plads til at få besøg af pårørende i alle aldre, også små børne- og oldebørn, og fællesarealerne skal give mulighed for både passiv og aktiv deltagelse i 'det offentlige rum'. De fysiske rammer skal også understøtte, at frivillige kan have daglig færden på plejecentret.

Konkret betyder dette blandt andet:

- At plejeboliger indrettes med et afgrænset opholdsrum og fleksible vægge, så rummet kan tilpasses beboernes behov og ønsker.
- At der etableres et antal plejeboliger, som giver mulighed for, at ægtefæller kan bo sammen i plejebolig.
- At plejecentre indrettes med gode og rummelige fællesarealer, som med fleksibel indretning kan rumme både større og mindre selskaber.
- At der på fællesarealer ude og inde indrettes fredelige nicher til ophold for 1-2 personer.
- At boligerne indrettes i enheder, som er store nok til at kunne understøtte liv og fællesskab.
- At alle enheder indrettes med fælles køkken, spisestue og opholdsstue, og at indretningen heraf både muliggør fællesspisning og spisning i små grupper.
- At der i indretningen indtænkes rum til situationsbestemte fællesskaber med noget at mødes om, fx akvarium, bibliotek, biograf, hobbyrum el. lign., og at de fysiske rammer således også inviterer til fællesskaber på tværs af enheder.
- At der i forbindelse med nybyggede plejecentre etableres gæsterum, så pårørende har mulighed for at overnatte.
- At både boliger og fællesarealer forsynes med internetadgang til understøttelse af bl.a. digitale sociale netværk og andre online fællesskaber.



## **6. *Livet leves i integration med naboer og lokalsamfund***

Københavnske plejecentre skal være en aktiv og naturlig del af lokalområdet. Mange beboere i en plejebolig ønsker at bevare tilknytningen til det lokalområde, hvor de boede før indflytning i plejeboligen. Plejecentrene kan derfor med fordel gøres mere tilgængelige for omverdenen og invitere naboer og frivillige indenfor til fordel for såvel lokalområde som beboere. Fysiske rammer fx i form af centerfunktioner kan medvirke til at understøtte dette og til at skabe mere liv i plejecentret. På samme måde skal plejecentrets placering og udformning understøtte, at beboerne har let adgang til at færdes i det omgivende bymiljø, fx via stisystemer.

Konkret betyder dette blandt andet:

- At plejecentre arkitektonisk skal passe ind i omgivelserne, og facaden skal være inviterende over for omverdenen.
- At der ved ny- og ombygning af plejecentre etableres centerfunktioner, som også kan benyttes af andre end beboerne.
- At nye plejecentre hvis muligt integreres og samtænkes med andre funktioner i lokalområdet, fx legepladser, medborgerhuse, skoler, åbne haveanlæg el. lign.
- At tilgængelighed fx i forhold til offentlig transport får væsentlig betydning for placeringen af nye plejecentre.
- At det tilstræbes, at beboere har let adgang til lokalsamfundets aktiviteter, fx cafeer og indkøbscentre.

## **7. Almene ældrehensyn holdes for øje i forbindelse med indretningen**

Plejeboligernes udformning og indretning skal grundlæggende tage udgangspunkt i behovet hos de ældre mennesker, som skal bo i boligerne. De fysiske rammer skal derfor også understøtte hensyntagen til og omsorg for personer med alderssvækkelse i forhold til syn, hørelse, bevægelse og kognitive evner. Såvel plejeboliger som plejecentret generelt skal indrettes, så de ældre kan færdes værdigt og trygt og i vid udstrækning på egen hånd både udendørs og indendørs.

Konkret betyder dette blandt andet:

- At døråbninger, dørtærskler, vinduespartier, udearealer mv. indrettes under hensyntagen til såvel beboere med kognitive som somatiske funktionstab.
- At belysning, farvevalg og akustik skal svare til målgruppens behov.
- At badeværelser tilstræbes indrettet med mobile håndvaske og hæve-sænke toiletter.
- At køkken- og arbejdsborde i fællesarealer i vid udstrækning etableres som hæve-sænke-borde.
- At hjælpemidler og teknologiske løsninger generelt indtænkes, hvor det kan lette hverdagen for beboere og medarbejdere.

### **8. *Boligens indretning tilpasses ændringer i behovet hos den enkelte beboer***

At flytte i en plejebolig i Københavns Kommune skal forbindes med tryghed. Tryghed om at man får den rigtige hjælp på det rigtige tidspunkt; også selvom ens behov ændrer sig efter indflytning. Denne tryghed skal også gælde i forhold til de fysiske rammer: Boligen skal etableres med så stor en fleksibilitet, at dens indretning kan tilpasses beboerens behov og ønsker.

Konkret betyder dette blandt andet:

- At plejeboliger indrettes fleksibelt, fx med flytbare vægge eller skabselementer.
- At plejecentre etableres med mulighed for forskellige former for sektionering til særlige målgrupper.
- At plejecentre og plejeboliger fra starten indrettes med hjælpemidler og teknologiske løsninger, som kan lette hverdagen, men at de først tilsluttes, når behovet opstår.
- At døre og indgangspartier også skal kunne rumme særligt brede plejesenge og kørestole.

### **9. Særlige målgruppers behov indtænkes**

Ved indretning af københavnske plejeboliger skal standardiserede løsninger ikke overskygge grundige overvejelser om den konkrete sag. Det betyder, at det forud for hvert enkelt byggeprojekt skal vurderes, om plejeboligerne skal huse særlige målgrupper, hvis behov og situation kræver særlig hensyntagen. Indretning af plejeboligerne skal til enhver tid følge den gode praksis på området.

Konkret betyder dette:

- At det vurderes, om der er behov for at tilpasse bolig og fællesarealer til særlige målgrupper, fx beboere med demens.

### **10. Medarbejdernes arbejdsvilkår prioriteres højt**

Beboere i en plejebolig har behov for omfattende hjælp og pleje, samt hjælp til at holde sig fysisk, mentalt og socialt aktive. Det er vigtigt, at medarbejderne har optimale vilkår for at udføre den nødvendige pleje og omsorg på en værdig og tryk måde for beboerne. Derfor er det også vigtigt, at de fysiske rammer understøtter gode arbejdsvilkår og en hensigtsmæssig tilrettelæggelse af driften.

Konkret betyder dette blandt andet:

- At plejeboliger samles i enheder, som også understøtter en hensigtsmæssig arbejdstilrettelæggelse..
- At gangstrækninger minimeres og funktioner placeres hensigtsmæssigt i forhold til hinanden, så medarbejderne er tæt på beboerne
- At plejecentre er indrettet med de nødvendige personalefaciliteter, herunder kontorer, mødelokaler, lagerplads, omklædnings- og bade faciliteter samt personalerum/frokoststue.
- At hensigtsmæssige hjælpemidler og teknologiske løsninger, fx lifte, bade- og toiletstole, er til stede.
- At de fysiske rammer lever op til arbejdsmiljølovgivningens krav.

## **Konkrete fysiske forhold ved modernisering og nybyggeri af plejeboligbebyggelser**

### **Boligen**

Der etableres generelt almene plejeboliger med et nettoareal på ca. 40-45 m<sup>2</sup> og et samlet bruttoareal på ca. 65-70 m<sup>2</sup>. Boligerne indrettes med to rum, badeværelse, køkkenniche, garderoberbeskabe og loftslift. Særlige hensyn kan tale for andre løsninger.

I forbindelse med ruminddelinger bør der gøres brug af skydedøre og flytbare vægge. Hver bolig udstyres som minimum med en fransk altan. Boligen bør vende, så der kommer mest muligt dagslys ind, og farverne i boligen bør være lyse på alle overflader.

Der etableres endvidere et mindre antal ægteparboliger samt så vidt muligt et mindre antal boliger med et større/mindre nettoboligareal.

### **Boenheden**

Plejeboligbebyggelsen opdeles i boenheder med en størrelse på 10 til 15 boliger pr. enhed og med 2- 4 sammenhængende enheder pr. etage. Boenheder for særlige grupper skal kunne afgrænses fra plejecentrets øvrige enheder.

### **Fælles opholdsarealer**

Hver boenhed har et fælles opholdsareal bestående af anretterkøkken, spisestue og dagligstue. Køkkenet skal være en integreret del af boenheden, hvor spisestuen placeres ved opholdsstuen, så der gives mulighed for at slå de to rum sammen. En stor terrasse eller balkon ud for stuen etableres så vidt muligt i alle boenheder. Hver boenhed bør kunne være privat og ikke-overvåget fra uvedkommende og fra personer fra andre boenheder.

De fælles opholdsarealer bør have mest muligt dagslys og udsyn. Overflader bør være lyse og venlige, gangarealer korte og brede og så vidt muligt med opholdsnicher der kan fungere som satellitter i forhold til opholdsrum.

### **Udearealer**

Der skal i forbindelse med plejecentret etableres udeopholdsarealer for beboerne. Terrasser og haveanlæg skal indgå som en integreret del af bebyggelsen.

### **Bebyggelsen**

En plejeboligbebyggelse bør som hovedregel rumme minimum 50 boliger for at sikre en fornuftig drift. Plejeboligbebyggelserne skal tilsammen udgøre en varieret boligmasse. Variationen i de enkelte plejeboligbyggerier kan afspejles i husets profil, arkitekturen og i

bebyggelsens beliggenhed. Plejeboligbebyggelserne kan have forskellige profiler på et eller flere områder.

### **Beliggenhed**

Plejecenterbebyggelsen skal åbne sig imod lokalsamfundet, således at beboerne tilskyndes til at bruge lokalmiljøets tilbud..

### **Multisal**

Der etableres en multisal, hvor alle beboere kan samles.

### **Centerfunktioner**

Der indrettes større rum til fysisk træning og udfoldelse samt rum til samvær om aktiviteter på tværs af boenhederne. Der etableres endvidere 2 eller flere fleksible rum, som kan anvendes ad hoc af servicevirksomheder som fodplejer, frisør og tandpleje.

### **Produktionskøkken**

Det etableres produktionskøkken ved modernisering og nybyggeri af plejeboligbebyggelser.

### **Personalefaciliteter**

Plejecentrets fysiske indretning skal understøtte, at personalet kan udføre deres arbejde med høj faglig kvalitet og arbejdsglæde. Personalefaciliteterne skal placeres, så de bedst muligt understøtter den gode pleje og arbejdstilrettelæggelsen.

### **Teknologi og fleksibilitet**

Velfærdsteknologi skal integreres i plejecentrets dagligdag til gavn for beboernes livskvalitet, personalets arbejdsmiljø og en bedre resurseudnyttelse.

### **Bæredygtighed**

Plejecentret skal integrere miljøhensyn og energimæssig bæredygtighed både i bygningskonstruktioner, forbrug og den generelle drift.