



Demensboliger

Modelprogram for demensboliger er udgivet af Bygherreforeningen.

Modelprogrammet er støttet af Boligfonden Kuben.

Modelprogram for demensboliger er udarbejdet af Lars Bertelsen og Hanne Ullum (Bygherreforeningen).

Projektets referencegruppe består af Aster Schepel (Margurittens Venner/Demensalliancen), Lone Sigbrand og Inge Mette Kirkeby (Statens Byggeforskningsinstitut) samt Pia Wiberg (Zeso Architects/Demensalliancen).

København, marts 2017

**BYGHERRE
FORENINGEN**

M | **MODELPROGRAM**
for fremtidens velfærdsinstitutioner

BOLIGFONDEN KUBEN



INDHOLDSFORTEGNELSE

Introduktion	4
▪ At leve og bo med demens.....	5
▪ Lære, føle og huske rum.....	5
Demensboliger i forandring	7
▪ Demens som et værktøj til at forny vores forståelse af arkitektur.....	8
▪ Fortabt – forholdet mellem rum og demens.....	9
▪ Gode rammer kan reducere medicinforbrug.....	10
Strategiske designudfordringer	11
▪ Genkendelighed og hjemlighed.....	12
▪ Tryghed.....	14
Specifikke designudfordringer	17
▪ Den demensegnede bolig.....	18
▪ Den arbejdsvenlige demensbolig.....	25
▪ Demensboligens uderum og omgivelser.....	28
Cases	31
▪ Besøgssteder.....	32
▪ Dagmarsminde.....	33
▪ Torndalshave.....	35
▪ Bilag.....	38

INTRODUKTION

I de kommende år bliver vi flere ældre og dermed også flere personer med demens. Faktisk viser tallene, at personer, der lever med en demenssygdom er fordoblet over de sidste ti år, mens det anslås, at omkring 150.000 danskere vil lide af sygdommen om 25 år.

Demens er dog ikke bare en dansk, men derimod en global udfordring, der hvert år rammer 44 millioner mennesker. Det høje antal af personer med demens sætter pres på verdens sundhedssystemer, og overalt spejdes der efter løsninger, der kan skabe et godt og værdigt liv for personer med demens.

Mange blikke rettes i denne forbindelse mod Danmark, hvor vi traditionelt set har været blandt de førende, når det gælder om at skabe funktionelle boligtyper for særlige behov og pleje. Demens er imidlertid en udfordring, der stiller endnu større krav til boligerne, fordi sygdommens påvirkninger kan være både rum- og retningsforstyrrende for den enkelte.

I Danmark anslås det, at to tredjedel af beboerne på plejecentrene har demens. Alligevel vurderes det, at kun 6.000 ud af 46.000 visiterede plejeboliger er demensegnede. Derfor er der i Danmark, som alle andre steder, et stort behov for flere demensegnede boliger. Og offentlige såvel som private bygherrer står foran en stor udfordring i de kommende år, hvis Danmark fortsat skal være foregangsland for boliger til særlige behov.

Modelprogram for demensboliger er udformet som en guide, der kan hjælpe bygherrerne med udfordringen. Ligesom rådgivere eller ledere af et plejecenter vil kunne få inspiration, råd og eksempler på godt demensbyggeri. Modelprogrammet samler den nyeste viden fra forskning af Statens Byggeforskningsinstitut og Demensalliancen, så denne kan anvendes direkte i hverdagen som et grundlag for, hvilke overvejelser du bør gøre dig, inden du bygger fremtidens demensboliger.

God læselyst!

At leve og bo med demens

Demens er en fælles betegnelse for flere forskellige hjernesygdomme, som kan have store påvirkninger for den enkelte. Demens kan nedbryde hukommelsen og de kognitive evner. En person med demens vil derfor opleve at blive konfronteret med en grundlæggende følelse af at være fortabt – forstået på den måde, at personen kan have svært ved at genkende sine omgivelser. Demens betyder altså, at man kan føle en form for mental hjemløshed, hvorfor personen konstant vil søge efter noget genkendeligt i sine omgivelser, uden at det umiddelbart vil kunne findes.

Når vi bygger fysiske rammer for personer med demens, er det derfor vigtigt, at der oftest muligt vil være noget genkendeligt at møde på sin vej, så den mentale hjemløshed afhjælpes. Ligesom de fysiske rammer også skal skabe tryghed ved at sikre, at man ikke kommer på afveje eller oplever fysisk ubehag og besvær.

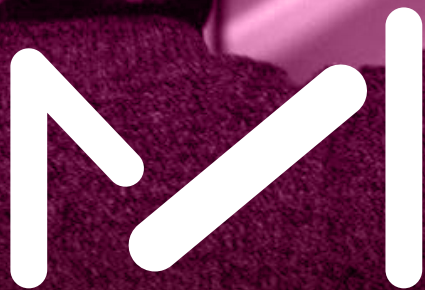
Lære, føle og huske rum

Når de kognitive færdigheder langsomt forfalder i takt med demenssygdommen, kan de umiddelbare indtryk opleves mere direkte. Derudover kan det være svært for personer med demens at filtrere og holde styr på de mange forskellige indtryk. I arbejdet med at skabe gode fysiske rammer for personer med demens, bør vi derfor fokusere på nogle af de grundlæggende aspekter, der ligger til grund for den måde, vi forstår og opfatter rum. Disse vil nemlig opleves kraftigere og være meget afgørende for velbefindende hos personer med demens.

At italesætte og forstå, hvordan vi lærer, føler og husker rum er derfor vigtige redskaber til at skabe fysiske rammer for personer med demens. Vi har her at gøre med nogle fundamentale egenskaber som dufte, materialer, lyde, lys, farver og former som alle er med til at udgøre en rumlighed og sætte en stemning for den enkelte beboer. Opbygningen af denne bør således også tænkes med udgangspunkt i den enkelte.

Samtidig bør vi anerkende, at en demensboligs fysiske rammer altid vil være langt fra de hjemlige rammer, den enkelte har haft før sygdommen. Demensboligen skal derfor ikke gengive det tidligere hjem. I stedet kan den med fordel tænkes som et nyt, der i højere grad er til for at understøtte de behov, personen med demens har som følge af sygdommen. Her er netop de følelses- og sansemæssige indtryk afgørende, fordi vi gennem disse kan skabe atmosfærer og stemninger, der muliggør, at den enkelte kan projicere sine følelser og minder ind i det nye hjem gennem de sanselige påvirkninger, der stilles til rådighed.

Formålet med en demensegnet bolig er således ikke at tilbyde fysiske rammer, der minder mest muligt om et tidligere hjem. Derimod er det demensboligens opgave at tilbyde den enkelte muligheden for at fremkalde hjemligheden gennem sanselige stimuli og på den måde hæve livskvaliteten.



Demensboliger
i forandring

Med det stigende antal af personer med demens, står vi foran en ny boligtype, der skal kunne tilgodese flere behov på én og samme tid. I denne forbindelse peger forskningen på tre overordnede tiltag for de fysiske rammer:

- At bygge små overskuelige, genkendelige og skærmede miljøer, hvor personer med demens lettere kan orientere sig
- At skabe rige, men samtidig afpassede, sanseoplevelser ved hjælp af lys, lyd, farver, dufte, materialer og former
- At sikre gode muligheder for at komme udendørs og i kontakt med dags- og sollys, naturen, planter, vind og vejr

Alle tre punkter kan imidlertid ses som arkitektoniske kvaliteter, der også vil have en stor værdi for andre beboere i et plejecenter. Demensegnede boliger adskiller sig således ikke nødvendigvis fra andre plejeboliger. De kan tilmed have mange forskellige former, formål og funktioner. Grunden til, at det er særligt vigtigt at tage hensyn til de fysiske rammer i demensboliger er, at personer med demens ikke evner at ændre dem selv. Netop derfor er det vores opgave at bygge rigtigt fra start.

Demens som et værktøj til at forny vores forståelse af arkitektur

Fremtidens demensboliger kan på mange måder være en katalysator til at forny vores forståelse af arkitektur, da boligtypen fordrer en dybere og mere tværgående forståelse af en bygnings fysiske rammer og påvirkninger. I arbejdet med demensboliger kan det derfor være fordelagtigt at arbejde med at gøre den tilgængelig for sanselige stimuli og samtidig sørge for, at boligen har en klar orientering, så der skabes en følelse af sikkerhed og trykthed i rammerne for den enkelte. Form, stemning og atmosfære er af denne grund nøgleord i arbejdet med demensboliger.

I regeringens handlingsplan for demensområdet, der blev lanceret i efteråret 2016, lægges der ligeledes op til, at hjemlighed, tryghed, sikkerhed og overskuelighed tænkes ind i fremtidens demensboliger. Personer med demens kan dog ikke anskues som en homogen gruppe, da livsstil, livshistorie, diagnose og sygdomsstadie kan betyde vidt forskellige behov og krav til omgivelserne afhængig af den enkelte.

Fortabt – forholdet mellem rum og demens

For at kunne imødekomme den enkelte beboers behov, er det vigtigt at forstå forholdet mellem rum og demens. Forholdet er naturligvis afhængig af det stadie, som sygdommen befinder sig på, og her kan demens med fordel opdeles i tre overordnede grader:

- Let demens med let nedsat funktionsevne. Mange lever en stort set uafhængig tilværelse, hvor kun mere komplekse opgaver kan volde problemer
- Moderat demens med betydelig nedsat funktionsevne, hvor personen er afhængig af hjælp i hverdagen fra partner eller kommunale ordninger
- Svær demens, hvor personen er helt afhængig af hjælp fra andre, og hvor overvågning døgnet rundt er nødvendig

Demensegnede boliger vil som oftest skulle tilgodese personer med en svær demens, og her er det derfor essentielt, at der skabes sikkerhed og tryghed i boligen. For personer med svær demens er opgaven dog ikke lige til, da deres forståelse af rum og retningsforhold kan lade dem hen med en oplevelse af at være fortabt.

Gode rammer kan reducere medicinforbrug

At føle sig fortabt kan medføre reaktioner som angst og uro for den enkelte. For at afhjælpe disse symptomer anvendes antipsykotisk medicin. Forbruget har dog nået et omfang, hvor 20 procent af alle personer med demens medicineres med dette, og derfor har regeringen opsat et mål om at reducere medicinforbruget med 50 procent.

For at denne reducere kan lykkes, peger meget forskning på, at de fysiske rammer er af afgørende betydning. Særligt sanselige rammer med en rolig atmosfære udpeges til at kunne sænke det stressniveau, som den enkelte oplever, når fortabtheden sætter ind. Samtidig kan en let orientering med tryghed og sikkerhed såvel som det sanselige være essentielt for at skabe en bedre livskvalitet for den enkelte og mindske medicinforbruget.

At skabe boliger med gode, demensvenlige rammer skal dog ikke forstås som et isoleret arbejde med den enkelte bolig, men som en del af en større helhed i en boliggruppe. I praksis kræver dette arbejde naturligvis nogle simple rettesnore og anvisninger. Her kan følgende strategiske og specifikke designudfordringer være et afsæt for, hvordan arbejdet med demensboligernes fysiske rammer kan tage form.



Strategiske
designudfordringer

GENKENDELIGHED OG HJEMLIGHED

En af de væsentligste udfordringer for en demensegnet bolig er at gøre den både genkendelig og hjemlig, fordi følelser, stemninger og materialer lagres længe i hukommelsen. Objekter fra ens tidligere hjem kan i den forbindelse være medvirkende til at fremkalde en tryk og hjemlig atmosfære i den nye demensbolig. Selvom personer med demens ikke nødvendigvis kan huske konkret, hvad der er deres ejendele, kan de sagtens præges af den genkendelige og emotionelle kvalitet, der er i objekterne. Derfor er det en afgørende faktor at sikre, at boligen gøres demensegnet ved i høj grad at understøtte det hjemlige med brug af personlige ejendele.

Planlægningen af enhver demensbolig er dog udfordret af, at boligen ikke kun er en privat bolig, men også en arbejdsplads. For demensboligen opstår der dermed et grundlæggende modsætningsforhold mellem det hjemlige og genkendelige sted, hvor der tages individuelle hensyn, samt arbejdspladsen, hvor der sjældent kan tages individuelle hensyn.

I planlægningen af en demensegnet bolig er dette modsætningsforhold en udfordring, der bør medtænkes i alle designfaser. Eksempelvis ved, at demensboligen ses som en del af et større fællesskab i selve boliggruppen. Spørgsmålet er så bare, hvordan det hjemlige og genkendelige kan understøttes, når plejepersonalet samtidig skal have en god og funktionel arbejdsplads?

For at sikre det hjemlige kan der overordnet set være fordele i at nedbryde store enheder og undgå at købe for meget ens inventar. Indretning og møblering med velkendte eller personlige ejendele understøtter i højere grad det hjemlige og genkendelige for den enkelte. Isoleret set er det dog ikke nok. For at boligen for alvor bliver demensegnet gennem det hjemlige, kan boligens atmosfære med fordel udformes som en helhed, hvor alle materialer spiller sammen – også med resten af boliggruppen. Det betyder, at ikke-hjemlige ting helst bør holdes væk fra boligerne. Hjælpe midler på

gange, håndspritsbeholdere på vægge og lignende har vi ikke i eget hjem. Derfor vil det kunne forstyrre den hjemlige og genkendelige atmosfære i boligerne. I stedet kan det derfor være fordelagtigt at fjerne elementerne eller tænke i alternativer, som i højere grad kendes fra hjemmet og som dermed vil kunne gavne beboernes trivsels og hjemmets stemning.

Overvejelser

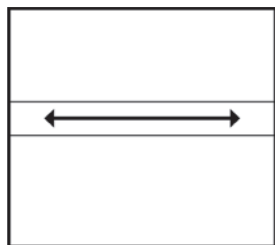
- Kan du gøre plads til ting fra tidligere hjem? Yndlingslænestolen, chatollet etc. kan have stor affektionsværdi for beboeren
- Kan du skabe atmosfære som helhed? Materialer, møblering, lyd, duft etc. som spiller sammen, mens ting vi ikke umiddelbart genkender fra eget hjem som håndspritbeholdere, håndlister etc. fjernes
- Kan du skabe mere depotplads? For at kunne rydde personalets hjælpemidler af vejen, er det vigtigt, at der tænkes i rigeligt med depotplads. Placeringen af depoterne er dog også vigtig, så personalet har let adgang uanset, hvor de befinder sig
- Kan du skabe forskellige atmosfærer? Hjemlighed i demensboligen, wellnessbad i et fælles baderum etc. kan være med til at skabe stemninger og stimulere sanser
- Kan du variere belysningen? 'Rengøringslys' er ofte et krav, men ikke noget vi ville have i vores eget hjem. Muligheden for at indstille et lys til rengøring og et andet til dagligdagen, er derfor afgørende for at kunne skabe en god og rolig atmosfære

TRYGHED

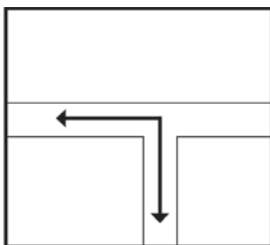
En anden overordnet udfordring for demensegnede boliger er, hvordan man skaber tryghed for beboerne. For personer med demens kan det være vanskeligt at finde vej, og det kan hurtigt give ubehagelige oplevelser at fare vild. Boligens fysiske rammer skal derfor være klare og overskuelige, hvis de skal være demensegnede.

Meget tyder dog på, at boliggruppens overordnede størrelse er mere afgørende for den enkeltes evne til at finde vej end selve grundplanens udformning. Forskning anbefaler boliggrupper på 6-8 personer og et lige gangforløb.

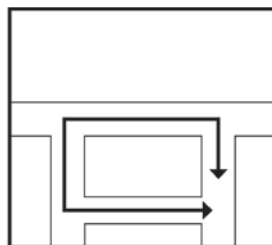
Faktisk viser det sig, at personer med demens har signifikant lettere ved at orientere sig i grundplaner med lige gangforløb (1) i forhold til gangforløb med et retningsskift (2). Sværest har personer med demens det imidlertid ved at orientere sig i fortsatte gangforløb (3), hvilket udfordrer en tidligere antagelse om, at gangforløb i demensboliger aldrig må ende blindt.



1



2



3

HAR DU TÆNKT PÅ?

At det kan være en stor fordel at bo sammen med andre – også for personer med demens. At være en del af et fællesskab giver beboerne nærvær og stimuli gennem sociale relationer. Hvis for mange bor sammen, er der mulighed for overstimulering. Derfor peger forskning på 6-8 personer som det rette antal i en boliggruppe.

Der findes imidlertid ikke en entydig anbefaling til, hvordan grundplanen for en demensegnet bolig bør se ud. Størrelsen på boliggruppen er mere afgørende, ligesom meget lange gangforløb må frarådes. Overordnet set må det dog tilstræbes, at antallet af beslutningspunkter minimeres. Dette kan gøres ved, at grundplanen udformes uden krydsende gange, ligesom det også er væsentligt ikke at have flere rum med samme funktion, da dette blot kan forvirre – eksempelvis flere spisestuer. I stedet kan det være fordelagtigt at fastsætte én funktion for hvert rum.

Flere andre faktorer er imidlertid også afgørende for personer med demens' evne til at finde vej og føle tryghed. Heriblandt har lys og farver en særlig betydning. Et lavt lysniveau kan forårsage desorientering for den enkelte, og generelt har ældre brug for det dobbelte lysniveau af, hvad man normalt vil planlægge. Lyset er således vigtigt i forhold til tryghed i demensegnede boliger, og det samme gælder farver. Farver påvirker også opfattelsen af rum hos personer med demens, da sygdommen ofte medfører en forringelse af dybdeperceptionen. Lys, og de skygger det fører med sig, kan naturligvis være svære størrelser at håndtere for den enkelte, men det samme kan et farveskifte i gulvet, da det let kan opfattes som et hul.

HAR DU TÆNKT PÅ?

At lys kan være svært at håndtere for personer med demens. Alt afhængig af hvor lyset kommer fra, kaster det skygger. Skyggerne kan danne sorte plamager – eksempelvis i ansigtet på folk. Derfor kan personer med demens hurtigt blive skræmt, hvis skyggerne er for skarpe. En blødere belysning, hvor skygger minimeres, kan derfor være en fordel.

Farver bør derfor anvendes med et specifikt formål – eksempelvis til at tydeliggøre et rum, hvor særligt kontrastfarver kan bruges som markører – som ved at give døre en anden farve end vægge. Dog er det vigtigt at have for øje, at varme farver som gul, orange og rød opfattes bedre af ældre øjne end kolde farver som blå og violet.

Sidst men ikke mindst handler tryghed for personer med demens om at kunne bevæge sig frit. Det gælder inde- såvel som udenfor, og derfor bør der etableres miljøer, hvor man ikke kan forvilde sig bort. Skærmede områder med et nemt overblik kan bidrage til, at personer med demens føler sig trygge og sikre, mens både pårørende og plejere kan føle det på deres vegne.

Overvejelser

- Kan du placere skilte lavere? Ældre og især personer med demens har tendens til at have blikket lavere end øjenhøjde. Skilte i en demensegnet bolig kan derfor med fordel placeres lavere
- Kan du undgå at bruge blanke flader? Blanke overflader kan blænde eller spejle. Blænding fra et blankt gulv kan opfattes som vand og dermed skræmme den enkelte
- Kan du skabe god forbindelse mellem inde- og udeområder? Skærmede udeområder kan være med til at sikre personer med demens bevægelsesfrihed, mens vinduer kan give både udsigt og mulighed for at følge dagslyset
- Kan du skabe mulighed for naturoplevelser? Dufte, lyd af vind, vand der risler, summende insekter, fugle der synger og temperaturer der skifter. Alle disse sanseindtryk kan fås i naturen og have stor betydning for den enkeltes velvære. Derfor kan det være en fordel med adgang til uderum i demensboligen. Sanseligheden bør dog også afspejles indendørs ved duftlys, lydspor eller lignende, der kan være med til at vække minder og sanser



Specifikke
designudfordringer

DEN DEMENSEGNEDE BOLIG

Menneskelig kontakt – personer med demens kan som alle andre have gode og dårlige dage. Deres udsving i reaktionen på disse kan imidlertid være kraftigere. Det betyder, at de nogle dage har mere behov for menneskelig kontakt end andre, og de fysiske rammer kan derfor med fordel understøtte muligheden for en meningsfuld hverdag ved at rumme muligheder for at veksle mellem individualitet og socialisering, bevægelse og fordybelse samt nærhed og afstand.

Aktiviteter – sanselig stimulering er en vigtig del af livskvaliteten for personer med demens. De kan have stor glæde af maling, madlavning, sang, musik og dans, ligesom det kan have stor betydning at være i kontakt med planter og dyr. En demensbolig bør derfor være egnet til, at forskellige aktiviteter kan finde sted. Eksempelvis ved, at der etableres rum i byggeriet til disse formål som atelier, musiklokale, fælleskøkken og inspirerende udeområder.



Strandrum med varmelamper, dufte af hav, lyde af bølgebrus og fuglesang samt mulighed for sand mellem tæerne. Vreugdehof, Holland.



Snoezelrum med et væld af sanselige stimuli. Farver, lys og materialer. Vreugdehof, Holland.



Mobilt køkken, der køres rundt på stuerne. Der laves små retter af friske råvarer, og beboerne har mulighed for at deltage i madlavningen. Vreugdehof. Holland

Tilknytning og inklusion – muligheden for at være en del af en gruppe kan give en følelse af tryghed. Ligeledes kan det tilføre den enkeltes liv mere mening, hvis man kan beskæftige sig med sociale aktiviteter og gøremål. Derfor kan en demensegnet bolig med fordel være tilknyttet aktiviteter i rammer, hvor det er muligt at udfolde sig i fællesskab med andre.



På Østervang er der en herrstue med mulighed for at læse bøger, spille spil eller tage et slag pool. Det åbne rum indbyder til fællesaktiviteter for de mandlige beboere. Plejeboligerne Østervang. Frederiksberg



Der findes også mindre nicher og kroge på Østervang, hvor beboerne har mulighed for at søge hen, hvis de har brug for mere skærmede omgivelser. Plejeboligerne Østervang. Frederiksberg

Fællesrum – de fysiske rammer bør indeholde flere fællesrum, hvor det er muligt at lave forskelligartede aktiviteter. Det betyder, at der er mulighed for at åbne et rum til større arrangementer med pårørende, men samtidig også at lave små nicher, hvor man kan fordybe sig i samtaler eller aktiviteter for mindre grupper.



En beboer er gået til klaveret, der står i boliggruppens fællesrum. Her er der plads til, at han kan udfolde sine musikalske evner til gavn for alle frem for at have klaveret i egen bolig. De Hogeweyk, Holland.



Fællesrummet på Dagensminde, hvor alle beboere kan sidde om det store spisebord eller se fjernsyn i sofaerne. Materialerne er træ og læder, der begge er genkendelige stimuli for sanserne. Dagensminde, Græsted.



Fordybelsesrum – der kan med fordel etableres rum for fordybelse i boliggruppen, hvor der er særlige sanselige stimuli. Det kan modvirke den uro og angst, som ofte opstår hos personer med demens. Gennem lyde, billeder, dufte eller eksempelvis et akvarie kan der vækkes minder og skabes ro i sindet. Sanselige stimuli er generelt set væsentlige for personer med demens, men et fordybelsesrum kan anvendes som en særskilt aktivitet, hvor beboerne kan fordybe sig i rolige omgivelser og dermed være en faktor i forhold til at reducere medicinforbruget.



Boligruppen – demensboliger kan organiseres i miljøer eller grupper, hvor boligerne ligger i nærhed af hinanden med adgang til tætte fællesarealer. Boligrupperne bør være små – 6-8 boliger – og overskuelige, så det er let at orientere sig. Fokus bør være på et hjemligt miljø med adgang til uderum og kan med fordel variere i udtryk i forhold til beboernes livsstile eller særlige interesser.

Boligens form – ved brug af almenboliglovgivningen kan kommunerne dispensere fra kravet om køkkener i demensboligerne jvf. almenboliglovens § 110. På den måde kan der skabes mere variation i boligtyperne og en reduktion i boligstørrelsen. Herved frigøres der arealer, som i stedet kan konverteres til fælles brug. Det betyder, at der er mulighed for fællesarealer med sociale aktiviteter og ophold, der i højere grad vil gavne personer med demens – eksempelvis tv-stue, wellnessrum, havestue eller snoezelrum – frem for at have et bestemt antal kvadratmeter til rådighed i egen bolig.

Fleksibilitet og variation – typisk er plejeboliger to-rums-boliger. Personer med demens kan dog hurtigt have svært ved at orientere sig i to rum. Derfor kan man med fordel tænke i fleksible vægge eller rumdelere i form af skabe på hjul, så boligen hurtigt kan omstilles. Det samme gælder køkkenenheder, der kan være godt til besøgende, men ofte ikke benyttes i hverdagen. Disse kan derfor også være mobile frem for integreret i demensboligen.

Akustik og temperatur – ældre påvirkes i højere grad af temperaturskift. Det er derfor vigtigt at tænke på, hvordan boligen er isoleret. Dette gælder også i forhold til akustikken, da et højt støjniveau eller genklang kan føre til forstyrrende oplevelser for personer med demens. Ofte anvendes akustiklofter for at løse dette. Akustiklofterne har dog typisk et meget institutionelt præg. Derfor kan man med fordel fokusere på at vælge lofttyper, der er gode for akustikken, men også for øjet.

Dagslys – sørg for, at daglyset udnyttes optimalt. At følge med i døgnets rytme og årstidernes skifte stimulerer bevidstheden. Samtidig giver det en bedre nattesøvn at følge en naturlig døgnrytme.

Gode huskeregler for den demensegnede bolig

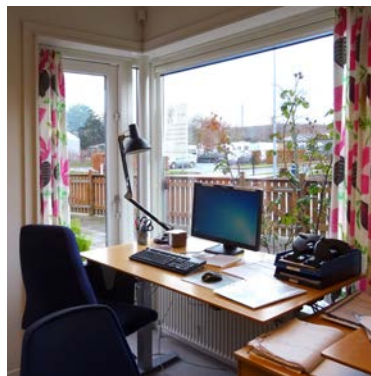
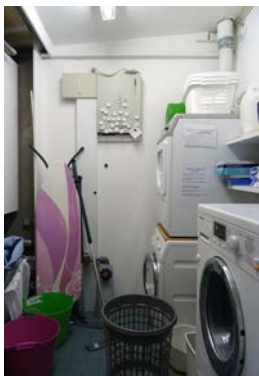
- Farveforskelle, så der er adskillelse mellem døre og vægge
- Ensfarvet, lys gulvbelægning uden mønstre
- Personligt kendemærke på beboernes døre
- Piktogrammer, der angiver toiletter, spisestue og andre fælleslokaler
- God akustik og bedst mulig udnyttelse af dagslys
- Fleksible vægge eller rumdelere, der let kan fjernes, hvis beboeren får svært ved at orientere sig i flere rum
- Køkkenenheder, der kan hentes eller fjernes efter behov
- Fællesrum på attraktive og synlige steder, så alle kan følge med i aktiviteterne
- Fordybelsesrum med akvarier, kunst eller lignende, der kan anvendes til at aflede opmærksomhed ved uro
- Undgå overstimulering ved for mange funktioner på én gang. Inddel rummene efter funktioner, eller gør beboerne fælles om den funktion/aktivitet, der skal foregå. Eksempelvis filmaften i fællesrummet
- Demenssikring, så personalet får en alarm, når en beboer med chip forlader området
- Undgå panorama-vinduer eller store glaspartier, da personer med demens opfatter glas som "ingenting", og tror det kan forceres
- Undgå spejle og reflekterende glas, da det kan blænde

DEN ARBEJDSVENLIGE DEMENSBOLIG

Nærhed – arbejdsmiljøet skal være i top – fysisk og psykisk. Derfor kan man med fordel tænke i, hvordan de fysiske rammer kan planlægges, så der er nærhed til hjælpemidler og kortest mulig intern transport mellem boligerne. Samtidig er det vigtigt at tage hensyn til enkelhed i opgaveløsning og korrekte arbejdsstillinger. Personalet er i ligeså høj grad som beboerne en del af den demensegnede bolig. Derfor bør rammerne tilpasses en smidig og effektiv arbejdsdag for dem, ligesom de skal være et behageligt hjem for beboerne.

HAR DU TÆNKT PÅ?

At en demensbolig også er en arbejdsplads. Derfor kan der være mange fordele i at tænke i nærhed til depoter, så hjælpemidler kan holdes ude af boligerne og nemt bringes frem og tilbage, når der er brug for dem.



Personalegangen på Torndalshave er placeret mellem de to boliggrupper. I personalegangen er der administration og depotplads med vaskerum. Vaskemaskinerne er på den måde gemt væk, så de støjmæssigt ikke generer beboerne. Torndalshave, Hvidovre.

Depoter – opbevaringsplads er nødvendig i demensboligernes boliggruppe. Flere personer med demens kan have brug for fysisk støtte i form af rollatorer, kørestole eller mobile lifte. Disse hjælpemidler bør imidlertid ikke stå fremme på gange og lignende, da de forstyrrer hjemligheden og fremhæver det institutionelle præg. I stedet er det vigtigt at tænke over depoternes størrelse og placering, så plejepersonalet hurtigt kan bringe hjælpemidler frem og tilbage.



Plejehjemmet ligger midt i et stort boligområde. Derfor er plejehjemmets fællesrum åbent for lokalområdet og samtidig placeret med direkte adgang fra alle plejecenterets stuer. I fællesrummet er der cafe, bar, scene og musikudstyr, der understøtter det lokale kulturliv. De Venser, Holland.

HAR DU TÆNKT PÅ?

At en uniform er forbundet med autoritet. Typisk forbinder vi derfor uniformer med folk, der skal hjælpe os. Det betyder, at personer med demens kan få associationer til sygdom og sygehuse, når de ser hvide kitler. Det kan medføre utryghed, og derfor kan der være fordele i, at personalet ikke bærer uniform.

Samvær – at indgå i daglige gøremål kan være stimulerende for personer med demens – eksempelvis madlavning eller havelugning. Derfor bør der skabes rum for, at beboere og personale kan lave ting i fællesskab.

Ligeledes kan det indbyde til samvær og nedbringe institutionsfølelsen, hvis personalet i højere grad har naturlig omgang med beboerne ved at holde pauser og lignende i selskab med dem frem for på lukkede personalestuer. For eksempel ved, at man spiser sammen. I denne sammenhæng har det også en stor betydning, om personalet bærer uniformer eller ej. Uniformer kan tydeliggøre, at personalet kan hjælpe. På den anden side kan de også være medvirkende til at skabe utryghed, fordi man kan have tendens til at forbinde hvide uniformer med sygehuse og sygdom. For personer med demens kan det betyde usikkerhed og skabe angst.

Gæsteværelser – det er vigtigt, at pårørende kan besøge og være tæt på deres familiemedlem. Til tider kan det være nødvendigt at overnatte, og det bør der være mulighed for. For at gøre det nemt for plejepersonalet at have overnattende pårørende, kan der med fordel tænkes gæsteværelser i planlægningen af boliggrupperne. Alternativt kan gæsteværelser indgå som en del af fællesarealer og anvendes til andre formål, når der ikke er behov for overnatning.

DEMENSBOLOGENS UDERUM OG OMGIVELSER

Planlægning – tilknytning til lokalområdet kan med fordel tænkes ind, så demensboligerne ikke bliver indelukkede enklaver. Der er gode erfaringer med daginstitutioner i nærhed af demensboliger, hvor børnene får mulighed for at komme på besøg. Der kan også åbnes for, at boliggruppens faciliteter kan bruges af lokalområdet – eksempelvis motionscenter eller wellnessrum – da det kan være til stor glæde for personer med demens, hvis lokalområdets liv kan fornemmes i demensboligerne.

HAR DU TÆNKT PÅ?

At tilknytning til lokalområdet har en stor betydning. Hvis demensboliggruppen har faciliteter, som lokalområdet også kan drage nytte af, er der mulighed for social udveksling. Eksempelvis er der gode erfaringer med, at nærliggende daginstitutioner kommer på besøg og spiser sammen med beboerne i demensboligerne.



Uderummet er omgrænset af de forskellige boliggrupper. Den arkitektoniske plan er planlagt, så bygningerne indkredser gårdmiljøet og dermed skaber tryghed ved at beboerne ikke kan forvirre sig ud. På den måde kan de gå frit rundt i et sikkert og til dels lukket område. Der er en ind/udgang til hele plejecenteret. De Hogeweyk, Holland.

Demensboligens omgivelser/natur

– adgang til grønne omgivelser er meget vigtigt. Natur kan hæve smertegrænsen, give glæde og understøtte en stressfri atmosfære. Derfor kan planlægningen med fordel lægge op til, at beboerne frit kan bevæge sig udenfor. Udearealer skal dog være skærmede og lette at holde opsyn med for personalet.

Sansehaver og højbede

– udeområderne kan stimulere de sanselige oplevelser for personer med demens. Det kan gøres med forskellige haver, der vækker sanserne, stier, der bringer dem rundt i haven uden at fare vild, eller med mulighed for ophold, så man kan fordybe sig og nyde naturens dufte og vejret. Højbede kan også anvendes som en aktivitet, hvor den enkelte både kan dufte plan-

HAR DU TÆNKT PÅ?

At det er vigtigt at være aktiv. Derfor kan der være fordel i, at demensboligerne tilbyder aktiviteter i boliggruppen som motion eller wellness, eller mere lavpraktisk i form af et lille bibliotek eller lignende. Det giver en mulighed for at have aktiviteter at dyrke i sin hverdag.



Højbede og plantekrukker i gårdhaven på Torndalshave. Beboerne har på denne måde adgang til beskyttede udearealer samtidig med, at de hele tiden er i visuel kontakt med naturen. Torndalshave, Hvidovre.

terne og være med til at luge i bedene. Højbede er tilmed også tilgængelige for kørestolsbrugere, så de kan være en del af aktiviteterne. Derudover kan muligheden for at være i nærhed til dyr give en følelse af ro og tryghed for personer med demens, ligesom det kan give et indhold i deres dagligdag at følge med i dyrenes udvikling.

Demensboligens fællesfaciliteter – fællesfaciliteter er vigtige for at skabe liv og mening omkring demensboligerne. Med relevante aktiviteter er det muligt at skabe rammerne for en hverdag, hvor beboerne kan tage til motion i motionscenter, i spa i et wellnessrum eller på restaurant med deres familie. Fællesfaciliteterne kan være mangeartede, men der kan med fordel tænkes i, hvordan de kan understøtte den fysiske og sanselige stimulering af beboerne. Pladsen til flere eller større fællesfaciliteter kan blandt andet findes ved at dispensere fra kravet om køkkener i demensboligerne jvf. almenboliglovens § 110.



Restauranten på De Hogeweyk kan bruges af beboerne. Særligt når de har pårørende på besøg, er den populær. Restauranten er en integreret del af plejecenterets dagligdag, hvor beboerne kan komme ind og drikke en kop kaffe. De Hogeweyk, Holland.



Cases

BESØGSSTEDER

I forbindelse med udformningen af modelprogram for demensboliger er alt fra bofællesskaber og plejeboliger til deciderede demensboliger blevet besøgt. Årsagen til dette er spændvidden i de fysiske forhold, der gør sig gældende for personer med demens.

Foruden de allerede fremhævede eksempler i modelprogrammet kan Bofællesskabet Bakken fremhæves som et bevis på, hvordan en boliggruppe kan udformes med fokus på at have nære relationer til fælles aktiviteter. Derudover kan Plejeboligerne Østervang ses som et eksempel på, hvordan man i et fleretagers plejecenter kan tilgodese behov for personer med demens i samspil med de øvrige beboere.

Der er mange aspekter, som spiller ind, når det kommer til udformningen af fremtidens demensboliger. Umiddelbart står det dog som en overordnet væsentlighed at skabe rammer for, at pleje, fællesskab og tryghed kan finde sted. Hos Dagmarsminde og Torndalshave ses der to fremragende eksempler på netop dette. Begge steder kombinerer nemlig forskellige aspekter ud fra en overordnet tilgang, der afspejles i de fysiske rammer.

Derfor kan du i de følgende case-beskrivelser læse nærmere om, hvordan de har arbejdet med de fysiske rammer for at sikre et godt og trygt liv for personer med demens.

DAGMARSMINDE

FAKTA OM DAGMARSMINDE

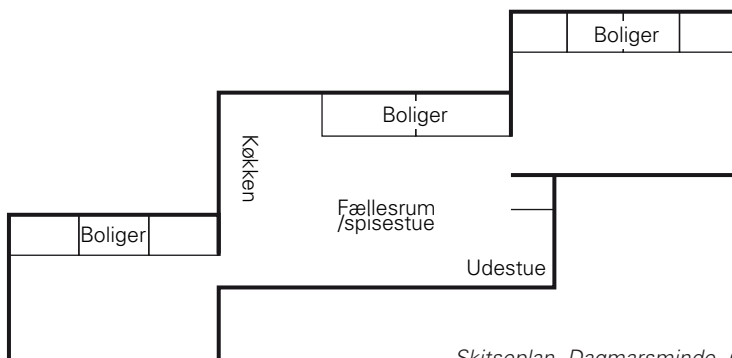
- Privat tilbud til personer med demens
- Dagmarsminde består af 9 boliger, 10 ansatte og en hund
- Stort fællesrum og wellnessområde
- Dagmarsminde er placeret som et afskærmet område med forskellige dyr og udsigt til åben natur

I naturskønne omgivelser ligger Dagmarsminde. Et tidligere værksted er blevet omdannet til et hjem for personer med demens, hvor fokus er på natur, velvære, nærhed og ligeværd. Dagmarsminde beskriver derfor sig selv som en omsorgsoase.

På Dagmarsminde er individet i centrum. Med store åbne miljøer skabes der rum for fællesskab og nærvær, hvor beboerne kan bidrage efter evne. I alt er der ni boliger på Dagmarsminde, og i stueplan ligger alle boligerne overskueligt fordelt omkring det naturlige samlingspunkt, som er det åbne køkken- og fællesrum. Her spiser beboerne alle deres måltider, mens de om det store træbord har mulighed for at lave forskellige aktiviteter.

I forlængelse af fællesrummet er en lille udestue, hvor beboerne kan sidde og følge med i både natur, årstider og de græssende dyr, der bevæger sig på markerne omkring huset. Ved siden af udestuen er en trappe, hvor beboerne, ledsaget af personale, kan bevæge sig ned til husets wellnessområde.

En opvarmet pool flankeret af eksotiske planter, dæmpet musik og duf-tende stearinlys skaber en behagelig atmosfære i underetagen. Her kan beboerne slappe af og lade sanserne blive stimuleret – enten i poolen, på massagebænken eller i liggestolene.



Skitseplan. Dagmarsminde, Græsted.

Den sanselige tilgang til pleje af personer med demens gør Dagmarsminde ganske særligt, og helt enkelt skyldes det, at de i planløsningen, med prioriteringen af de store fællesrum og forskellige aktivitetsmuligheder, har skabt mulighed for nærhed og velvære for den enkelte kan komme i fokus.



Wellnessrum. Dagmarsminde, Græsted.

Prioriteringen kræver en beslutning om at skære i de private kvadratmeter for i stedet at bruge dem på fællesarealer. Resultatet er interessant, for på Dagmarsminde har beboerne en dagligdag, hvor alle lever tæt sammen, mens boligerne fungerer som værelser, som vi kender det i et normalt familiehuse.

Dagmarsminde er altså indrettet som et typisk kernefamiliehuse, og det giver mulighed for at understøtte både fællesskab og nærhed for beboerne – som en sand omsorgsoase.

TORNDALSHAVE

FAKTA OM TORNDALSHAVE

- Kommunalt tilbud til personer med demens - administreret af Lejerbo
- Beboerne bor i snit 3-4 år på Torndalshave
- Torndalshave rummer 15 ansatte og 12 boliger
- Torndalshave er delt i to enheder. Begge med eget køkken

Det lille hyggelige bofællesskab ligger i et parcelhusområde i Hvidovre. Omgivet af røde murstenshuse falder bofællesskabet naturligt ind i omgivelserne med sine 12 boliger. Bofællesskabet er et godt eksempel på, hvordan en god planløsning kan skabe nærvær og tryghed, mens redskaber og materialer kan skabe hjemlighed.

Torndalshave består af to boenheder med seks boliger i hver. Vinklet som et kvadrat med en indre gård udgør de tilsammen en boliggruppe med 12 beboere.

Det interessante ved planløsningen på Torndalshave er, at beboerne har beskyttede uderum. Fra deres egne boliger kan beboerne gå ud til en lille terrasse, ligesom de fra fællesrummet kan bevæge sig ud i den indre gård.

For personer med demens er fællesskab en vigtig del af hverdagen. Det giver den enkelte en følelse af nærvær og et tilhørsforhold til det sted, de bor.

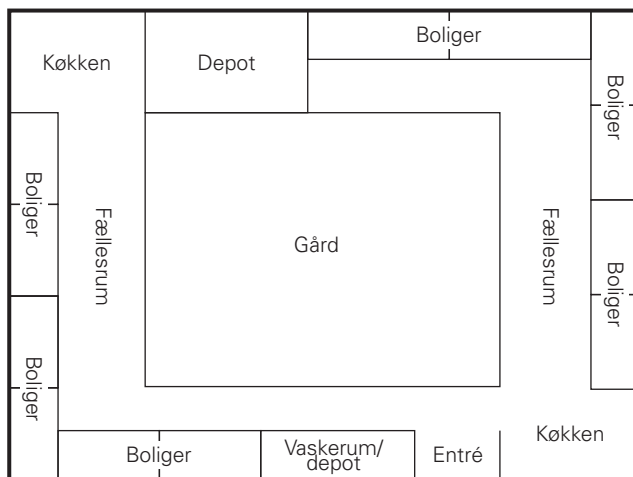
På Torndalshave søger beboerne derfor også oftest mod fællesrummene og den indre gård for ophold. Det betyder, at personalet altid kan være til stede, og at alle beboerne oplever det nærvær, som er så afgørende for dem.

De store fællesrum og åbne køkkener på Torndalshave er forsøgt indrettet, så hjemligt som muligt. Et særligt greb i denne sammenhæng har været at anvende redskaber og materialer, der understøtter det hjemlige og genkendelige for beboerne.

For eksempel ses der derfor ikke industrikaffemaskiner, -ovne eller store køleskabe. Alle husholdningsmaskiner er tænkt 1:1 med det udstyr, som vi har i vores egne hjem.

På den måde understøttes følelsen af en normal husholdning svarende til dem, der er i de mange parcelhuse, der omgiver Torndalshave.

Desuden er det lykkedes at lave en planløsning, hvor depoterne ligger tæt placeret på boligerne. Der betyder, at personalet let kan hente de redskaber, de skal bruge, og stille dem væk efterfølgende. Ligeledes er vaskerummet placeret længst muligt væk fra både boliger og fællesrum, så støjen ikke generer beboerne.



Skitseplan. Torndalshave, Hvidovre.

Endelig er køkkenernes modsatte placering medvirkende til, at dufte fra madlavningen spredes i hele huset. Det bidrager til at stimulere beboernes sanser, og med åben adgang fra fællesrummene kan beboerne følge med i, at maden tilberedes.

Torndalshave formår således at sikre både overskuelighed gennem åbne rum, mens planløsningens spejlvendte form gør det muligt at opdele boliggruppen i to boenheder. På den måde kan personalet arbejde med 6 beboere ad gangen frem for 12, og det giver både tryghed og nærvær for beboerne.



BILAG

Litteratur

Litteratur er frit anvendt i form af:

- Demensalliancens: Visioner for Danmarks demensboliger, København, 2015
- Feddersen, Eckhard – Lüdtke, Insa: Lost in Space – Architecture and Dementia, Basel, 2014
- Kähler, Margrethe: Nødbolig eller lysthus – Ældre Sagens vision om plejehjem, Ældre Sagen, København, 2016
- Marquardt, Gesine & Schmiege, Peter: Dementia-Friendly Architecture: Environments That Facilitate Wayfinding in Nursing Homes, London, 2009
- Statens Byggeforskningsinstitut: SBI-anvisning 259, Plejeboliger for personer med demens – indledende spørgsmål, København, 2015
- Statens Byggeforskningsinstitut: SBI-anvisning 263, Plejeboliger for personer med demens – detaljer og eksempler, København, 2016
- Sundheds- og Ældreministeriet: Statusrapport på demensområdet i Danmark, København, 2016
- Sundheds- og Ældreministeriet: Oplæg til den nationale demenshandlingsplan 2025, København, 2016
- Ældresagen: Byg demensboliger – Analyse og forslag til investeringer 2013-2023, København, 2013

Inspiration og viden er desuden hentet fra besøg hos:

- Bofællesskabet Bakken, Fredensborg Kommune, Danmark
- Bofællesskabet Torndalshave, Hvidovre Kommune, Danmark
- Dagmarsminde, Gribskov Kommune, Danmark
- Plejeboligerne Østervang, Frederiksberg Kommune, Danmark

Samt tidligere besøg hos:

- De Hogeweyk, Amsterdam, Holland
- De Venser, Amsterdam, Holland
- Vreugdehof, Amsterdam, Danmark

Billederne er taget af Dagmarsminde, Klaus Marius Hansen, Lone Sigbrand og Modelprogram.

