

# Mat- och måltidspolicy för äldreomsorgen i Stockholms stad

Februari 2019

[stockholm.se](http://stockholm.se)



## Innehållsförteckning

<b>Mat- och måltidspolicy för äldreomsorgen i Stockholms stad .....</b>	<b>4</b>
Syfte .....	4
Mål .....	4
Maten .....	4
Måltidsmiljön.....	5
Måltidsordning .....	5
Hållbara och klimatsmarta måltider.....	5
Kvalitetskrav på livsmedel .....	6
Kvalitetssäkring .....	6
Kompetensutveckling .....	6
Ansvarsfördelning.....	<del>7</del> 6
Aktuella föreskrifter och vägledningar .....	7

# Mat- och måltidspolicy för äldreomsorgen i Stockholms stad

Denna mat- och måltidspolicy ersätter den tidigare kostpolicyn från 2008.

## Syfte

Stockholms stad vill bidra till friska medborgare och ett hållbart Stockholm. Mat och måltider tillhör livets glädjeämne och har stor betydelse för hälsan och välbefinnandet.

Mat- och måltidspolicyn tydliggör hur stadens verksamheter inom äldreomsorgen ska arbeta med mat och måltider. Ett tydligt kvalitets- och servicetänkande ger förutsättningar för hög och jämn kvalitet på mat och måltider för alla medborgare inom äldreomsorgen.

Policyn vänder sig till vård- och omsorgsboende, servicehus, dagverksamhet och hemtjänst inom äldreomsorgen som utför biståndsbedömda insatser när det gäller mat och måltider.

Mat- och måltidspolicyn är ett övergripande dokument. Mer information och förtydliganden finns i råd och rekommendationer ”Mat för äldre” som finns att tillgå på Stockholm stads hemsida, [www.stockholm.se/FamiljOmsorg/Aldreomsorg/Annat-stod-och-hjalp/Mat-och-maltider/](http://www.stockholm.se/FamiljOmsorg/Aldreomsorg/Annat-stod-och-hjalp/Mat-och-maltider/)

## Mål

Målet är att den mat och de måltider som serveras i stadens verksamheter ska vara god, näringsriktig och hållbar. För att förebygga ensamhet ska måltiderna serveras i en trivsamt miljö i sällskap av andra boende och/eller personal där så är möjligt. Maten ska vara anpassad efter behov samt livsmedelshygieniskt säker. Målet är – förutom den sociala aspekten – även att förebygga undernäring samt bibehålla en god hälsa.

## Maten

Mat, dryck och måltider tillhör livets glädjeämne och har stor betydelse för hälsa och livskvalitet. Att få uppleva matglädje genom att känna gemenskap, dofter, utseende, variation och olika smaker kan

bidra till en god hälsa och leda till ett ökat välbefinnande. Den mat som serveras ska vara god, näringsriktig och stimulera matlusten. Mat och måltider ska vara individuellt anpassad och utgå från den enskildes behov. Hänsyn ska tas utifrån medicinska, etiska, kulturella och religiösa skäl.

Det är viktigt att personal inom hemtjänst och vård- och omsorgsbonden upptäcker tidiga tecken på vikttnedgång. Vid minskad aptit ska den enskilde erbjudas energi- och näringsstäta måltider. Vid tugg- och sväljsvårigheter kan maten behöva konsistensanpassas för att den enskilde ska kunna svälja på ett säkert sätt och för att förebygga undernäring.

## Måltidsmiljön

Måltiden har stor betydelse för den enskilde och är ofta en höjdpunkt under dagen. Måltiden ger möjlighet till en social gemenskap och samtal med andra. Den mat som serveras bör stimulera och tilltala alla våra sinnen samt serveras i en trivsamt måltidsmiljö. Den enskilde ska ges möjlighet att vara aktivt delaktig vid måltiden. Personalen ska i den mån det är möjligt och utifrån vad ramtiden tillåter delta i måltiderna och vid behov ge individanpassat stöd. Måltidsmiljön ska kvalitetssäkras i Stockholm stads checklista.

## Måltidsordning

För många äldre är det viktigt att måltiderna är jämnt fördelade över dygnet för att kunna tillgodogöra sig det dagliga energi- och näringsbehovet. Hälften av energi- och näringsintaget för en dag ska täckas av lunch och middag. Resterande del ska komma från frukost och mellanmål.

Nattfastan är den tiden som går mellan sista målet på kvällen till det första målet som äts kommande dag. För att förebygga undernäring och få en bra livskvalité ska nattfastan inte överstiga 11 timmar. Den enskilde ska erbjudas en möjlighet att bryta nattfastan för att förebygga undernäring och öka livskvaliteten. Mätning av nattfastan ska kvalitetssäkras i Stockholm stads checklista.

## Hållbara och klimatsmarta måltider

Mat och måltider står för en del av klimatpåverkan. Ett sätt att minska klimatpåverkan är att öka andelen inköp av ekologiska livsmedel och miljömärkt fisk. Minskat matavfall är en viktig åtgärd för en hållbar utveckling och alla verksamheter ska ha rutiner för detta.

De måltider som staden serverar ska bidra till att minska växthusgaserna och matsvinn.

## **Kvalitetskrav på livsmedel**

Kvalitetskrav ska ställas vid upphandlingar, avrop och inköp av livsmedel och måltidstjänster. Upphandlingen ska följa aktuell lagstiftning och kravspecifikationen baserad på sakkunskap i ämnet. Kvalitetskraven ska ta hänsyn till Stockholms stads styrdokument och mål. Detta innebär bland annat att krav ska ställas på djurskydd och restriktiv antibiotikaanvändning motsvarande svensk nivå.

## **Kvalitetssäkring**

Mat och måltider ska utmärkas av ett tydligt kvalitets- och service-tänkande som är integrerat i hela verksamheten där den äldre är i centrum. Ett system för kvalitetssäkring ska finnas för mat och måltider och ingå i egenkontrollen och bland annat omfatta egenkontroll av livsmedelshygien. Det ska omfatta fastlagda processer och rutiner, regelbunden uppföljning och utvärdering samt tydlig ansvarsfördelning för mat och måltider i hela verksamheten.

### **Verktyg för kvalitetssäkring**

Staden har tagit fram checklistor för att följa måltidsmiljö och nattfastan vilka finns i stadens ledningssystem. FAMM- metoden (Five aspects meal model) är en metod för att mäta måltidsmiljön ur fem aspekter; upplevelsen kring måltiden, lagar och regler, rummet, mötet och maten. För att hålla en jämn och hög kvalitet på måltidsmiljön och nattfastan ska dessa mätas och följas upp två gånger per år. Dessa uppföljningar ska göras på verksamhetsnivå och på övergripande nivå av äldreförvaltningen.

## **Kompetensutveckling**

Verksamheten är ansvarig för att all personal har en adekvat utbildning inom mat och måltider. För att hålla en hög och jämn kvalitet på mat och måltider behövs att ledning och personal kontinuerligt utbildas med hänsyn till ansvar, befogenheter, arbetsuppgifter, gällande lagstiftning, avtal, styrdokument, policy och riktlinjer. Verksamheten ska ha tillgång till personal med utbildning på högskolenivå i kost- och nutritionsfrågor.

## **Ansvarsfördelning**

I kommunala verksamheter har stadsdelsnämnden det yttersta ansvaret för måltidsverksamheten. I privata bolag har styrelsen motsvarande ansvar. Det åligger den ytterst ansvarige att utse en verksamhetsansvarig som ansvarar för planering, utveckling och uppföljning. De övriga yrkesgrupperna kring den enskilde har olika ansvarsområde för mat och måltider beroende på uppdrag.

## **Aktuella föreskrifter, styrdokument och vägledningar**

Mat, måltider och nutrition styrs bland annat av följande föreskrifter och vägledningar.

- Socialstyrelsens allmänna råd och föreskrifter för att förebygga och behandla undernäring enligt (SOSFS 2014:10)
- Nordiska näringsrekommendationerna (NNR 2012)
- Livsmedelsverkets Bra måltider i äldreomsorgen
- Livsmedelslagen
- Förordning (EG) 178/2002
- Mat- och måltidshandboken inom äldreomsorgen, Stockholm stad