



DESIGN TIL MENTAL TRIVSEL

Gode rum til din hjerne på arbejde

ARBEJDSGLÆDE konference • 12. november 2025 • LAIKA Rumdesign©

LAIKA Rumdesign

Dansk konsulenthus
med speciale i proces-
og rumdesign.

Ca 40 arkitekter,
proceskonsulenter,
designere -og en hund



Eksempler på projekter, kunder og design af arbejds- og læringsrum:

- LEGO Campus, nyt HQ, 2000 pers. + LEGO Copenhagen Hub
- Novo Nordisk, Denmark, Sweden & Norway, 8000+ pers.
- Chr. Hansen (Novonesis) Innovation Campus, nyt HQ, 700 pers.
- Schneider Electric, Norden og Baltikum
- Kromann Reumert advokater, HQ
- Søstrene Grene, HQ
- Gentofte Kommune, 800 pers.
- Helhedsplan, Rudersdal Kommune
- DTU Lyngby + Ballerup, Institut predesigns
- AAU, Aalborg Universitet, Innovationscenter
- Danske Hospitalsklovne

Passion for Arbejdsglæde siden 2010



Leg

Fællesskab

Bevægelse

Frirum

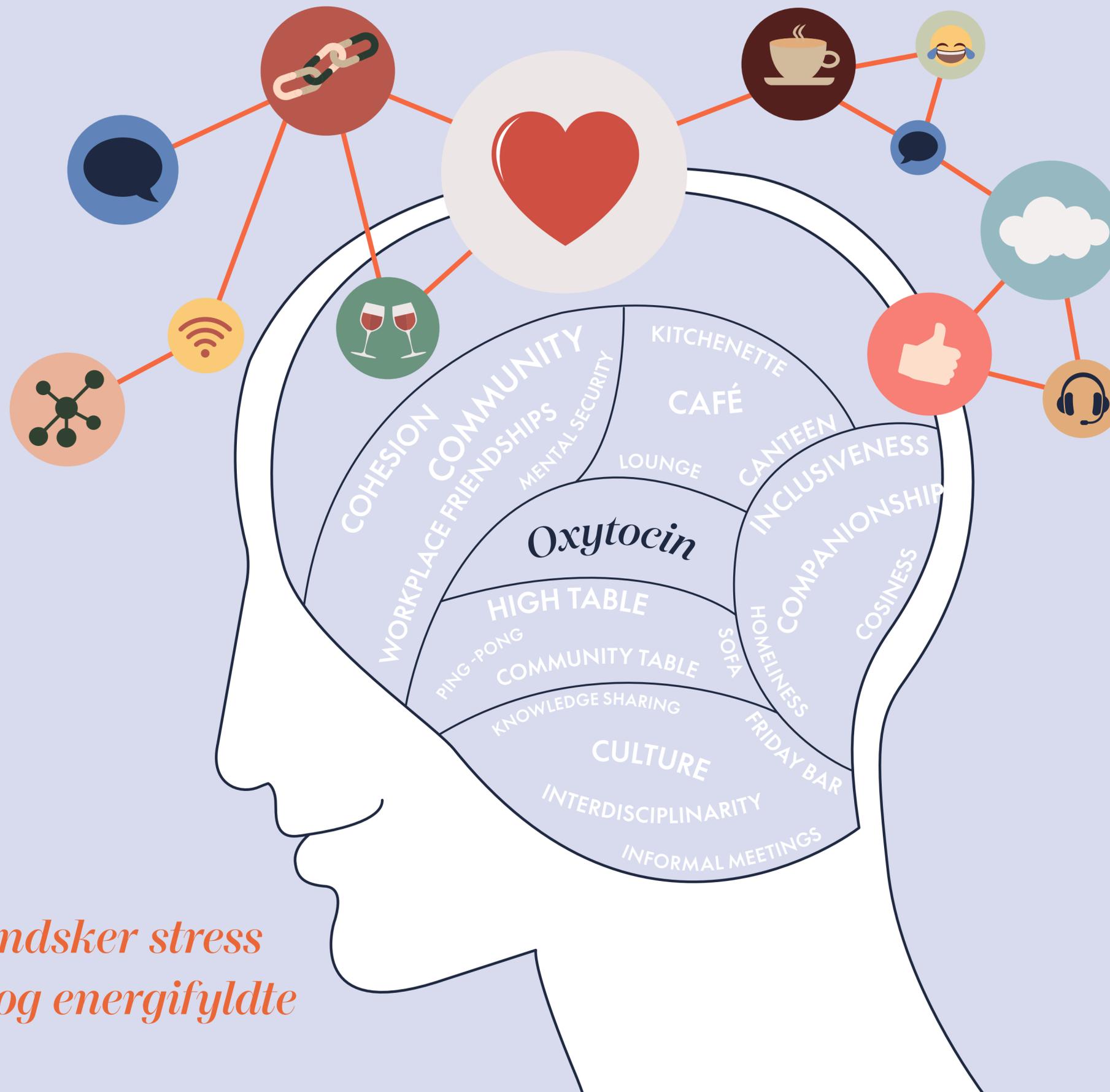
Fokus



Kultur / Struktur

'Rumdesign' handler ikke kun om design og indretning, men om den kultur og adfærd, I faciliterer

*Gode Rum
til din Hjerne
på Arbejde*



Fællesrum

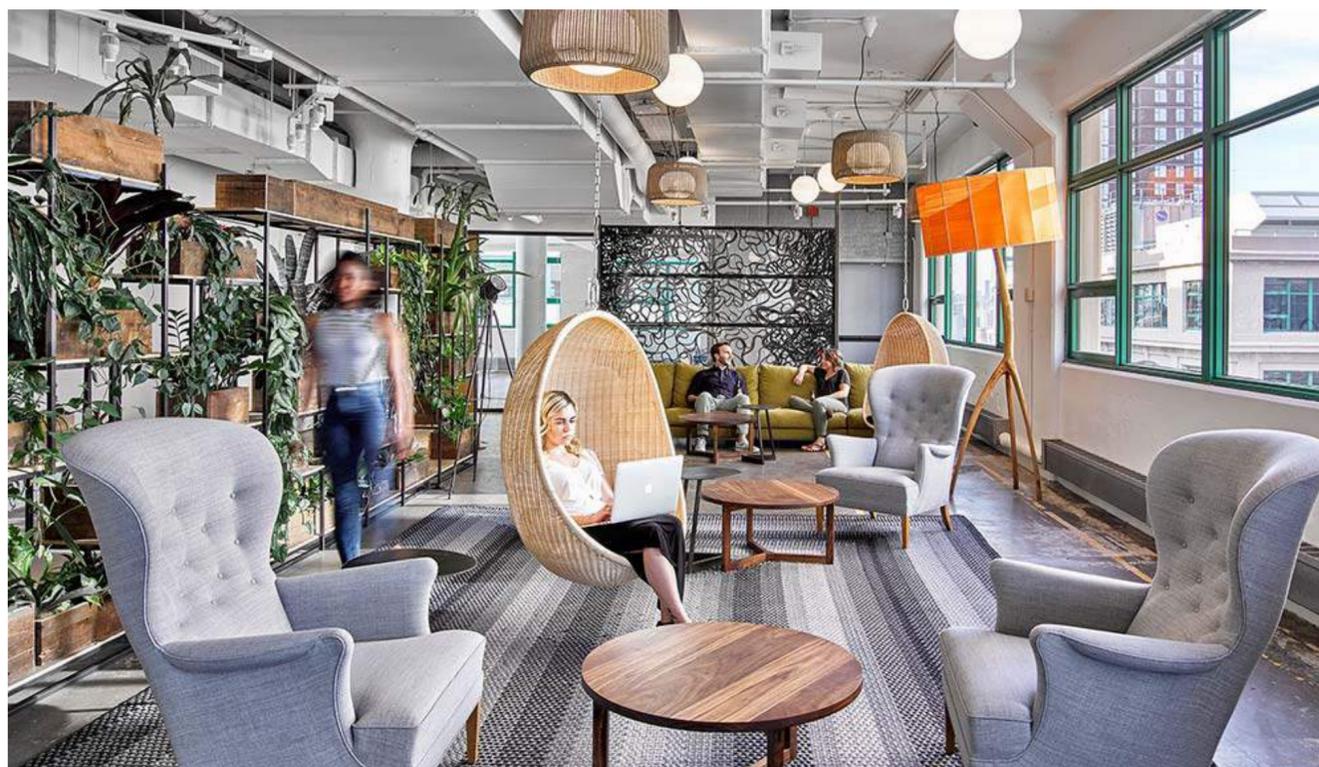
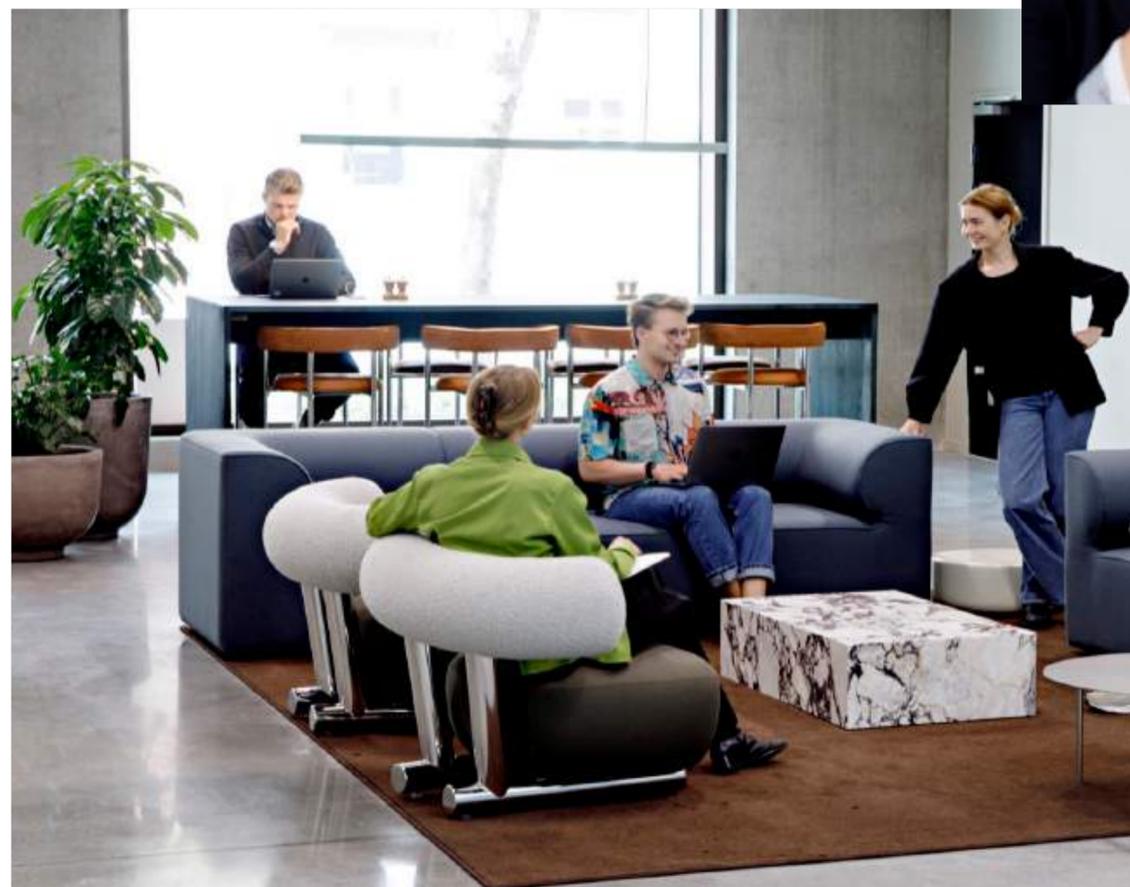
Kom hinanden ved! Det mindsker stress og gør vores hjerner glade og energifyldte

Hjernevenligt FÆLLESRUM:

Design, adfærd og oplevelse



- Samvær opstår i hyggeligt og hjemligt design
- Gør det nemt at være og *blive* sammen
NB: Forskellige omgivelser til forskellige mennesker! Variation i lys og farver...

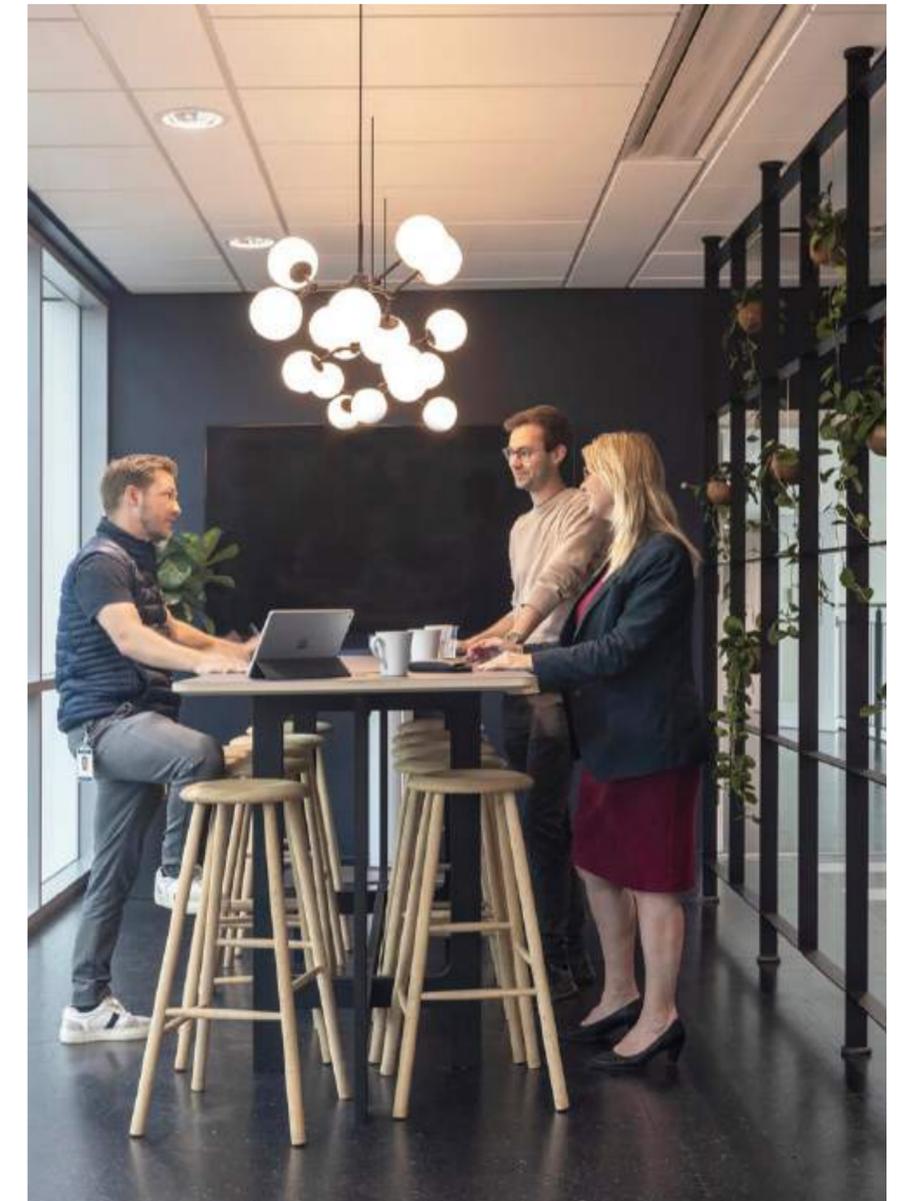


Hjernevenligt FÆLLESRUM:

Design, adfærd og oplevelse



- Brug forskellige områder til at møde forskellige mennesker
- Gør det let at række ud til en kollega, du ikke kender (kunst og andre samtalestartere)
- Øremærk tid og penge til sociale aktiviteter



Hjernevenligt FÆLLESRUM:

Design, adfærd og oplevelse



- Brug forskellige områder til at møde forskellige mennesker
- Gør det let at række ud til en kollega, du ikke kender (kunst er gode samtalestartere)
- Øremærk tid og penge til sociale aktiviteter
- LAIKA buddy system
- 'The LAIKAbles' kor





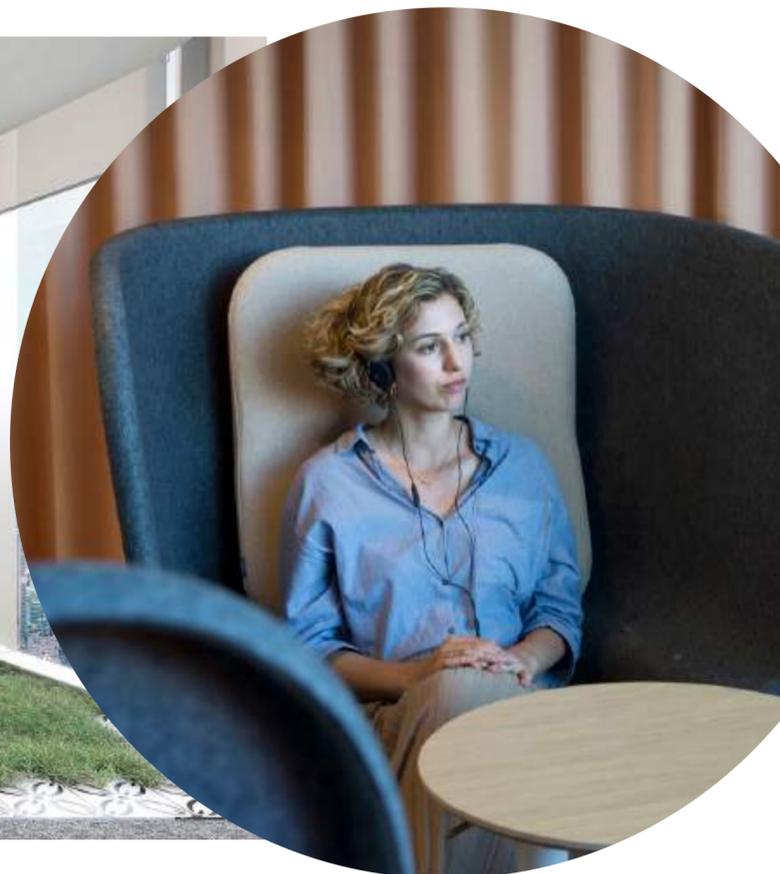
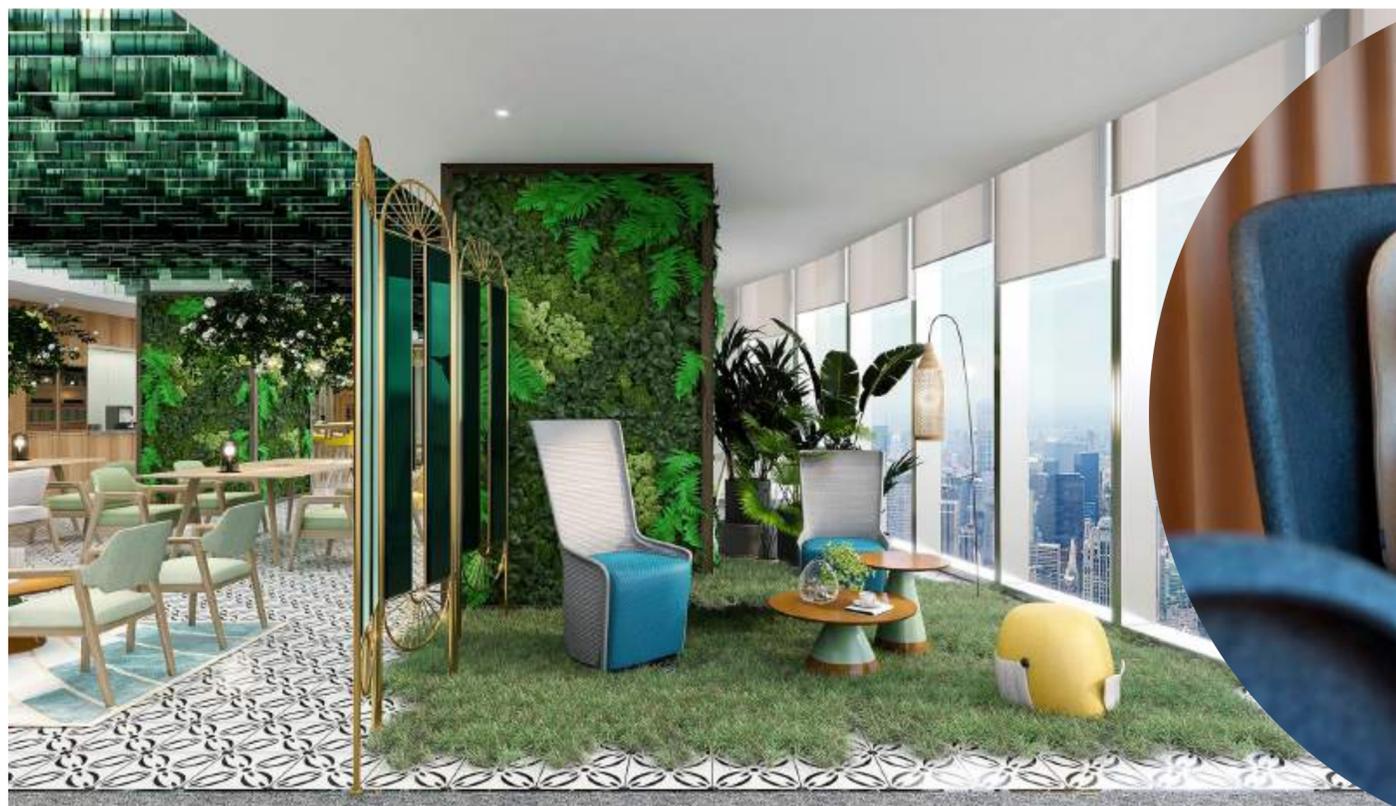
Frirummet

*Vi har brug for frirum og pauser.
Hjernen er ikke utrættelig.*

Hjernevenligt FRIRUM:

Design, adfærd og oplevelse

- Tænk natur, vand, biophilia og mulighed for 'syvkilometerblikket' + generelt fokus på akustik
- Skab områder, der opmuntrer til 'formålsløs adfærd'
- "Forstyr ikke"



Hjernevenligt FRIRUM:

Design, adfærd og oplevelse



- "The workplace as a stage, requires a backstage"
- Når du vender verden ryggen et øjeblik, kan du genskabe din personlige energi

Hjernevenligt FRIRUM:

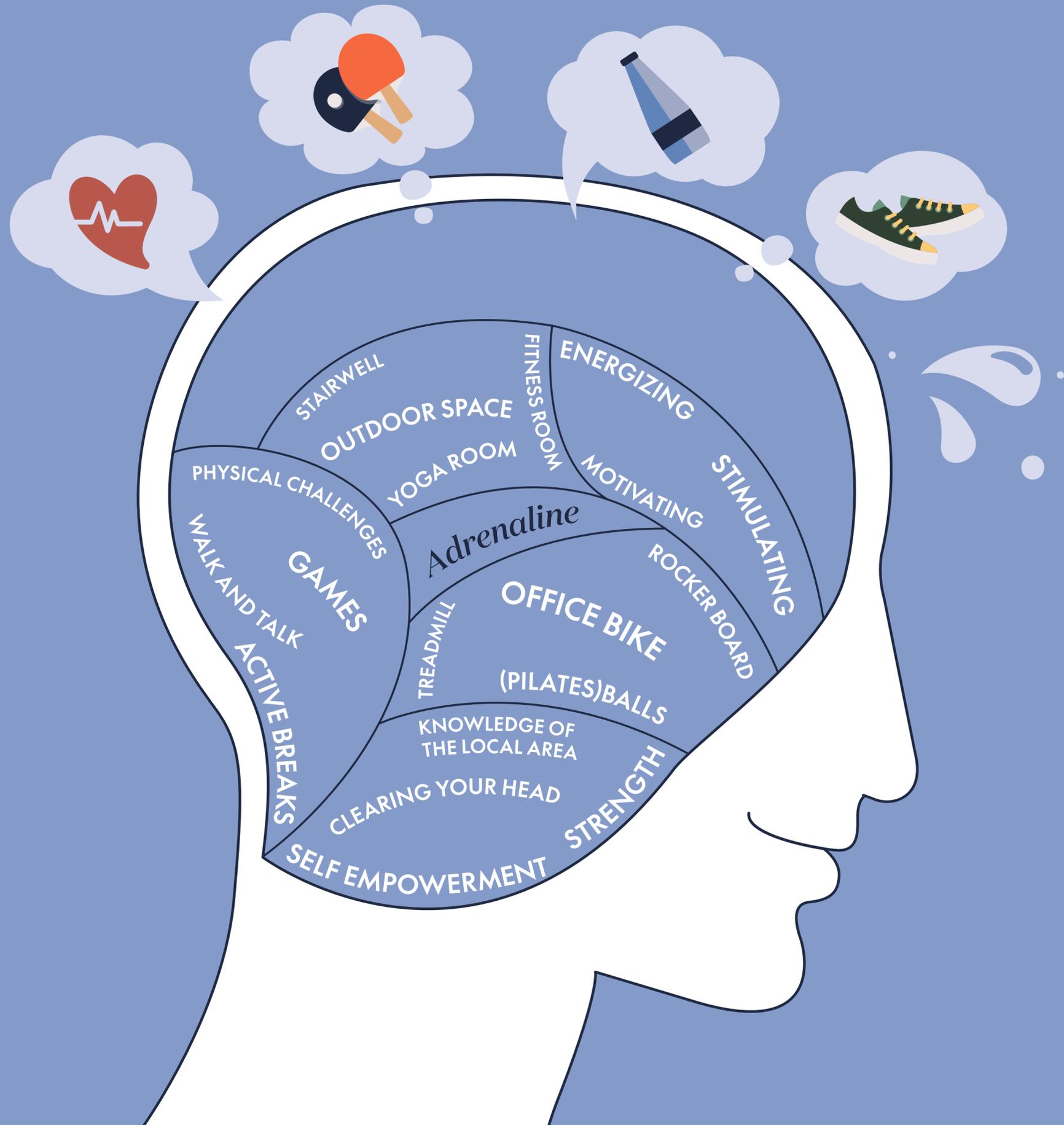
Design, adfærd og oplevelse



- "The workplace as a stage, requires a backstage"
- Når du vender verden ryggen et øjeblik, kan du genskabe din personlige energi



- LAIKA hækler sammen - for tiden laver vi perleplader
- Shinrin-yoku (skov-badning)

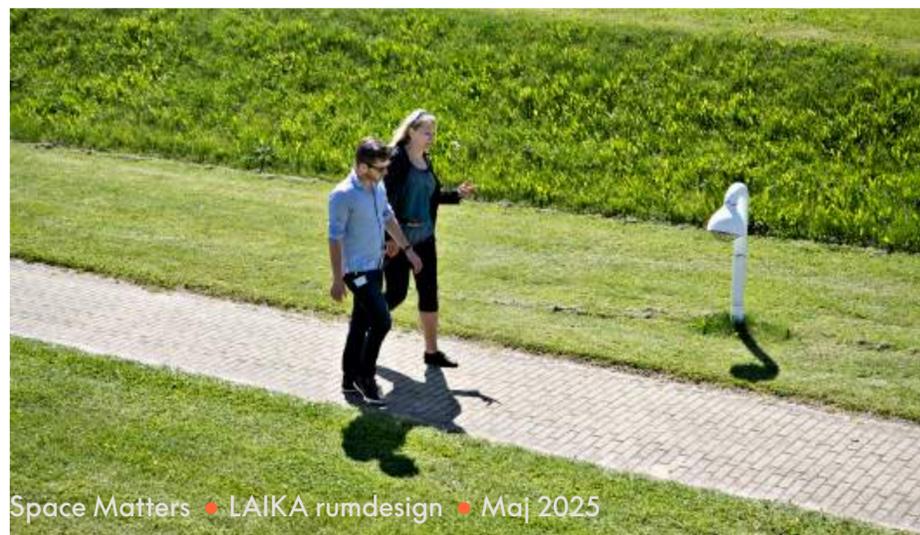


Bevægerum

Få kroppen med!

Hjernevenligt BEVÆGERUM:

Design, adfærd og oplevelse

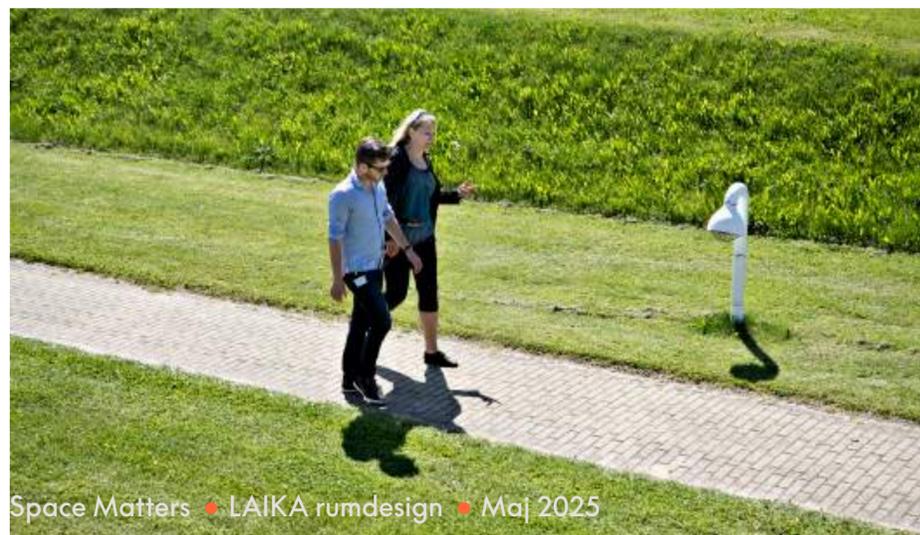


Gør det let og sjovt at bevæge sig på arbejde:

- Synlige trapper og inspirerende destinationer på forskellige etager - husk visuel/ intuitiv wayfinding
- Hold stående møder og brug forskellige typer stole
- Inkluder 'walk'n'talk'-ruter i bookingsystemet

Hjernevenligt BEVÆGERUM:

Design, adfærd og oplevelse



Gør det let og sjovt at bevæge sig på arbejde:

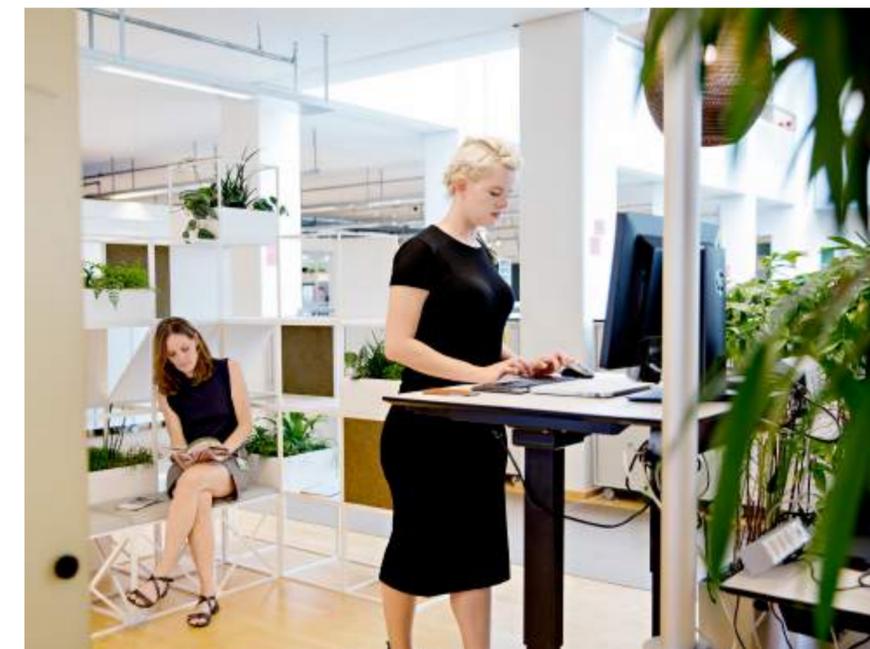
- Synlige trapper og inspirerende destinationer på forskellige etager - husk visuel/ intuitiv wayfinding
- Hold stående møder og brug forskellige typer stole
- Inkluder 'walk'n'talk'-ruter i bookingsystemet
- NB: kan du gøre bevægelse mere inspirerende og let for medarbejdere med funktionsnedsættelse, f.eks. via AI/apps?

Hjernevenligt BEVÆGERUM:

Design, adfærd og oplevelse



- Lad bordet stå højt til den næste bruger.
- Tal med din kollega i stedet for at sende en mail
- NB: Personer med handicap starter ofte et besøg hos jer på jeres hjemmeside!



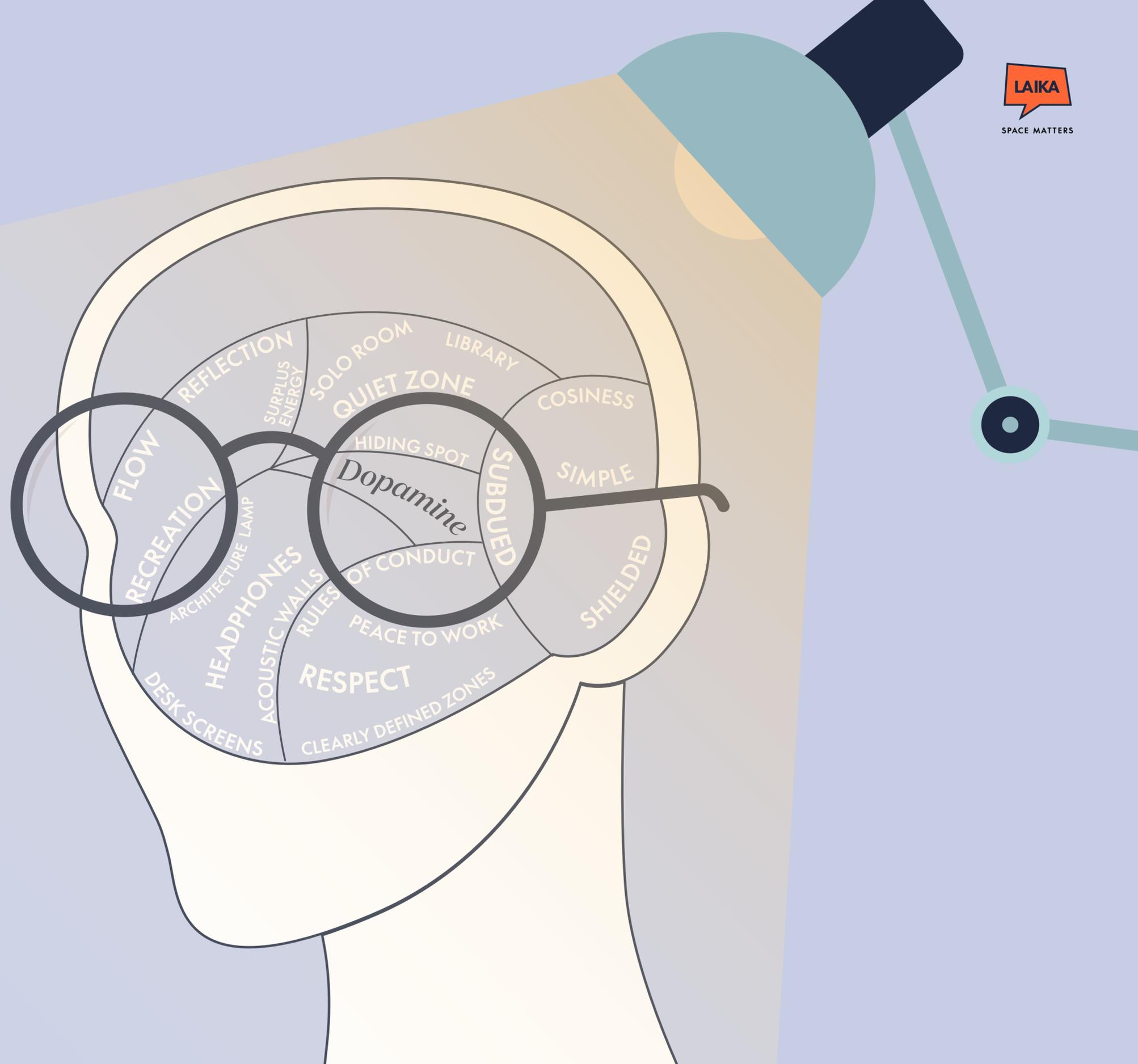
Hjernevenligt BEVÆGERUM:

Design, adfærd og oplevelse



- Lad bordet stå højt til den næste bruger.
- Tal med din kollega i stedet for at sende en mail
- LAIKA walking lunch on Tuesdays samt bordtennisbord i gården





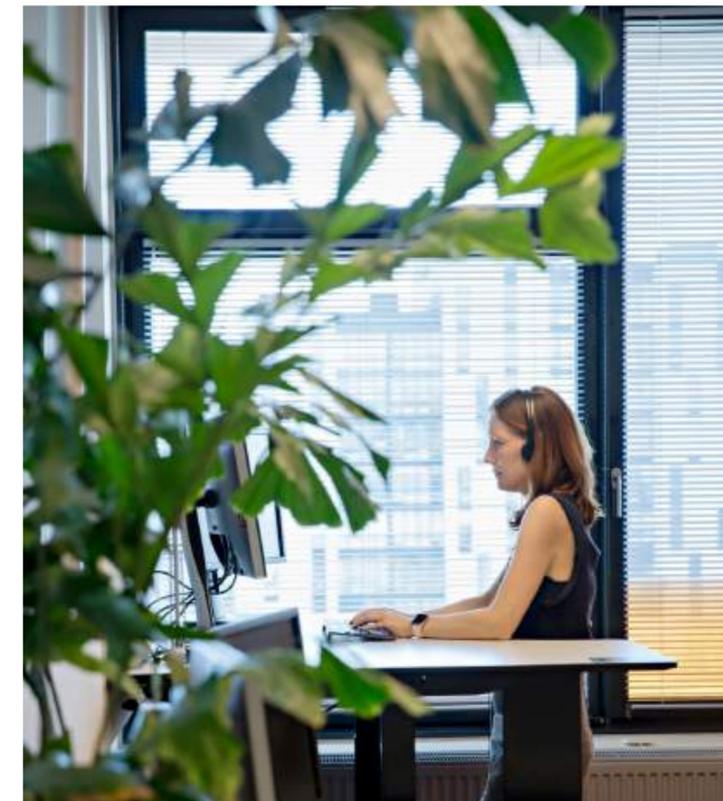
Fokusrum

Én ting ad gangen

Hjernevenligt FOKUSRUM:

Design, adfærd og oplevelse

- Arkitektonisk privatliv/
Psykologisk privatliv



Hjernevenligt FOKUSRUM:

Design, adfærd og oplevelse

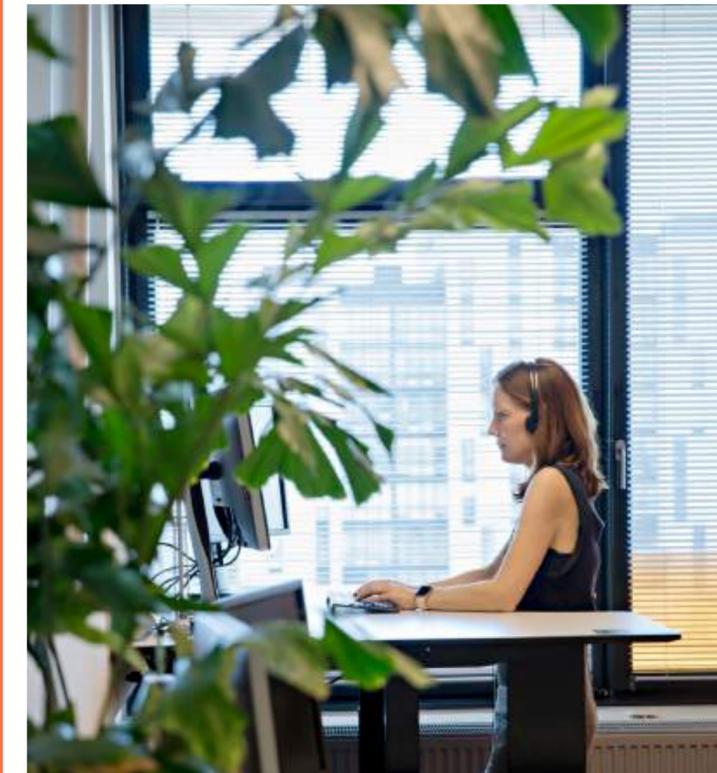
- Arkitektonisk privatliv/
Psykologisk privatliv
- Stilhed, koncentration og fordybelse
Men ikke 'kedeligt'...



Hjernevenligt FOKUSRUM:

Design, adfærd og oplevelse

- Arkitektonisk privatliv/
Psykologisk privatliv
- Stilhed, koncentration og fordybelse
Men ikke 'kedeligt'...
- LAIKA focuszone regler:
'Kun hvis huset brænder!'



Hjernevenligt FOKUSRUM:

Design, adfærd og oplevelse



- Mind medarbejderne om, hvordan man bedst opnår fordybelse: "One thing at a time"
- WI-FI/ mobil-fri zoner
- Snacks til rådighed



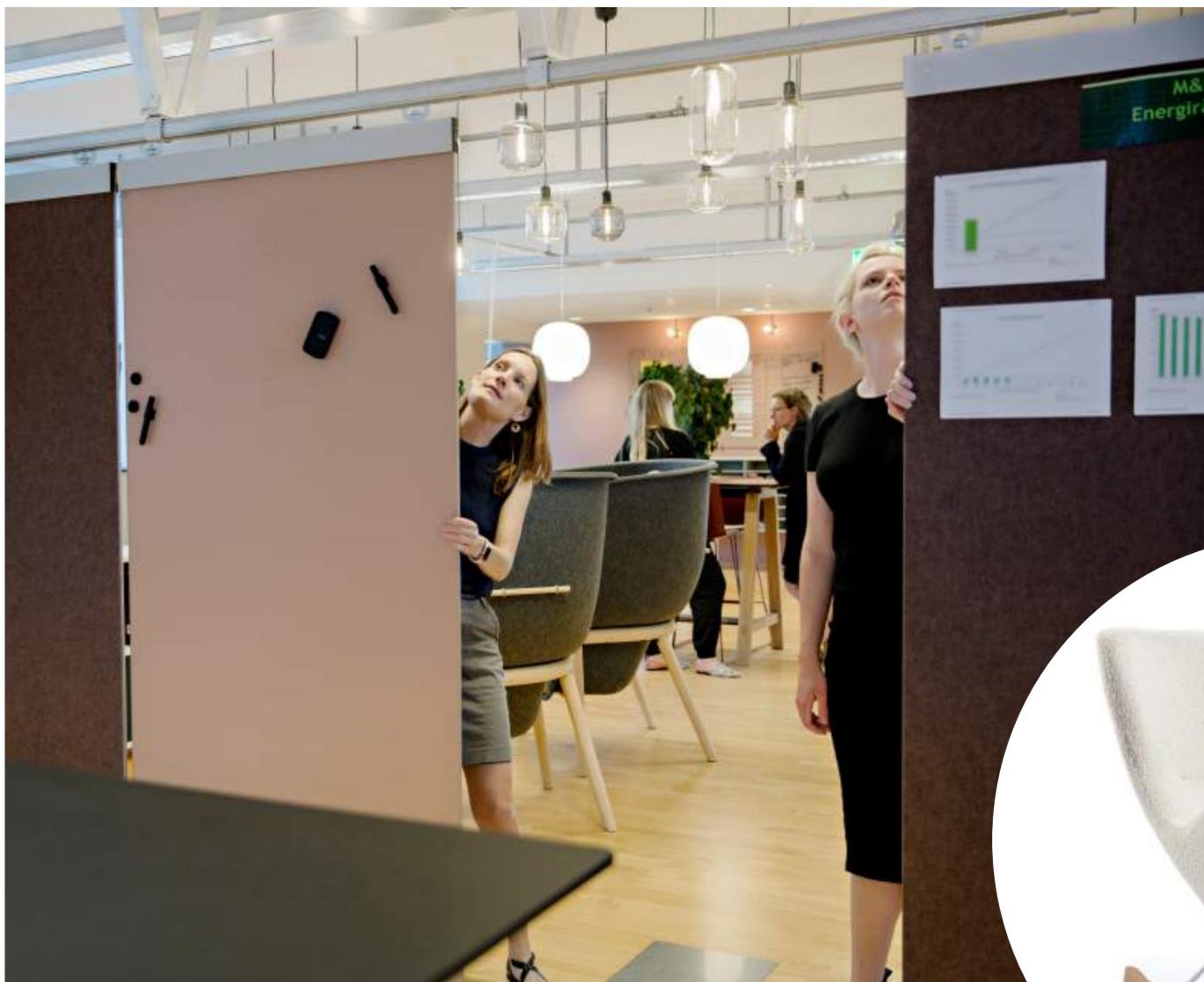


Legerum

Sjov og ballade for alvor

Hjernevenligt LEGERUM:

Design, adfærd og oplevelse



- Design forskellige rum til forskellige slags møder
- Gør det nemt og sjovt at ændre på indretningen
- Brug møbler, som man let kan flytte rundt på
- NB: 'at rokke' er en effektiv coping-mekanisme for mange mennesker på spektret



Hjernevenligt LEGERUM:

Design, adfærd og oplevelse

- Brug farver, lyde, interiør, vægge og tilgængeligt tilbehør, f.eks. spil, der kan stimulere den kreative proces
- Kan du inkludere leg i dit møde - tegne dagsordenen, i stedet for at skrive?
- Overrask med nye omgivelser - gå udenfor, fjern alle stole, spil musik ...



Hjernevenligt LEGERUM:

Design, adfærd og oplevelse

- Brug farver, lyde, interiør, vægge og tilgængeligt tilbehør, f.eks. spil, der kan stimulere den kreative proces
- Kan du inkludere leg i dit møde - tegne dagsordenen, i stedet for at skrive?
- Overrask med nye omgivelser - gå udenfor, fjern alle stole, spil musik ...
- LAIKA sjipper og leger gemmeleg - og har små mødelege på lager



Gode Rum til din hjerne på Arbejde

Opsumming

Det aktivitetsbaserede arbejdsmiljø = Hjernevenligt, bæredygtigt 'Design til Mental Trivsel'

- Varierede rum understøtter et varieret (arbejds)liv.
Gør det muligt for folk at vælge de rammer, der passer bedst til deres behov og dagsform.



Det aktivitetsbaserede arbejdsmiljø = Hjernevenligt, bæredygtigt 'Design til Mental Trivsel'

- Varierede rum understøtter et varieret (arbejds)liv.
Gør det muligt for folk at vælge de rammer, der passer bedst til deres behov og dagsform.
- Understøtter mødet med kollegaer og skaber nye (livsvigtige!) relationer OG giver mulighed for at trække sig.



Det aktivitetsbaserede arbejdsmiljø = Hjernevenligt, bæredygtigt 'Design til Mental Trivsel'

- Varierede rum understøtter et varieret (arbejds)liv.
Gør det muligt for folk at vælge de rammer, der passer bedst til deres behov og dagsform.
- Understøtter mødet med kollegaer og skaber nye (livsvigtige!) relationer OG giver mulighed for at trække sig.
- Tager 'universelt design' til nye niveauer - og understøtter de værdier, der nok står på hjemmesiden, så I kan være lige præcis dét sted, I ønsker!



Space Matters!

laika-rumdesign.dk

Skal du bruge et sæt bøger? Et oplæg? Eller vende en tanke om jeres eget kontor?

Ræk endelig ud:

Lene Becker Bang / lbb@laika-rumdesign.dk

