

# Fremtidens plejeboliger

— 10 principper

## Indhold

<b>Indledning</b>	<b>3</b>
<b>Ti principper</b>	<b>4</b>
<b>1</b> Beboernes privatliv og behov for hjemlighed værnes	<b>5</b>
<b>2</b> Beboernes forskellighed afspejles	<b>6</b>
<b>3</b> Den enkelte støttes i at holde sig fysisk, mentalt og socialt aktiv	<b>7</b>
<b>4</b> Sansoplevelser og nydelse integreres i hverdagslivet	<b>8</b>
<b>5</b> Fællesskab og sociale relationer understøttes	<b>9</b>
<b>6</b> Livet leves i integration med naboer og lokalsamfund	<b>10</b>
<b>7</b> Almene ældrehensyn holdes for øje i forbindelse med indretningen	<b>11</b>
<b>8</b> Boligens indretning tilpasses ændringer i behovet hos den enkelte beboer	<b>12</b>
<b>9</b> Særlige målgruppers behov indtænkes	<b>13</b>
<b>10</b> Medarbejdernes arbejdsvilkår prioriteres højt	<b>14</b>
<b>Konkret</b>	<b>15</b>

## Principper for fremtidens plejeboliger

– hvordan fysiske rammer understøtter gode liv

Københavns Kommune har siden 2006 arbejdet med at modernisere plejeboliger til de københavnske ældre med behov for hjælp og pleje. Et omfattende arbejde, som først er færdigt i 2022.

Det er vigtigt, at de fysiske rammer understøtter en rationel drift. Men når vi som kommune om- eller nybygger plejeboliger, er det også vigtigt, at vi er opmærksomme på beboerne og hverdagen i boligerne. Her, midt i moderniseringsprocessen, har Sundheds- og Omsorgsforvaltningen derfor valgt at formulere en række principper for, hvordan vi udformer de nye plejecentre, så de netop tager udgangspunkt i hverdagen og understøtter gode liv i plejeboligerne.

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

Når 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 og en god arbejdsplads, og de skal være i tæt samspil med omverdenen. Derfor ønsker vi også, 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 placere og integrere plejeboliger i bynære miljøer og lade dem indgå som en del af kommuneplanen og lokalplanerne for nye boligområder.

På vegne af Sundheds- og Omsorgsudvalget,



Ninna Thomsen  
Sundheds- og Omsorgsborgmester



Katja Kayser  
Adm. Direktør

## I KØBENHAVNSKE PLEJEBOLIGER SKAL...

-  *Beboernes privatliv og behov for hjemlighed værnes*
-  *Beboernes forskellighed afspejles*
-  *Den enkelte støttes i at holde sig fysisk, mentalt og socialt aktiv*
-  *Sanseoplevelser og nydelse integreres i hverdagslivet*
-  *Fællesskab og sociale relationer understøttes*
-  *Livet leves i integration med naboer og lokalsamfund*
-  *Almene ældrehensyn holdes for øje i forbindelse med indretningen*
-  *Boligens indretning tilpasses ændringer i behovet hos den enkelte beboer*
-  *Særlige målgruppers behov indtænkes*
-  *Medarbejdernes arbejdsvilkår prioriteres højt*

## I. 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 bør 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. Hjemligheden skal også afspejles i de fælles opholdsarealer på plejecentret.

### KONKRET BETYDER DETTE:

- at boligen indrettes med hjemlige funktioner, herunder køkkenniche, og med mulighed for adskillelse af soverum og opholdsrum.
- at fælles opholdsarealer afspejler hjemlighed og intimitet, fx med gamle møbler.
- at gangpartier indrettes med mindst muligt institutionspræg, men med genklang i opgange i københavnske beboelsejendomme.
- 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, så vidt muligt skjules.
- at vinduespartier i boligerne etableres under hensyntagen til såvel udsyn som afskærmning af privatliv.
- at materialevalg og udformning af bl.a. vinduer og døre i boligen i så høj grad som muligt afspejler den standard, som findes i øvrige private boliger.
- at der i boligerne indtænkes god plads til opbevaring af ejendele, herunder værdigenstande og medicin.

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

Mennesker er forskellige, og hverdagen i de københavnske plejeboliger skal i videst muligt omfang tage højde for og respektere denne forskellighed. Københavnerne skal have en bred vifte af plejeboliger at vælge imellem. De skal alle være tidssvarende og af god kvalitet, og derudover 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 vedkommende. Samtidig tilstræbes det, at de enkelte boliger indrettes, så beboerne kan 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:

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

forskellighed

## 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 muligt 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. Plejecentrene skal derfor indrettes, så rammerne bedst muligt understøtter en rehabiliterende tankegang, og så den enkelte beboer har mulighed for at fastholde sine færdigheder.

### KONKRET BETYDER DETTE:

- at plejeboligernes omgivelser, såvel ude som inde, etableres, så de inviterer til bevægelse samt sociale og kulturelle aktiviteter.
- at indretningen af fællesarealer ude og 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 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.

fysisk  
socialt  
mentalt

## 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:

- at beboere i nye plejecentre 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 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. 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 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 niches 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 fælles spisning 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.

# fællesskab

## 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 både lokalområde og 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:

- 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 så vidt 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 ældreomsyn holdes for øje i forbindelse med indretningen

Plejeboligernes indretning skal grundlæggende tage udgangspunkt i behovet hos de ældre mennesker, som skal bo i boligerne. De fysiske rammer skal derfor også understøtte hensynet til og omsorgen for borgere med alderssvækkelse i forhold til syn, hørelse, bevægelse og kognitive evner. Såvel plejeboligerne 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:

- at døråbninger, dørtærskler, vinduespartier, udearealer mv. indrettes under hensyntagen til såvel beboere med kognitive som somatiske funktionstab.
- at køkken- og arbejdsborde i fællesarealer i vid udstrækning etableres som hæve/sænkeborde.
- at 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.
- at badeværelser tilstræbes indrettet med mobile håndvaske og hæve/sænke-toiletter.

## 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 behovene ændrer sig efter indflytning. Denne tryghed skal også gælde i forhold til de fysiske rammer. Boligen skal etableres med så stor fleksibilitet, at dens indretning kan tilpasses beboerens behov og ønsker.

### KONKRET BETYDER DETTE:

- at plejeboliger indrettes fleksibelt, fx med flytbare vægge eller skabselementer.
- at fællesrum så vidt muligt etableres som store åbne rum, der kan indrettes og opdeles fleksibelt.
- 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.

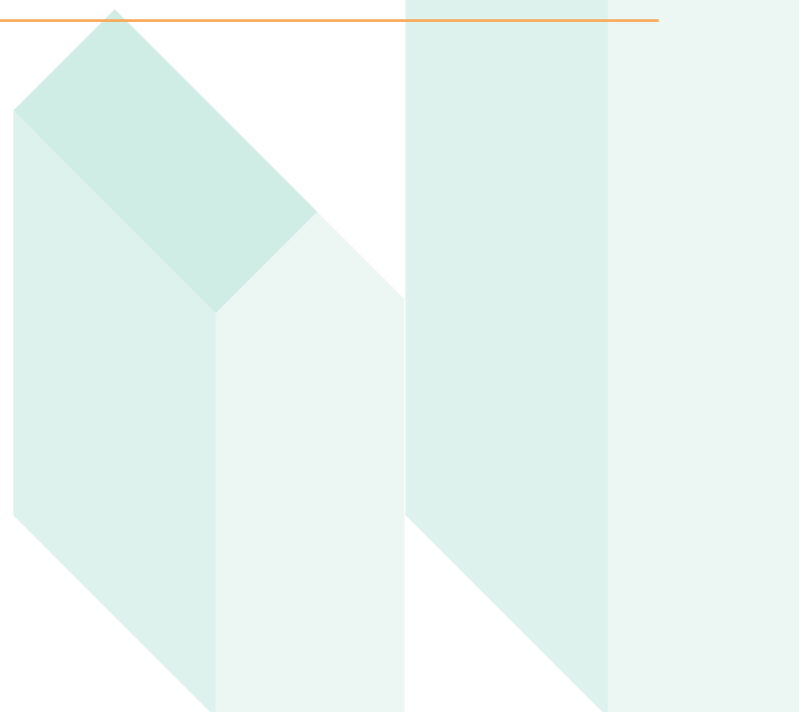
særlige  
behov

## 10. 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 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 arbejdstilrettelæggelse.

### KONKRET BETYDER DETTE:

- at plejeboliger samles i enheder, som også understøtter en hensigtsmæssig arbejdstilrettelæggelse og opgaveløsning.
  - 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 badefaciliteter 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.



## Konkret ...

Fysiske forhold ved modernisering og nybyggeri af plejeboliger

### Boligen

Der etableres generelt almene handicapvenlige 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, garderobeskabe 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 et mindre antal boliger med henholdsvis større og mindre nettoboligareal og varierende ruminddeling. 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

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.

### Plejecentret

Et plejecenter 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 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 fodpleje, 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.

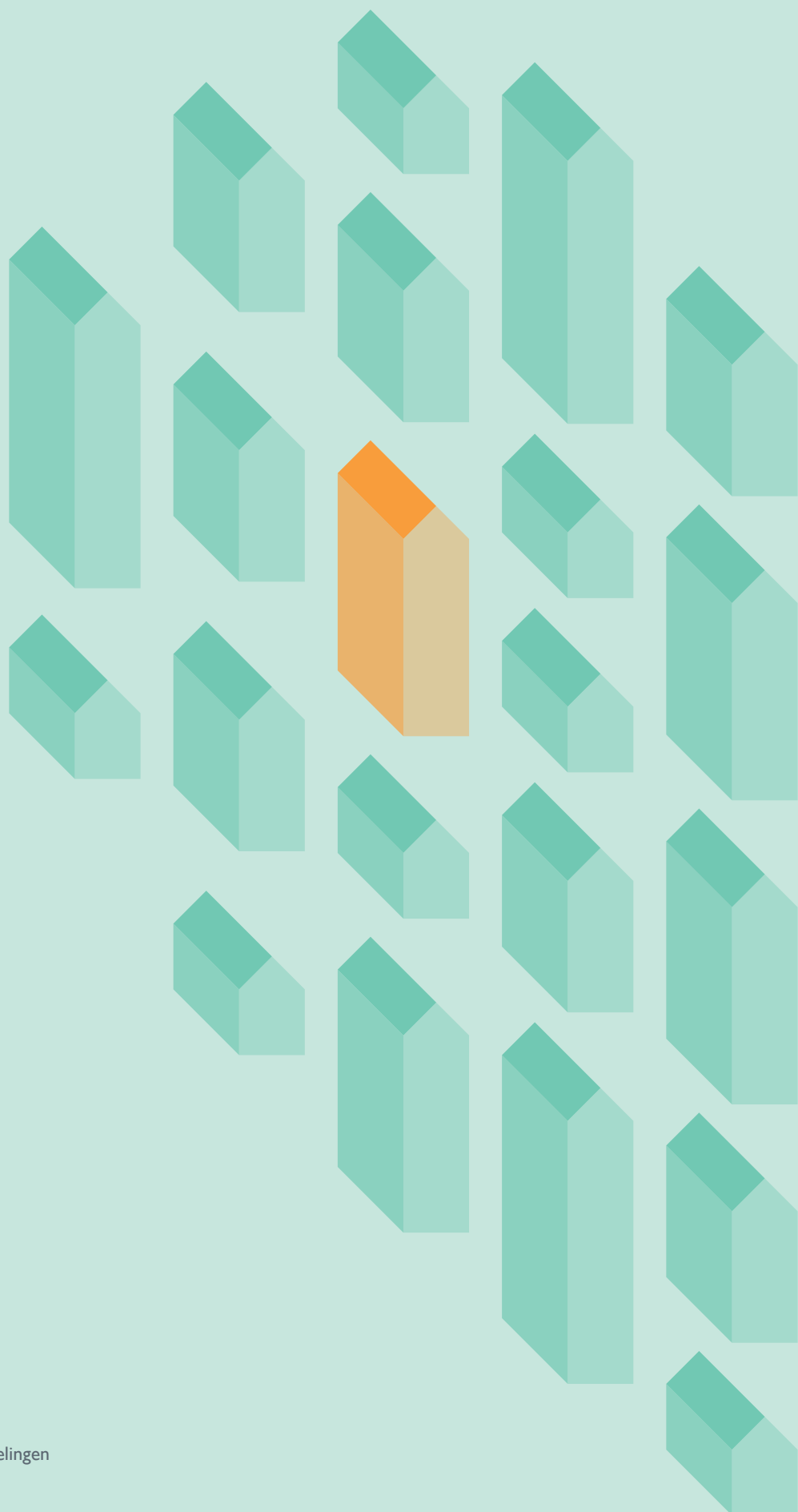
### Teknologi og fleksibilitet

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.





**KØBENHAVNS KOMMUNE**

Sundheds- og Omsorgsforvaltningen  
Center for Omsorg / Kommunikationsafdelingen  
[www.kk.dk](http://www.kk.dk)

April 2014