

## ”Intet hjem uden køkken”

Hermed følger afrapportering af projektet ”Intet hjem uden køkken” som omfatter renovering af køkken/alrum på 16 kommunale plejecentre i Odense Kommune samt OK-fondens plejecenter Dyruphus.

### Plejecentre Odense Kommune

Odense Kommune har i perioden den 1. juni 2017 til den 23. februar 2018 gennemført renovering/ ombygning af 74 køkken/alrum fordelt på 16 plejecentre. Formålet har været at indrette køkken/alrum som et åbent madværksted. Der har været fokus på demensvenlig indretning, hvor beboere og personale kan være fælles om maden og måltiderne.

Projektet er gennemført med støtte fra Sundheds- og Ældreministeriets pulje til renovering, etablering og genetablering af lokale køkkener på landets plejecentre.

### Demensvenlig indretning

I dag skal plejeboliger ikke kun indrettes, så de er egnede til personer med fysiske funktionsnedsættelser men også til personer med demens. I løbet af de næste 10 år målrettes plejeboliger i Odense Kommune til beboere med demens, som led i kommunens demensstrategi. For at kunne indrette boliger til personer med demens, må man sætte sig ind i hvad en demenssygdom gør ved et menneske. Demens dækker over en række sygdomme i hjernen, der vedvarende svækker de mentale funktioner. Personligheden forandres og dermed også personens handlinger og reaktioner. Der er forskelle i hvordan demenssygdommen kommer til udtryk. Fælles er at personer med demens har behov for et miljø, der understøtter deres behov og evne til at navigere og genkende samt blive meningsfuldt beskæftiget og inspireret.

Demens påvirker de kognitive funktioner og rammer nedenstående færdigheder:

- Hukommelse
- Kommunikationsevne
- Initiativ og handlekraft
- Forståelse af rum og retning
- Evne til at finde vej
- Overblik og problemløsning

Demens påvirker funktionsevne og sanser. Sanseindtryk er en vigtig del af det at forstå og genkende sine omgivelser. Det er oftest synet og hørelsen som svækkes. Dette i en kombination med en aldersbetinget nedsættelse af lugtesansen. Derfor må der skabes et miljø med de bedste betingelser for stimulering af sanserne. Køkkenaktiviteter kan sætte alle sanser i spil: Duft af mad, det visuelle udtryk ved anretning af maden samt lyden af puslen i køkkenet. Smags- og duftoplevelser for demente beboere kan skabe reminiscens af tidligere måltider. Beboerne kan måske ikke huske rettens navn, men smagen/duften er genkendelig, og kan skabe gode minder.

Endvidere er et demensvenligt miljø kendetegnet følgende:

- Hjemlighed
- Genkendelighed
- Tryghed og sikkerhed
- Tilpas stimulerende omgivelser, hvor uvedkommende stimuli og støj er minimeret
- Tydelig rumfunktion hvor identiteten understøttes af indretningen
- Synlighed og overskuelighed

Bevidste valg af farver og kontrastfarver kan være med til at skabe dette miljø, hvorfor der er arbejdet med dette i projektet.

### Projektets indhold

I projektet er arbejdet med følgende:

- En hjemlig ramme, der skaber tryghed ved genkendelse af rummet og dets funktion
- En indretning af køkken/alrum, der understøtter relationsdannelse mellem beboere og personale
- Rammer der understøtter det rehabiliterende arbejde, og indbyder beboere til at deltage i køkkenet under hensyntagen til deres kognitive udfordringer

I første fase blev alle køkkenerne gennemgået med henblik på at samle ønsker og ideer sammen. Det stod hurtigt klart at trods forskelle i bygningsmassen var der nogle tendenser i eksisterende indretning, som ikke understøttede demensvenligheden i køkkenerne:

- Der var ikke borde med hæve-/sænkemuligheder, hvor beboerne kunne deltage i aktiviteter i køkkenet
- Mange af køkkenerne bar præg af urolige elementer som synlige installationer, glaslåger i overskabe, samt opslag med huskesedler m.v.
- Personalet stod ofte med ryggen til beboerne ved tilberedning af maden
- Alle køkkener var præget af hvide og grå nuancer, som flød ud i hinanden

På en afdeling for demente beboere var køkken og spiseplads opdelt med gennemræknings skabe. Det skabte utryghed ved beboerne ikke at kunne se, hvem der pusler i køkkenet.

### Ny indretning

I den nye indretning er skabt et mere roligt udtryk, som skærmer den demente beboer fra forstyrrende elementer. Der er udført hæve-/sænkeborde med underskabe/skuffer. Overskabe er udskiftet til nye uden glaslåger. De høje skabelementer er placeret bagerst i køkkenerne. Der er skabt frit udsyn til køkkenet fra spise- / opholdsområdet, så beboerne kan se, hvem der er i køkkenet. Så vidt muligt er køkkenborde placeret, så personalet nu arbejder med front mod beboerne. Et nyt element - et mobilt hæve-/sænkebord - vendt mod spise-/ opholdsstuen har givet beboere i kørestol mulighed for at hjælpe til.

Ovne og opvaskemaskiner er indbygget i skabe. Der er etableret kogeplader med temperaturkontrol, således at temperaturen holdes konstant i gryder. Hvis medarbejderne er nødt til at forlade køkkenet under tilberedning af maden, sikrer denne funktion, at det ikke brænder på eller koger over.

Der er udarbejdet en farveplan til hvert køkken/alrum af arkitekt Charlotte Folke. De nye farver er med til at skabe en hyggelig og hjemlig atmosfære og understrege rummernes karakter og funktion. Hvor det har været muligt er fliser bag køkkenbordene fjernet og erstattet af en dyb kulør, der skaber kontrast til køkkenelementerne. I hvert køkken/alrum er to eller flere nuancer på vægge sat i spil og danner grundlag for at arbejde videre med farvesætningen i møbler, billeder mv. Så vidt muligt er det vægflader uden dør- og vindueshuller, der er farvesat, så farvefladerne fremstår som rolige elementer.

Farver har mange funktioner:

- farver påvirker vores velbefindende
- farver tiltrækker opmærksomhed
- farver skaber orden og giver øget sikkerhed
- farver styrker hukommelsen
- farver øger genkendeligheden
- farver stimulerer og skaber stemninger

Farvernes kulører er generelt afstemt så de er dybe og rolige, hvilket er vigtigt for demente beboere. Farverne er valgt ud fra at understøtte identiteten på hvert enkelt plejecenter, som dermed fremstår med sin egen stemning. Der er taget udgangspunkt i nedenstående til hvert plejecenter:

- Albanigade – afsnittenes navne der er Violen, Morgenfruen, Smørblomsten, Firkløveren og Valmuen – 5 køkkener
- Bolbro – kaffe latte og chokoladekager med bær – 3 køkkener
- Ejlstrup – en gennemgående gylden rosa sat i spil med blå, grønne og gyldne farve (idet der her skulle tages hensyn til eksisterende gulvfarver i køkkenerne) – 4 køkkener
- Enrum – gyldne rosa farver i spil med blå hvor inspirationen er hentet i eksisterende billeder – 2 køkkener
- Herluf Trolle – suppleret de eksisterende farver i afdelingerne med nye dybere kulører - 5 køkkener
- Hjallesø – støvede gyldenbrune og blå farver - 3 køkkener + 2 opholdsstuer
- Hvenekilden – naturen ind med grønt køkken (orangeri / væksthus / havestue stemning) – 1 køkken
- Marienlund – afsnittenes navne der er Åkanden, Violen, Hyacinten og Liljen – 4 køkkener
- Plejecenter Øst – afsnittenes navne der stammer fra planter i mosen – 12 køkkener
- Rytterkasernen – billeder af hestevogne og hestestalde mv. – 5 køkkener
- Sanderum – frugter og grøntsager – 7 køkkener
- Sukkerkogeriet – sukker – 3 køkkener

- Svovlhatten – skoven med svampe og mos - 5 køkkener
- Villestofte - blomster og blomstrende træer – 8 køkkener
- Ærtebjergshaven - suppleret de eksisterende farver i afdelingerne med nye dybere kulører - 5 køkkener

### Omgivelserne har stor betydning for trivsel og livskvalitet

Hvor det tidligere var svært at orientere sig, er der nu skabt et roligt miljø med tilpas stimulerende omgivelser. Rumfunktioner er blevet understreget og tydelige. Der er lagt vægt på, at skabe en hjemlig atmosfære i et køkken, der også er en arbejdsplads.

Forskning viser, at gode fysiske og sociale rammer er væsentlige for f.eks. at give demente en god oplevelse af måltidet. Det skal være let at orientere sig i omgivelserne. Farvekontraster (både i rum og på møbler) kan være med til at understøtte beboernes evner til at bedømme afstande og at få øje på steder og redskaber, de skal gøre brug af. Hvis alt er ens, er det meget sværere at orientere sig og skelne tingene fra hinanden.

Mennesker med demens ofte har svært ved at bearbejde stimuli. De nye indretninger og farvesætninger har ryddet op og skabt mere rolige og varme rammer for beboerne.

Den svenske psykolog Rikard Küller har tidligere påvist at personer, som lever i særlige demens bo-enheder med gamle kendte møbler og hjemlige rutiner omkring måltiderne har det meget bedre, tager på i vægt, får bedre orienteringsevne, bedre humør og er mere opmærksomme overfor andre. Konklusionen har ført til, at mange gruppeboliger er blevet forsynet med gamle møbler og genstande i den tro, at dette i sig selv har en positiv virkning på beboerne.

Mindre kendt er det, at forsøget senere blev gentaget med bedre kontrol af de forskellige variabler.

Her viste det sig, at de gamle møbler ikke spillede den afgørende rolle for beboernes velbefindende og lyst til at spise, som man havde troet, men at det gode resultat hovedsagelig skyldtes opdeling i små familielignende demens bo-enheder samt ekstra opmærksomhed fra personalets side. Derfor er der i projektet lagt vægt på at personalet har front mod beboerne, og at det er muligt for beboerne at deltage i aktiviteterne i køkkenet, der kan skabe reminiscens.

### Implementering af de nye køkken/alrum

De nye køkken/alrum giver et godt udgangspunkt for aktivt at understøtte rehabiliterende indsatser om mad, måltider og ernæring. Odense Kommunes måltidsstrategi "Sammen om bedre måltider" beskriver, at gode rammer for måltidet skaber trivsel, tryghed og hyggelige stunder for den enkelte og for fællesskabet. Måltidsstrategien ligger direkte i forlængelse af de sidste 3 års arbejde med kompetenceudvikling af plejepersonale i mad, måltider og ernæring. På alle plejecentre vil Mad- og måltidsmentorer fremadrettet iværksætte indsatser, der understøtter arbejdet med at skabe ro og skærme måltiderne samt at sætte sanserne i spil i relation til maden og måltidet. Tilberedning af maden som en anledning til at skabe gode relationer mellem beboere og personale vil også være i fokus. Medarbejderne introduceres til farveplanerne og baggrunden herfor, så de fremadrettet kan understøtte dette.

Odense Kommune har søgt og modtaget midler fra Sundhedsstyrelsen til at højne den faglige basisviden inden for demens for 350 medarbejder på ældreområdet. Uddannelsesforløbet har fire spor, der skal sikre, at medarbejderne på ældreområdet får den nødvendige viden om bl.a. demenssygdomme helt generelt, metoder til forebyggelse af udadreagerende adfærd, livsstils- og interessefællesskaber samt kommunikation og pædagogik.

Denne efteruddannelse vil sikre, at alle de menneskelige elementer, som er vigtige for at de nye køkken/alrum udnyttes optimalt, kommer i spil.

### **Dyruphus**

Der er udført adskillelse af opvaskefaciliteter fra produktionskøkkenerne på Gurli-Vibeke, så både hygiejne og pladsen er forbedret. Endvidere er indkøbt hvidevarer og køkkenelementer, så der er kapacitet til at fremstille hjemmelavet mad til både Gurli-Vibeke og Dyruphus. Der er også indkøbt varmekasser til transport af den frisklavede mad til begge enheder.