



Notat

10 principper for Fremtidens Plejehjem 2021

Principper for fremtidens plejehjem 2021 har 10 retningsgivende principper og sætter de overordnede rammer for byggeri af plejehjem i København.

1. Beboernes privatliv og behov for hjemlighed værnes.
2. Plejehjemmene inviterer til et aktivt og meningsfuldt hverdagsliv.
3. Fællesskab og sociale relationer understøttes.
4. Livet leves i integration med naboer og lokalsamfund.
5. Indretningen understøtter selvstændighed og fleksibilitet.
6. Særlige målgruppers behov indtænkes.
7. Medarbejdernes arbejdsvilkår prioriteres højt.
8. Forskellighed mellem plejehjem skal afspejle beboernes forskellige ønsker og vaner.
9. Indretningen understøtter god hygiejne og forebyggelse af epidemier/pandemier.
10. Bygningerne er bæredygtige i miljømæssig, økonomisk og social forstand.

17. september 2021

Sagsnummer
2021-0256981

Dokumentnummer
2021-0256981-5

Center for Administration
Afdeling for Bolig og
Modernisering
Sjællandsgade 40, Bygning G, 2.
sal
2200 København N

EAN-nummer
5798009291004

www.kk.dk

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 muligt institutionelt præg, men også at boligerne skal respekteres som private hjem med en høj grad af selvbestemmelse og værdighed for beboeren. Plejeboligen er dog også en arbejdsplads, som skal udstyres med tilstrækkelige hjælpemidler og teknologiske løsninger til at yde tryghed og nødvendig pleje, men så vidt muligt ikke i større omfang end at beboerens personlighed træder stærkere frem i boligen end hjælpemidlerne. Af hensyn til beboernes tryghed, installeres der kaldeanlæg i samtlige plejeboliger.

KONKRET BETYDER DETTE:

- at boligen indrettes med hjemlige funktioner, herunder køkkenniche, og med mulighed for adskillelse af soverum og opholdsrum.
- at fælles boligarealer opleves hjemlige og som en forlængelse af den enkeltes bolig.
- at gangarealer indrettes med mindst muligt institutionspræg.
- at boligerne etableres, så nødvendige hjælpemidler og teknologiske løsninger til brug for personalets pleje af beboeren og beboerens egen mestring af hverdagen kan installeres, når der opstår behov for dem.
- at fastmonterede hjælpemidler, som ikke benyttes jævnligt, så vidt muligt skjules.
- at vinduespartier i boligerne etableres under hensyntagen til såvel udsyn som afskærmning af privatliv.
- at der i boligerne indtænkes god plads til opbevaring af ejendele, herunder værdigenstande og medicin.

2. Plejehjemmene inviterer til et aktivt og meningsfuldt hverdagsliv.

Plejehjemmene skal invitere til et aktivt og meningsfuldt hverdagsliv. Plejehjemmene skal derfor kunne tilbyde både fysiske, kreative, kulturelle og hjemlige aktiviteter. Samtidig skal de fysiske rammer give mulighed for mere sanselige oplevelser og give beboerne mulighed for blot at hvile i sig selv og nyde omgivelserne.

Indflytning på plejehjem skal ikke være et brud i livshistorie, så de fysiske rammer skal understøtte, at det hidtil levede liv bedst muligt kan leves videre i overensstemmelse med beboerens ønsker.

KONKRET BETYDER DET

- at plejeboligernes omgivelser, såvel ude som inde, etableres, så de inviterer til bevægelse samt sociale og kulturelle aktiviteter.
- at indretningen af fællesarealer, såvel ude som inde, understøtter beboernes mulighed for at udføre hjemlige og meningsfulde hverdagsaktiviteter, og at fællesarealerne fx giver mulighed for lettere madlavning, herunder bagning, i fællesskab.
- at alle plejehjem indrettes med de fornødne træningsfaciliteter.
- at beboere i nye plejehjem 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 såvel ude som inde, og både i forhold til smags-, syns-, høre-, føle- og lugtesansen, fx med planter, akvarier eller volierer.
- at der på alle ny- eller ombyggede plejecentre etableres produktionskøkken, gerne som en synlig centerfunktion i nær tilknytning til beboernes opholds- eller aktivitetsarealer.
- at boligerne udstyres med terrasser eller altaner/franske altaner, så beboeren fra deres bolig kan nyde frisk luft og udsigt.
- at udearealerne inviterer til ophold i f.eks. pavilloner, orangerier, solkroge samt arealer til aktivitet, f.eks. træning og mindre legepladser til børn/oldebørn.
- at der i videst muligt omfang etableres udestuer, så der kommer en flydende overgang mellem ude og inde.

3. 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 plejehjem 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. 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:

- 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/par kan bo sammen i plejebolig.
- at plejehjem 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 køkken-alrum 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 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 plejehjem så vidt muligt 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.

4. Livet leves i integration med naboer og lokalsamfund

Københavnske plejehjem 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. Plejehjemmene kan derfor med fordel gøres mere tilgængelige for omverdenen og invitere naboer og frivillige indenfor til fordel for både lokalområde og beboere. Fysiske rammer, fx i form af centerfunktioner, kan medvirke til at understøtte dette og til at skabe mere liv i plejehjemmet. På samme måde skal plejehjemmenes placering og udformning understøtte, at beboerne har let adgang til at færdes i det omgivende bymiljø, fx via stisystemer.

KONKRET BETYDER DETTE:

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

5. Indretningen understøtter selvstændighed og fleksibilitet

Plejhjemmenes indretning skal grundlæggende tage udgangspunkt i behovet hos de ældre mennesker, som skal bo i boligerne. Indretningen skal understøtte, at beboerne i videst muligt omfang kan varetage dagligdags gøremål ved egen hjælp – trods evt. begrænsninger i bevægelse, kognition, syn og hørelse. Ligeledes skal beboerne kunne færdes værdigt og trygt og i vid udstrækning på egen hånd, både udendørs og indendørs.

Beboernes behov ændres over tid og plejhjemmene skal etableres med så stor fleksibilitet, at dets indretning kan tilpasses beboerens behov og ønsker.

KONKRET BETYDER DETTE:

- at tilgængelighed, belysning, farvevalg og akustik skal svare til målgruppens behov.
- at hjælpemidler og teknologiske løsninger generelt indtænkes, hvor det kan lette hverdagen for beboere og medarbejdere, men at de først tilsluttes, når behovet opstår.
- at plejeboliger indrettes fleksibelt, fx med flytbare vægge.
- at fællesrum så vidt muligt etableres som store åbne rum, der kan indrettes og opdeles fleksibelt.
- at plejehjem etableres med mulighed for forskellige former for sektionering til særlige målgrupper.

6. Særlige målgruppers behov indtænkes

Ved indretning af københavnske plejehjem skal særlige målgruppers behov indtænkes i de enkelte byggeprojekter. 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 der etableres plejehjem til særlige målgrupper, fx beboere med demens.
- at der på almindelige plejehjem tages hensyn til forskellige målgrupper i indretning af fællesarealer, ude som inde.

7. Medarbejdernes arbejdsvilkår prioriteres højt

Beboere i en plejebolig har behov for omfattende hjælp og pleje og hjælp til at holde sig fysisk, mentalt og socialt aktive. Det er vigtigt, at medarbejderne har gode 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 arbejdstilrettelæggelse.

KONKRET BETYDER DETTE:

- at plejeboliger samles i enheder, som også understøtter en hensigtsmæssig arbejdstilrettelæggelse og opgaveløsning.
- at gangforløb minimeres og funktioner placeres hensigtsmæssigt i forhold til hinanden, så medarbejderne er tæt på beboerne.
- at plejehjem er indrettet med de nødvendige personalefaciliteter, herunder kontorer, mødelokaler, spisefaciliteter samt omklædnings- og bade faciliteter.
- at hensigtsmæssige hjælpemidler og teknologiske løsninger, fx lifte, bade- og toiletstole, er til stede.

8. Forskellighed mellem plejehjem skal afspejle beboernes forskellige ønsker og vaner

I lighed med øvrige Københavnerne er plejehjemsbeboere forskellige og har forskellige vaner og måder at leve sit liv på. Nogle holder meget af at være sammen med familien i egen bolig, andre holder af at være i mindre og trygge fællesskaber med afdelingens øvrige beboere, mens andre igen finder stor glæde ved fællesskaber med mange og forskellige mennesker i større grupper. For nogle beboere er udendørs liv meningsgivende og for andre kan det fx være bevægelse, musik og teater eller arbejde med hænderne, der giver størst mening og glæde. Og mange holder af lidt af det hele. Mange plejehjem skal derfor tilbyde lidt af det hele. Men nogle plejehjem skal have en særlig indretning eller profil, så borgerne kan vælge det plejehjem, der giver dem den bedste mulighed for at leve det liv de ønsker.

KONKRET BETYDER DETTTE:

- at plejehjemmene, i videst muligt omfang, skal lokaliseres spredt over byen, i forskelligartede nærmiljøer og have forskellige størrelser.
- at plejehjemmene, i videst muligt omfang, integreres med andre boformer og/eller offentlige funktioner.
- at boligerne på de enkelte plejehjem etableres med varierende størrelse og rumfordeling.
- at placering af plejeboliger, fællesboligarealer og servicearealer varierer mellem plejehjemmene, så der fx på nogle plejehjem placeres plejeboliger i stueetagen og servicearealer på etagerne.
- at nogle af plejehjemmene kan have en særlig profil, fx natur og udeliv, musik og teater, sport og bevægelse mv.
- at nogle af plejehjemmene etableres som specialiserede plejehjem. målrettet borgere med særlige behov som f.eks. demens.

9: Indretningen understøtter god hygiejne og forebyggelse af epidemier/pandemier

Infektioner, samt spredning af smitsomme sygdomme og resistente mikroorganismer skal, i videst muligt omfang, forebygges på plejehjem. Bliver et plejehjem ramt af en epidemi/pandemi – eller rammes enkelte borgere af fx multiresistente bakterier - skal smittespredning hindres, samtidig med at borgerne, i videst muligt omfang, kan fortsætte deres daglige liv i samvær med øvrige beboere, personale og pårørende. Plejehjemmene skal derfor indrettes på en måde så smitsomme sygdomme, i videst muligt omfang, kan forebygges og smittespredning kan hindres.

KONKRET BETYDER DETTTE:

- at den fysiske indretning understøtter hygiejniske principper, (fx adskillelse af rent/urent materiale, mulighed for effektiv udluftning mv.)
- at det – ved forholdsvis enkle tiltag - er muligt at zoneopdele plejehjemmet for at hindre smittespredning.
- at plejehjemmene indrettes med alle relevante hygiejnemæssige installationer, fx berøringsfri betjening af vandhaner og automatiseret døråbning.
- at plejehjemmene indrettes med materialer og inventar, som kan rengøres/desinficeres.
- at hygiejnemæssige installationer, i videst muligt omfang, både gøres let tilgængelige og samtidig påvirker hjemligheden på plejehjem mindst muligt.
- at plejehjemmene indrettes så borgerne i videst muligt omfang kan modtage besøg af pårørende i egen bolig i tilfælde af epidemier/pandemier, f.eks. ved at plejehjemmet kan opdeles i mindre enheder som kan anvende separate indgange.
- at der etableres udestuer el. lign samt direkte indgange til flest muligt rum i plejehjemmenes stueetage, så borgeren kan modtage besøg her i tilfælde af epidemi/pandemi.

10: Bygningerne er bæredygtige i miljømæssig, økonomisk og social forstand

Plejhjem i København skal enten DGNB-certificeres eller Svanemærkes, jf. kommunes krav til bæredygtighed og miljø i kommunens byggerier. Der er dermed en helhedsorienteret tilgang til bæredygtighed i plejehjemsbyggeri med fokus på både miljø, økonomi og social bæredygtighed. Plejehjemsbyggerier skal påvirke miljøet mindst muligt lige fra anvendelse af byggematerialer, til drift af bygning, og bortskaffelse og genanvendelse af materialer. Økonomisk skal der være fokus på plejhjemmenes samlede levetidsomkostninger, og evt. genanvendelighed af byggematerialer. Der skal desuden tages hensyn til bygningernes fleksibilitet mhp. evt. anden anvendelse. Socialt skal der på plejhjem være fokus på forhold som sundhed og komfort for både beboere og ansatte, så der skabes rammer for gode liv og godt arbejdsmiljø.

KONKRET BETYDER DETTE:

- at der bygges med miljøvenlige materialer, som kan vedligeholdes miljømæssigt forsvarligt. Det betyder bl.a. materialer uden skadelig kemi, der kan bidrage til et bedre indeklima for beboerne.
- at plejhjemmenes indretning understøtter effektiv affaldssortering og ressourcebesparende håndtering af fx forbrugsartikler.
- at plejhjemmene indrettes med mest mulig udnyttelse af dagslys, til gavn for beboeres velvære og reduceret energiforbrug.
- at der er fokus på at sikre et lavt energiforbrug under drift, som tager hensyn til beboeres særlige behov for ekstra varme, fx ved etablering af alternative energiformer, energivenlige installationer og naturlig afkøling.
- at natur får plads både ude og inde, fx med grønne tage eller grønne vægge inde, som bidrager med en god luftfugtighed til gavn for beboernes velvære og for bygningernes indeklima.
- at der bygges mange plejeboliger på en mindre grund, og der hermed opnås både en effektiv udnyttelse af grundarealer og en bedre økonomi.
- at både inde- og udearealer kan have mange funktioner og en høj anvendelse af både beboere og lokalområde.
- at plejhjemmene bygges med en fleksibilitet, så de i fremtiden evt. kan anvendes til andre formål.

Konkret - Fysiske forhold ved modernisering og nybyggeri af plejeboliger

Boligen

Der etableres generelt almene handicapvenlige plejeboliger med et nettoareal på ca. 40-45 m² og et samlet bruttoareal på ca. 65-70 m². Boligerne indrettes med to rum, badeværelse, køkkenniche, garderober 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.

Alle boliger udgør reelle lejligheder med køkkenniche og bad.

Boenheden

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

Fælles opholdsarealer

Basenhederne 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.

Plejecentret

Et plejehjem bør som hovedregel rumme minimum 50 boliger for at sikre en fornuftig drift. Plejecentrene skal tilsammen udgøre en varieret boligmasse. Variationen i de enkelte plejecentre kan afspejles i husets profil, arkitekturen og i centrets beliggenhed. Plejecentrene kan have forskellige profiler på et eller flere områder.

Beliggenhed

Plejecentret skal åbne sig imod lokalsamfundet, så beboerne tilskyndes til at bruge lokalmiljøets tilbud.

Multisal

Der etableres en multisal, hvor alle beboere kan samles.

Centerfunktioner

Der indrettes større fleksible rum til fysisk træning og udfoldelse samt rum til samvær om aktiviteter på tværs af boenhederne. Der etableres endvidere to 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 plejecentre.

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.