

# Mat och måltid inom äldreomsorgen.

---

Idag arbetar vi inom äldreomsorgen med mat och måltid utifrån kartläggning i måltidsmiljön som ingick i FAMM – projekt som startades 2012.

FAMM-modellen är ett bra verktyg för att på ett tydligt och korrekt sätt arbeta med måltidsmiljön.

Syftet med FAMM är att ge den boende bästa möjliga nöjdhet under måltiden.

Modellen har utvecklats inom forskningsområdet *måltidskunskap*.

I början av projektet gjordes observationer kring mat och måltid på alla särskilda boenden. Utförliga rapporter lämnades till respektive enhetschef för vidare utvecklingsarbete. Förbättringsarbete utifrån rapporten pågår fortlöpande i form av kompetenshöjande insatser, nära samarbete med köken och i det dagliga arbetet med den boende i centrum.

## Boende i centrum

De äldre i tidigt skede tillfrågas om önskemål kring maten. Behov av specialkost beroende av hälsotillstånd bedöms.

Som stöd för val av kost och konsistens används en konsistensguide.

En kostenkårsundersökning genomförs vartannat år och resultatet är grunden till kostenhetens fortsatta kvalitets och utvecklingsarbete.

## Kompetenshöjande insatser

Utbildningar i ”Mat och måltid” erbjuds all omsorgspersonal på särskilda boenden i egen regi. Utbildningen leds av dietist och rehabpersonal.

Utbildningen innehåller:

- Syftet med FAMM
- Måltiden som en aktivitet i sig
- Näringslära
- Normalt åldrande
- Varför speciell mat till äldre?
- Grundkost A- E och SNR-kost för äldre specialkost och övriga kost.
- Måltidsordning och nattfasta
- Normal sväljning och sväljsvårigheter
- Kost konsistens
- Måltidsmiljö och måltidens sociala samverkan
- Sittställningar- mätning och hjälpmedel/ Här utbildar arbetsterapeuter och sjukgymnaster.

Syn- och hörselinstruktör erbjuder föreläsningar i bl.a. bemötande av personer med nedsatt syn- och/eller hörsel där man lyfter bl.a. upp betydelse av anpassad måltidsmiljö.

Kostenheten arbetar med recept och matsedlar som är välanpassade efter den boendes behov, önskemål och utifrån de nordiska näringsrekommendationer (NNR).

## Kostenheten

Kostenheten erbjuder två lunchalternativ. Menyerna närings beräknas för att säkerställa att de innehåller en bra sammansättning av näringsämnen, vitaminer och mineraler utifrån de gällande näringsrekommendationerna. Kostenheten erbjuder näringsriktig och vällagad mat.

Huddinge kommuns verksamheter har en ambition att nå 50% av ekologiska varor år 2020. Äldreomsorgen har i dagsläget nått 37,2 % av ekologiska inhandlade produkter och arbetet för att uppnå det ekologiska målet pågår hela tiden.

Köken ska endast köpa upphandlade livsmedel, kemikalier och övriga produkter. Kostenheten har ett nära samarbete med upphandlingsenheten där krav och behov på produkter till anbuden förmedlas.

#### Matsedel

Under 2016 påbörjades arbete med utveckling av en ny matsedel som skapas i dialog med de äldre. Kostdatasystemet Aivo används dagligen för att kvalitetssäkra systeminnehållet i form av produkter, recept, matsedlar, beställningsunderlag och systemkompetens.

#### Kostombud

På varje enhet finns kostombud som är länken mellan enheten och köket. På kostombudsmötena framförs de äldres önskemål. Kostombuden får möjlighet till diskussion kring matfrågor, kunskapsutbyte och handledning från dietisten.

#### Egenkontrollprogram

Alla tillagningskök inom äldreomsorgen har egenkontrollprogram. Detta krävs för att kunna bedriva en produktion i enlighet med fastställda rutiner, lagar och riktlinjer.

Varje enhet har egenkontrollprogram för att hantera livsmedel på ett korrekt sätt, göra bl.a. okulär besiktning av maten och kontrollera temperaturen.

#### Livsmedelshygien

Kostenheten direktupphandlar utbildningar i livsmedelshygien vart annat år. Utbildningen erbjuds till personal som hanterar oförpackade livsmedel inom äldreomsorgen, enhetschefer och kökspersonal.

#### Miljö

Genom att anpassa matsedlar bidrar kostenheten till att proteinintaget från djurriket minskar, vilket bidrar till bättre miljön. Individanpassade portioner minskar matsvinet, vilket också har effekt på miljön.

Sammanställdes den 11/5 2016 av kostchef Madeleine Nilsson

Madeleine.Nilsson@huddinge.se

08-53531255