

Veje til god mad og godt liv for ældre borgere

Implementeringsguide til indsatser i køkkenerne
omkring mad og måltider



Veje til god mad og godt liv for ældre borgere
- Implementeringsguide til indsatser i køkkenerne omkring mad og måltider

Denne publikation er et af de redskaber, der er udviklet i Socialstyrelsens projekt God mad – Godt liv, der har til formål at kvalitetsudvikle madområdet til ældre.



www.socialstyrelsen.dk/godmadgodtliv

Socialstyrelsen
Edisonvej 18, 1. sal
5000 Odense C
Telefon: +45 72 42 37 00
www.socialstyrelsen.dk

Download publikationen på socialstyrelsen.dk
Der kan frit citeres fra publikationen ved angivelse af kilde.

ISBN: 978-87-92905-57-4

Marts 2013

Indhold

4 Velkommen til God mad – Godt liv

5 Kom godt i gang

- 6 De tre fokusområder
 - 7 Introduktion til oversigtsmodellen
 - 8 Liste over redskaber
 - 9 Måltidsbarometer – en kvalitetsevaluering
 - 11 Implementeringsråd
-

15 Fokusområde 1: Den rette ernæring

- 15 Kost til småtspisende – rundt er sundt!
 - 18 Energitætte mellemmåltider til småtspisende – småt er godt!
-

20 Fokusområde 2: Gode råvarer, produktion og tilrettelæggelse

- 20 Systematisk opfølgning og sæsonens råvarer – styrk madkvaliteten
 - 23 Valgmuligheder i menuerne – skærp appetitten
 - 25 Overblik over produktionsomkostninger – brug ressourcerne bedst muligt
 - 27 Produktionsform og emballage – styrk madkvaliteten
-

29 Fokusområde 3: Gode rammer for måltidet

- 29 Styrk det tværfaglige samarbejde – en praktikordning

Velkommen til “God mad - Godt Liv”

Måltidet har stor betydning for ældre borgere. At skabe et godt måltid for ældre kræver fokus på den rette ernæring, gode råvarer, produktion og tilrettelæggelse samt gode fysiske og sociale rammer for måltiderne. Det er vigtigt, at de ældre får dækket deres individuelle behov og ønsker til måltidet. Blandt ældre, der modtager hjemmepleje eller bor i plejebolig, er der en stor forekomst af småtspisende ældre. Der skal derfor rettes et særligt fokus på de småtspisende ældre.

Mad og måltider rummer et stort potentiale i forhold til at skabe livskvalitet, holde os raske og bevare vores evne til at klare de daglige gøremål – også når vi bliver ældre. Mad og måltider skal dække de individuelle ernæringsbehov, og så skal de give appetit – også på livet. Det er derfor vigtigt at sikre en høj kvalitet og effekt af den kommunale madservice til ældre borgere. Med God mad – Godt liv tilbyder Socialstyrelsen en række redskaber, som kan inspirere og hjælpe alle, der arbejder med måltider til ældre borgere, til at sætte fokus på kvaliteten i alle måltidets aspekter.

Arbejdet med det gode måltid for ældre borgere kan opdeles i 3 fokusområder:

Fokusområde 1: Den rette ernæring

I dette fokusområde er der følgende indsatser:

- *Ernæringscreening og ernæringsvurdering*
- *Kost til småtspisende – rundt er sundt!*
- *Energitætte mellemmåltider til småtspisende – småt er godt!*

Fokusområde 2: Gode råvarer, produktion og tilrettelæggelse

I dette fokusområde er der følgende indsatser:

- *Systematisk opfølgning og sæsonens råvarer – styrk madkvaliteten*
- *Valgmuligheder i menuerne – skærp appetitten*
- *Overblik over produktionsomkostninger – brug ressourcerne bedst muligt*
- *Produktionsform og emballage – styrk madkvaliteten*
- *Styrk det tværfaglige samarbejde – en praktikordning*

Fokusområde 3: Gode rammer for måltidet

I dette fokusområde er der følgende indsatser:

- *Gode sociale ramme*
- *Gode fysiske rammer*
- *Motivation af småtspisende ældre*
- *Styrk det tværfaglige samarbejde – en praktikordning*

Kom godt i gang

Kære køkkenleder

Madens kulinariske og ernæringsmæssige kvalitet er vigtige byggesten i en fokuseret indsats for gode måltider til ældre borgere i almindelighed og i en fokuseret indsats for småtspisende ældre borgere i særdeleshed. Derfor har ansatte og ledere i køkkener en vigtig opgave i – som en samlet indsats – at øge livskvaliteten og funktionsevnen hos ældre borgere og især ældre småtspisende borgere.

Start med en kvalitetsvurdering – start med Måltidsbarometeret

Måltidsbarometeret kan give den kommunale forvaltning, køkkenerne, hjemmeplejen og plejeboligerne en indikation af deres forudsætninger for i fællesskab at levere måltider af høj kvalitet til ældre borgere. Samtidigt kan Måltidsbarometeret give anbefalinger til, hvilke indsatser der kan iværksættes for at styrke kvaliteten.

Læs mere om Måltidsbarometeret på s. 9.

Alle forandringer involverer mennesker!

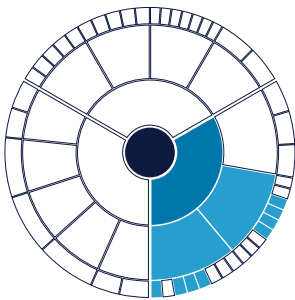
Alle udviklingsprocesser behøver ledelsesmæssigt fokus, ændring af eksisterende vaner og rutiner samt de rette kompetencer. Vi har samlet en række generelle implementeringsråd som inspiration til dig, der gerne vil igangsætte eller lede en forandring med fokus på at sikre kvalitet i måltiderne til ældre borgere.

Læs mere om implementeringsråd på s. 11.

De tre fokusområder

Konkrete indsatser for køkkenerne

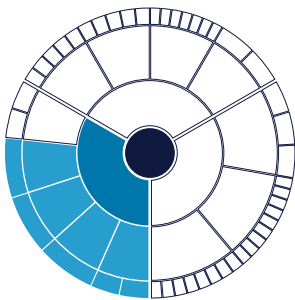
Arbejdet med det gode måltid for ældre borgere kan opdeles i tre fokusområder. Under hvert af de tre fokusområder vil du finde de indsatser, ”skridt på vejen”-guides og publikationer, som er relevante for dig.



Fokusområde 1: Den rette ernæring

I dette fokusområde er der som produktionskøkken følgende indsatser:

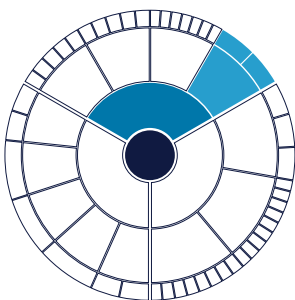
- *Kost til småtspisende – rundt er sundt!*
- *Energitætte mellemmåltider til småtspisende – småt er godt!*



Fokusområde 2: Gode råvarer, produktion og tilrettelæggelse

I dette fokusområde er der som produktionskøkken følgende indsatser:

- *Systematisk opfølgning og sæsonens råvarer – styrk madkvaliteten*
- *Valgmuligheder i menuerne – skærp appetitten*
- *Overblik over produktionsomkostninger – brug ressourcerne bedst muligt*
- *Produktionsform og emballage – styrk madkvaliteten*



Fokusområde 3: Gode rammer for måltidet

I dette fokusområde er der som produktionskøkken følgende indsatser:

- *Styrk det tværfaglige samarbejde – en praktikordning*

Introduktion til oversigtsmodellen

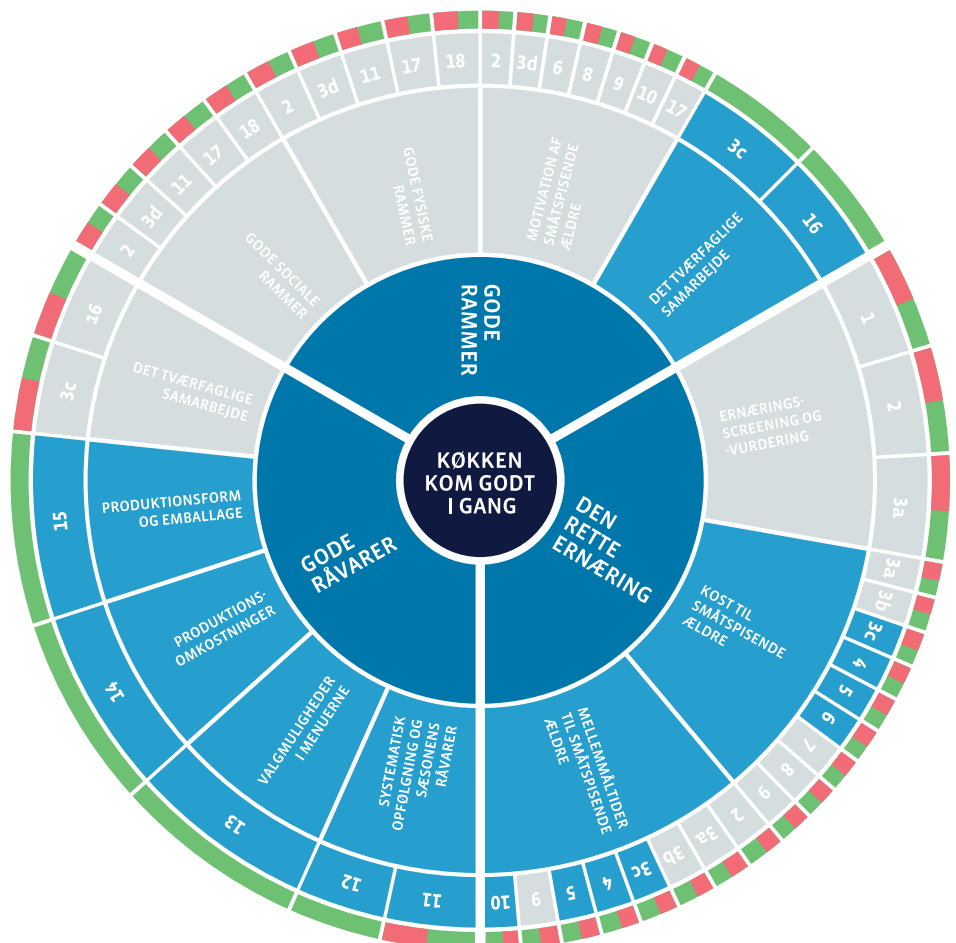
God mad – Godt liv er henvendt til tre målgrupper; køkkener, pleje og den kommunale forvaltning. Alle målgrupper har adgang til og gavn af de tre fokusområder, men de enkelte indsatsområder og redskaberne under har vi delt op, så det er nemt for dig at gå til, og nemt at overskue, hvad der er relevant for dig.

For netop at gøre det overskueligt for dig, hvilke indsatsområder og redskaber, du har adgang til under hvert fokusområde, har vi suppleret den følgende tekst med en visuel oversigtsmodel. I den nedenstående model kan du se, hvad du har adgang til. Alle redskaberne kan downloades på www.socialstyrelsen.dk.

Vi vil samtidig gerne gøre det tydeligt for dig, hvilke indsatsområder og redskaber de to andre målgrupper har adgang til, da det kan være med til at skabe sammenhæng mellem jeres indsatser. Derfor kan du med en farvemarkering i den yderste ring se, hvilke redskaber de to andre målgrupper har adgang til.

De tre målgrupper er farvemarkeret som følger:

- Køkkener: blå
- Pleje: rød
- Den kommunale forvaltning: grøn



Liste over redskaber

Nedenfor finder du en komplet liste over de redskaber, som vi refererer til i denne guide. I oversigtsmodellen har vi kun mulighed for at referere til dem med nummer, og derfor kan du bruge denne liste til at dobbelttjekke f.eks. hvis du vil vide, hvilke redskaber de andre målgrupper kan bruge.

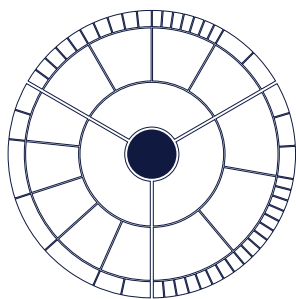
Alternativt har vi skrevet både redskabernes fulde titel og deres nummer under de enkelte indsatsområder. Alle redskaberne kan downloades på www.socialstyrelsen.dk.

Redskaber

- 1 *Ernæringsvurderingsskemaet*
- 2 *Den lille kloge*
- 3a *Kompetenceudviklingsforløb – AMU-kursus: Undervisning i ernæringscreening, sundhed og mellemmåltider*
- 3b *Kompetenceudviklingsforløb – AMU-kursus: Undervisning i samarbejde med borgeren om gode kostvaner, køkkentekniske egenskaber og fremtidens måltider*
- 3c *Kompetenceudviklingsforløb - AMU-kursus: Tværfagligt samarbejde om måltider til ældre*
- 3d *Kompetenceudvikling – AMU-kursus: Undervisning i værtskab, anretning og sociale rammer*
- 4 *Fyld dagens måltider op med energi*
- 5 *Mellemmåltidsplakater*
- 6 *Småt er godt, og rundt er sundt*
- 7 *Madønsker*
- 8 *Når du skal tage på*
- 9 *Luk mig op*
- 10 *Fristetid*
- 11 *Høj madkvalitet i hverdagen*
- 12 *Menuplaner med fokus på sæsonens råvarer*
- 13 *Valgmuligheder giver tilfredse ældre borgere*
- 14 *Hold styr på skysovsen*
- 15 *Hvilken betydning har produktionsform og emballage for appetitten?*
- 16 *Tallerkenen rundt*
- 17 *Idékatalog – ideer til det gode måltid*
- 18 *Det gode måltid*

Materialer

- *Kvalitetsvurderingsredskabet Måltidsbarometeret: www.maltidsbarometeret.dk*
- *Måltidsbarometeret i praksis*
- *Introduktion til Måltidsbarometeret*
- *Skabelon til en mad- og måltidspolitik på ældreområdet*
- *Styr på kvaliteten - Kom godt i mål med en mad- og måltidspolitik*
- *Forslag til temaer og målsætninger i en mad- og måltidspolitik*
- *Projekt "Udvikling af et redskab til ernæringsvurdering og behandling af ældre"*
- *Badges med forskellige tekster, som skal skabe opmærksomhed i hverdagen på maden og måltiderne*



Måltidsbarometer

En kvalitetsevaluering

Hvad kan man opnå med denne indsats?

Et godt sted at starte er at skabe et overblik over de lokale forudsætninger for at levere gode måltider til ældre og få indblik i, hvor der er mulighed for at styrke kvaliteten. Dette kan gøres ved hjælp af kvalitetsevalueringsværktøjet Måltidsbarometeret.

Måltidsbarometeret kan give den kommuneale forvaltning, køkkener, plejecentre og hjemmeplejedistrikter en status på, med hvilken kvalitet de i fællesskab leverer måltider til de ældre borgere. Samtidigt giver Måltidsbarometeret anbefalinger til, hvilke tiltag der kan iværksættes for at styrke kvaliteten.

Måltidsbarometeret er et redskab, der sætter fokus på hele måltidet; det vil sige ikke kun på selve maden, men hele processen fra produktionen af maden til måltidet.

Hvad kan måltidsbarometeret bruges til?

- **Status:** Måltidsbarometeret kan anvendes til at gøre status over, hvordan der arbejdes med måltider til ældre borgere på tværs af køkkener, plejecentre og hjemmeplejedistrikter.
- **Dokumentation:** Måltidsbarometeret kan dokumentere og derved synliggøre forudsætninger for samarbejdet om at levere gode måltider til ældre. Denne dokumentation kan sammen med dokumentationen om (udviklingen i) borgernes ernæringstilstand og funktionsevne være et godt grundlag for dokumentation af effekt på området. Derudover kan dokumentationen fra Måltidsbarometeret bidrage til medarbejderengagement gennem synlige mål og resultater på området.
- **Opfølgning:** Måltidsbarometeret kan fungere som grundlag for opfølgning på kommunens politiske mål for mad og måltider til ældre borgere eller som basis for drøftelser om, hvad en måltidspolitik skal indeholde.
- **Konkrete anvisninger:** Måltidsbarometeret giver konkrete anvisninger til, hvilke indsatser der skal iværksættes for, at måltiderne kan blive endnu bedre. Måltidsbarometeret kan derved bruges i et lærings- og udviklingsmæssigt perspektiv.

Skridt på vejen

Måltidsbarometeret er et elektronisk selvevalueringsredskab, som ikke kræver mange ressourcer og tager ca. 20 minutter at besvare. Ledere i plejebolig eller et hjemmeplejedistrikt kan selv tage initiativ til at vurdere kvaliteten af deres måltider til ældre.

Måltidsbarometeret vurderer forudsætningerne i samarbejdsrelationer mellem køkken- og plejepersonale for at leve op til målene i måltidets fem principper:

- 1 *Kulinarisk kvalitet*
- 2 *Råvarekvalitet*
- 3 *De sociale og fysiske rammer*
- 4 *Arbejdet med ernæring*
- 5 *Tværfagligt samarbejde om kommunikation*

Der genereres automatisk en overskuelig rapport, som omfatter målrettede anvisninger til, på hvilke områder der med fordel kan skabes øget fokus, og hvor der kan igangsættes en indsats for at styrke kvaliteten af måltider til ældre borgere.

Trin for gennemførelse af evalueringen:

-
- *Opret bruger på www.maltidsbarometeret.dk*
 - *Opret kvalitetsevaluering*
 - *Afhent rapport*
 - *Følg op på resultaterne*

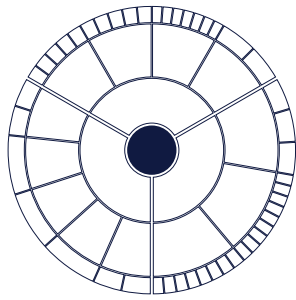
Køkkenet, plejecentret og hjemmeplejedistriktet kan anvende Måltidsbarometeret til en særskilt vurdering af, hvorledes enhederne hver især bidrager til måltidet. Det skal fremhæves, at tværfagligheden mellem de samarbejdende parter er helt afgørende for at vurdere den samlede kvalitet af måltidet. Det anbefales derfor, at Måltidsbarometeret altid anvendes af alle de samarbejdende parter og ikke kun af én enhed.

Tips til den hurtige forandring

-
- *Kommunikér evalueringresultaterne ud til medarbejderne*

Konkrete redskaber

-
- **Kvalitetsevalueringsredskabet Måltidsbarometeret**
 - **Måltidsbarometeret i praksis**
 - **Introduktion til Måltidsbarometeret**



Implementeringsråd

*Alle forandringer
involverer mennesker*

Implementering er en fælles betegnelse for de mange forskelligartede handlinger, der skal til for, at faglig viden og metoder bliver omsat til praksis og kommer den enkelte borger til gavn. I det følgende har vi samlet en række implementeringsråd og temaer, som kan indgå i planlægningen af en indsats for øget fokus på den rigtige ernæring og måltider for ældre borgere.

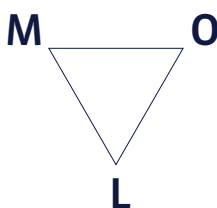
Centrale elementer i implementering

Alle udviklingsprocesser behøver ledelsesmæssigt fokus, en ændring af eksisterende vaner og rutiner samt tilstrækkelige (nye) kompetencer. Så uanset om du vil indføre fristende mellemmåltider til småspisende ældre eller fokusere på at udvikle den måde, I arbejder med de sociale rammer om måltider på, kan det være implementeringsfremmende at overveje:

- *Hvem skal drive forandringen?*
- *Har vi de rette kompetencer?*
- *Har vi de rette arbejdsgange/organisatoriske strukturer?*
- *Hvordan støtter jeg som leder op om indsatsen – også efter den første introduktionsperiode?*

Vellykket implementering kan foregå på mange måder og med forskellige redskaber og strategier. Som figuren til venstre illustrerer, er der imidlertid tre centrale elementer, som er vigtige at have øje for, når udviklingsprocesser og forandringer skal gennemføres:

Disse overvejelser skitseres således:



- L Ledelse**
 - *Organisationsændringer*
 - *Administrative tilpasninger*
 - *Data og dokumentation*
- M Medarbejderkompetencer**
 - *Supervision og processtøtte*
 - *Undervisning*
 - *Udvælgelse*
- O Organisering**
 - *Teknisk rationel ledelse*
 - *Forandringsledelse*

I det følgende kan du læse mere om disse tre elementer og finde konkrete implementeringsråd og redskaber til implementering af indsatserne i God mad – Godt liv.

Medarbejderkompetencer

Udvælgelse

Udvælgelsen af nøglepersoner, som skal drive arbejdet med ernæring og måltider, er ikke nogen nem øvelse, og der findes ikke entydige anbefalinger til dette aspekt. Som leder eller initiativtager kan du gøre følgende overvejelser, når du udvælger medarbejdere:

- *Uddannelsesbaggrund og specielt, hvorvidt der er tale om medarbejdere, der af kolleger og ledere(n) betragtes som 'dygtige'*
- *Hvorvidt medarbejderne nyder respekt i den øvrige del af medarbejdergruppen*
- *Hvorvidt medarbejderne er umiddelbart positive over for den indsats, der skal implementeres, herunder at medarbejderne kan se et udtalet behov for indsatsen*
- *Hvorvidt medarbejderne umiddelbart forstår indsatsen og virker modtagelige over for den kompetenceudvikling (træning), de skal modtage* (Fixsen et. al 2005, Durlak & DuPre, 2008, Gearing et. al, 2011)

Kompetenceudvikling

I God mad – Godt liv findes blandt andet 4 AMU-kurser med relevant fagligt indhold:

- *Undervisning i værtskab, anretning og sociale rammer (Kursus 42935)*
- *Tværfagligt samarbejde om måltider til ældre (Kursus 42934)*
- *Undervisning i samarbejde med borgeren om gode kostvaner, køkkentekniske egenskaber og fremtidens måltider (Kursus 42933)*
- *Undervisning i ernæringscreening, sundhed og mellemmåltider (Kursus 42952)*

Find ovenstående kurser samt en række øvrige kurser på området på www.epos-amu.dk. Find desuden en række uddannelser til medarbejdere inden for institutionskøkkenområdet på www.khru.dk.

God mad – Godt liv indeholder desuden en række publikationer, der stiller viden og inspirationsmateriale til rådighed. Start for eksempel med publikationen 'Idekatalog – ideer til gode måltider', som indeholder en introduktion til de dele af det gode måltid, som plejepersonalet har stor indflydelse på. Her kan du også danne dig et indtryk af, hvilke temaer I særligt vil arbejde videre med. Giv i forlængelse heraf gerne dine medarbejdere publikationen 'Den lille kloge'. Desuden er der under hvert fokusområde angivet, hvilke materialer og AMU-kurser der kan bidrage til kompetenceudvikling på netop dette område.

Omsæt viden til praksis

I forhold til kompetenceudvikling gælder det, at tilgangen "uddan dit personale og håb på forandring" ikke virker. Ny viden giver ikke automatisk en ændret praksis. Det er således ikke nok blot at kompetenceudvikle medarbejderne. De skal ligeledes have mulighed for og støtte til at kunne omsætte denne viden til praksis.

Når man som leder ønsker at kompetenceudvikle personalet på fx et plejecenter, så følger den optimale kompetenceudvikling MGØR-ligningen (inspiration fra eks. Joyce & Showers, 2002, Metz et al. 2012):

- **Motiver**, dvs. gennemgå, hvorfor det er vigtigt og nødvendigt, at man som medarbejder kompetenceudvikles, eksempelvis ved at henvise til de problemstillinger, man oplever i kommunen. Dermed etableres der en høj bevidsthed hos deltageren omkring anvendelsen af stoffet. Hvis ikke medarbejdere allerede før kurset har idetificeret den mulige anvendelse og effekt af kompetenceudviklingen i eget job, er chancen for at dette senere opstår minimal (Robert Brinkerhoff & Anne M. Apking, 2001)
- **Gennemgå**, dvs. gennemgå og demonstrer, hvad den nye praksis helt konkret går ud på. Dette sker bedst gennem konkrete eksempler, oplæg, video etc.
- **Øv**, dvs. giv mulighed for at træne den nye praksis ved hjælp af forskellige didaktiske metoder, der passer til konteksten, eksempelvis rollespil, træning af nye metoder, man har lært, etc.

- **Relater**, dvs. giv mulighed for at omsætte den viden, der indlæres og trænes i forbindelse med kompetenceudviklingen, til daglig praksis, eksempelvis ved at bruge tid på, hvilke forandringer den nye indsats medfører fremadrettet.

Samtidigt viser læringsteori, at en indlæring af nye færdigheder mest effektivt opnås gennem en 30-40-30 balance; dvs. at kompetenceudvikling helst skal indeholde 30 % forberedelse, 40 % reel kompetenceudvikling gennem konkret undervisning/kurser samt 30 % ”lektier”, hvor det indlærte omsættes til ny praksis (Kræmmer & Divert, 2009).

Coaching

Det kan anbefales, at man som leder sikrer, at kompetenceudviklingen understøttes gennem coaching. Coaching har til formål at fastholde og indarbejde den viden, der blev lært under kompetenceudviklingen, udvikle de nye rutiner, der følger af indsatsen, samt ”af-lære” de gamle rutiner, der ikke understøtter indsatsen. Oftest vil det særligt være den sidste opgave, som er den mest udfordrende. Forudsætningerne for optimal coaching er: (inspiration fra eks. Fixsen et. al 2005, Metz et al. 2012):

- *Tilgængelighed, så det er muligt at opnå hurtig sparring og støtte fra coachen.*
- *Klar rolle- og ansvarsfordeling, så der ikke opstår tvivl om beføjelserne, der følger med coachrollen.*
- *’Refleksionsrum’, så det er muligt at reflektere over praksis (helst ved hjælp af monitoreringsdata) og samtidigt fastholde arbejdet med at implementere indsatsen.*
- *Sidemandsoplæring, så implementeringen understøttes konkret gennem ændring af medarbejdernes daglige praksis.*
- *Fleksibilitet, så det er muligt at tilpasse coachingen til de behov, som de forskellige medarbejdere har (eksempelvis forskellen mellem nye og erfarne medarbejdere).*

Organisering

Faciliterende administration

Faciliterende administration er vigtig for udviklingsprocesser, og det betyder, at organisationen skal tilpasses, så det bliver lettere at implementere indsatsen. Det gælder grundlæggende om at få ændret ikke blot på de formelle arbejdsgange, men ligeledes på de mere uformelle og kulturelle barrierer for implementeringen. Derfor er den faciliterende administration naturligvis gensidigt afhængig af kompetencedriveren.

Det vil i praksis sige, at arbejdsgangene skal understøtte jeres arbejde med fokus på ernæring og gode måltider for ældre. I publikationerne under God mad – Godt liv er der eksempler på, hvordan ændrede arbejdsgange både kan være en del af indsatsen og understøtte indsatsen. For eksempel peges der i publikationen ’Idekatalog – ideer til gode måltider’ på, hvordan (ændrede) arbejdsgange kan være en del af indsatsen – f.eks. tidspunktet for medicinudlevering.

Implementeringslitteratur peger på følgende centrale indsatsområder i forhold til at skabe faciliterende administration:

- *Kultur, forstået bredt som påvirkning af de holdninger, der enten understøtter eller hæmmer implementeringen af indsatsen.*
- *Kommunikation, så udvekslingen af informationer understøtter indsatsen.*
- *Koordination med de relevante aktører, der er involveret i indsatsen.*
- *Etablering af procedurer mm., så der etableres en klar rolle- og opgavefordeling mellem de involverede aktører i indsatsen.*
- *Etablering af fælles målsætninger, der sætter rammer for arbejdet med indsatsen.*
- *Skabelse af ejerskab til indsatsen, eksempelvis gennem fælles beslutningstagen omkring den optimale implementering af indsatsen.*
- *Teknisk og praktisk understøttelse, eksempelvis gennem øget brug af IT, mulighed for sekretærbistand etc.*
- *Frikøb af medarbejdere til at understøtte implementeringen (jf. ligeledes arbejdet med coaches).*
- *Aflastning, dvs. friholdelse fra forskellige opgaver i opstarten af implementeringen.*

(eks. Durlak & Dupre, 2008; Dusenbury, et al, 2003; Fixsen et. al, 2005; Gearing et. al, 2011, Ogden et. al, 2011)

Monitorering og data

Med henblik på løbende at kunne følge fremdriften i implementeringen kan du som leder vælge at dokumentere jeres arbejde med ernæring og gode måltider til ældre. Dokumentation kan have en række formål:

- *Undersøge implementeringsgraden, og hvorvidt jeres indsatser omkring kost og måltider forløber som planlagt.*
- *Refleksion og læring i forhold til mulige problemstillinger.*
- *Etablering af beslutningsgrundlag, så monitoringsdata anvendes som udgangspunkt for beslutninger vedrørende indsatsen.*

Som eksempel kan nævnes, at hvis I vælger at bruge ernæringsvurderingen i God mad – Godt liv, kan dette arbejde omsættes i dokumentation, eksempelvis: Hvor mange ældre der har fået foretaget en ernæringsvurdering? Hvor stor en andel af de ældre der har gavn af en ernæringsindsats? Hvor mange ældre der har fået forbedret deres ernæringsstilstand? Dokumentation i forbindelse med ernæringsvurderingen kan foretages i omsorgssystemet.

Som leder bør du overveje følgende:

- *Hvem har behov for at få præsenteret de pågældende data og dokumentationen?*
- *Hvilke centrale resultater er jeg som projektleder særligt interesseret i?*
- *Hvordan kan data præsenteres mest hensigtsmæssigt?*
- *Hvordan kan dataindsamlingen foregå mest systematisk og enkelt?*
- *Hvordan følges indsatsens implementering og kvalitet løbende og systematisk?*
- *Hvordan følges resultatopnåelsen på borgerniveau løbende og systematisk?*

Ledelse

Der er bred enighed i litteraturen om, at ledelse er en vigtig forudsætning for succesfuld implementering af indsatser. (Eks. Fixsen, et. al 2005; Kotter, 2000; Ogden et. al, 2009; Gearing et. al, 2011; Dusenbury et. al, 2003; Winter & Lehmann, 2009). Uden en ledelse, der er med til at initiere og løbende understøtte implementeringsprocessen, vælge de rigtige medarbejdere, kommunikere målsætningerne etc., vil chancerne for en succesfuld implementering være små.

Det er ledelsen, der skal give forandringer mening og vigtighed – ingen mennesker gør noget nyt eller anderledes, hvis ikke det er nødvendigt og vigtigt. Helt overordnet kan ledelse af forandringer samles i 8 gode råd:

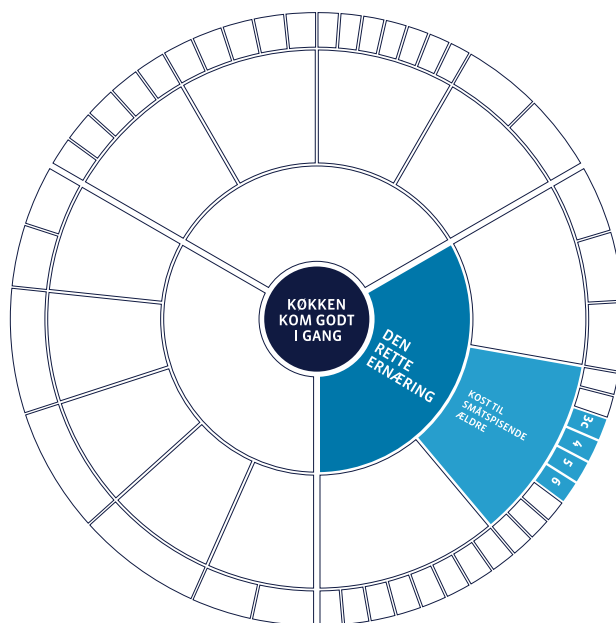
- *Synliggør forandringens tvingende nødvendighed*
- *Etabler en stærk styregruppe*
- *Skab en klart forståelig vision*
- *Kommunikér visionen*
- *Gør det muligt for andre at forfølge visionen*
- *Planlæg og skab hurtige resultater*
- *Konsolider forbedringerne og sæt flere forandringer i værk*
- *Indarbejd den nye handle måde endeligt*

God mad – Godt liv har desuden udviklet et par mindre redskaber, som understøtter arbejdet med at øge medarbejdernes fokus på ernæring og måltider:

- *Brug badges til tøjet med humoristiske tekster til at skabe opmærksomhed om jeres lokale projekt: God mad – Godt liv.*
- *Giv medarbejderne 'Den lille kloge', som er et opslagsværk i lommeformat med alt, hvad der er værd at fokusere på og vide om mad, måltider og ernæring til ældre.*
- *Organiser en praktikordning, hvor dit køkkenpersonale på en kort praktik får indsigt i de andre aspekter af ældres måltider end lige madproduktionen. Se hvordan i publikationen 'Tallerkenen rundt'.*

Fokusområde 1: Den rette ernæring

I dette afsnit kan du læse om de indsatser, der hører under Fokusområde 1. Du kan ligeledes finde de redskaber og de materialer, der er relevante for køkkenet under hver indsats.



Kost til småtspisende – rundt er sundt!

Hvad kan man opnå med denne indsats?

Formålet med indsatsen er at forebygge vægttab og dårlig ernæringstilstand hos ældre, der er afhængige af kostforplejning. En rigtig ernæringsindsats kan bidrage til, at ældre borgere opretholder eller genvinder kræfter og livskvalitet i takt med, at vægten øges.

Det er vigtigt, at ældres måltider har den rette ernærings sammensætning. Småtspisende og underernærede ældre har brug for energitæt mad og drikke.

Køkkenerne skal have viden om energiindhold, portionsstørrelser og tilrettelæggelse af måltider over døgnet, når der skal tilberedes indbydende, energitætte hoved- og mellem-måltider, der kan friste den ældre. De skal have kendskab til de ældres præferencer og ønsker til måltidet. Det er derfor vigtigt, at køkken- og plejepersonalet samarbejder og udveksler viden om de ældres behov og ønsker til måltidet.

Skridt på vejen

Det er vigtigt, at køkkenet holder fokus på kostrådene til småtspisende ældre, og at personalet motiveres til at have fokus på maden og kostens betydning for de ældre.

Køkkenpersonalet har ansvaret for at sikre, at næringsindholdet i maden matcher de ældres individuelle behov. Næringsberegning er vigtig for at sikre dette mål. På grund af den store andel af småtspisende ældre blandt plejemodtagere er ernæringsberegning, energirige måltider og mellemmåltider vigtige skridt på vejen:

Systematisk næringsberegning:

- *En god kostplanlægning med systematisk næringsberegning er første skridt på vejen til at sikre det rette næringsindhold i måltider til forskellige grupper af ældre, herunder især til de småtspisende.*
- *For at kunne tilgodese de særlige ernæringsbehov blandt forskellige målgrupper af ældre borgere er det en forudsætning, at der anvendes næringsberegningede opskrifter, og/eller at alle opskrifter næringsberegnes af køkkenet selv.*
- *For at kunne indføre systematisk næringsberegning af den mad, som køkkenet fremstiller, vil det være relevant at uddanne personalet i ernæring, næringsberegning mv. Adgang til relevante næringsberegningssystemer er en fordel.*
- *Læs mere om næringsberegning og anbefalinger til den procentvise fordeling pr. døgn for alle målgrupper i Socialstyrelsens publikation 'Fyld dagens måltider op med energi' samt i Fødevarestyrelsens publikationer 'Anbefalingerne for den danske institutionskost' og 'Uden mad og drikke.....'*

Energirige måltider til småtspisende ældre:

- *Omdrejningspunktet for tilrettelæggelsen af kosten til småtspisende ældre borgere er, at den skal have stor energitæthed sammenlignet med normal kost. Stor energitæthed kan blandt andet opnås ved et højt fedtindhold og lavt kulhydrat-/kostfiberindhold. Find eksempler på centrale madvarer med højt protein- og fedtindhold i publikationen 'Fyld dagens måltider op med energi'.*
- *Det er vigtigt, at køkkenet kender til kostrådene til småtspisende ældre. Læs mere om disse i publikationen 'Fyld dagens måltider op med energi' side 8 og 9.*

Fordeling af energiindtaget på 6 måltider:

- *Kostens energiindhold skal fordele sig på minimum 3 hovedmåltider og 3 mellemmåltider i løbet af dagen. Tilberedning af en række fristende energitætte mellemmåltider kan friste småtspisende til at spise. Find eksempler på fordeling af energiindtaget for småtspisende ældre i publikationen 'Fyld dagens måltider op med energi' side 12. Læs også mere under indsatsen 'Energitætte mellemmåltider til småtspisende – småt er godt!'*

Fokus på den oplevede kvalitet

Det er vigtigt at være opmærksom på, at madens oplevede kvalitet kan være med til at styrke appetitten hos ældre:

- *Generelt gælder det, at varieret mad af høj kvalitet, der smager og dufter godt, og som serveres indbydende, øger appetitten hos ældre.*

-
- *I forhold til tilrettelæggelse af måltider og mellemmåltider kan man lade sig inspirere af fx årstidsbestemte råvarer.*
 - *Køkkenet skal have kendskab til de ældres præferencer og ønsker til måltidet. Det er derfor vigtigt, at køkken- og plejepersonalet samarbejder og udveksler viden om de ældres behov og ønsker til måltidet. Læs også mere om inddragelse af de ældres ønsker til måltidet under indsatsen 'Valgmuligheder i menuerne – skærp appetitten'.*

Det er således vigtigt, at køkkenet har fokus på at producere måltider, der varierer i konsistens, temperatur, smagsindtryk og årstidernes råvarer, og som giver et visuelt udtryk og overrasker.

Brug eventuelt kompetenceudvikling gennem AMU-kurset 'Tværfagligt samarbejde om måltider til ældre' for at styrke kompetencerne hos personalet.

Tips til den hurtige forandring

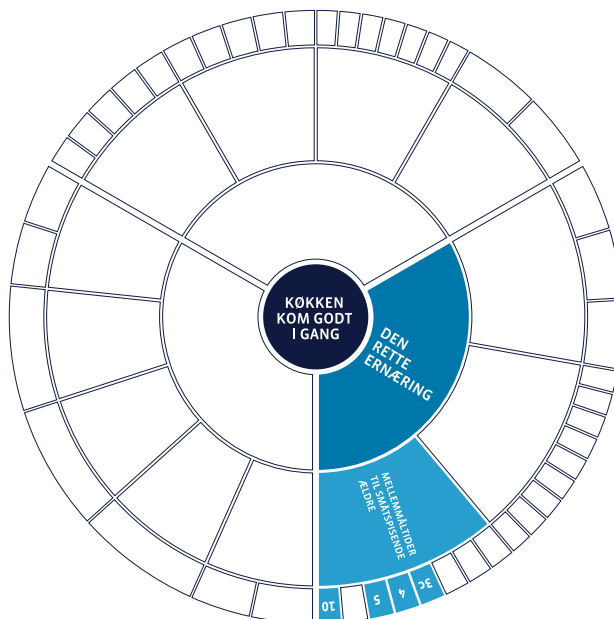
- *Ernæringsberegning af måltider, som fremstilles.*

Konkrete redskaber

- **Fyld dagens måltider op med energi (Nr. 4)**
- **Mellemmåltidsplakater (Nr. 5)**
- **Småt er godt, og rundt er sundt (Nr.6)**
- **Kompetenceudviklingsforløb - AMU-kursus: Tværfagligt samarbejde om måltider til ældre (3c)**

Relevante materialer

- **Indsatsen Energitætte mellemmåltider til småtspisende – småt er godt!**



Energitætte mellemmåltider til småtspisende – småt er godt

Hvad kan man opnå med denne indsats?

Mellemmåltider kan tegne sig for en betydelig andel af dagens samlede energiindtag. Småtspisende ældre borgere bør derfor tilbydes flere mellemmåltider i løbet af dagen. Samtidigt kan små indbydende anretninger skærpe appetitten, mens store portioner kan virke uoverkommelige og næsten mættende på forhånd.

Formålet med indsatsen er at forebygge vægttab og dårlig ernæringstilstand hos ældre, der er afhængige af kostforplejning. Køkkenerne skal have viden om energiindhold, portionsstørrelser og tilrettelæggelse af måltider over døgnet, når der skal tilberedes indbydende, energitætte mellemmåltider, der kan friste den ældre.

Målet er, at tilbuddet af mellemmåltider til småtspisende ældre sættes i system, hvorved mellemmåltiderne kommer til at udgøre de anbefalede 30-50 % af energiindtaget hos småtspisende ældre.

Skridt på vejen

Mellemmåltider er en vigtig energikilde i løbet af dagens måltider. Mellemmåltiderne kan samtidigt være en central måde at skærpe appetitten hos småtspisende ældre. Indsatsen omkring mellemmåltider omhandler derfor både den konkrete næringssammensætning og evnen til at skærpe appetitten hos småtspisende ældre. Hvis mellemmåltiderne skal have effekt på de småtspisende ældre borgeres ernæringstilstand, bør de tilberedes med øje for næring, råvarer, konsistens, udseende og variation.

Fordeling af energiindtaget på 6 måltider:

- *Kostens energiindhold skal fordele sig på minimum 3 hovedmåltider og 3 mellemmåltider i løbet af dagen. Tilberedning af en række fristende energitætte mellemmåltider kan friste småtspisende til at spise. Find eksempler på fordeling af energiindtaget for småtspisende ældre i publikationen 'Fyld dagens måltider op med energi' side 12.*
- *Mellemmåltiderne skal indeholde flest mulige kalorier pr. portion med afsæt i, at portionsstørrelsen skal tilpasses småtspisende borgere. Små portioner med det rette energiindhold kan styrke småtspisende ældres energiindtag. Læs mere om mængde og energiindhold i publikationen 'Fyld dagens måltider op med energi' side 13.*

Mellemmåltider kan skærpe appetitten:

- *Det er vigtigt, at køkkenet har fokus på at producere mellemmåltider, der varierer i konsistens, temperatur, smagsindtryk og årstidernes råvarer, og som giver et visuelt indtryk og overrasker. Dermed kan småtspisende ældre tilbydes en bred palet af mellemmåltider, så der tages hensyn til individuelle behov, ønsker og traditioner, og der skal også tages hensyn til ældres funktionsevne og behov for hjælp til at spise. Læs mere herom i publikationen 'Fyld dagens måltider op med energi' side 14-16.*
- *I forhold til tilrettelæggelse af mellemmåltider kan man desuden lade sig inspirere af fx årstidsbestemte råvarer.*
- *Find opskrifter og yderligere inspiration i publikationerne under denne indsats.*

Tag en løbende dialog med de ældre og personalet i hjemmeplejen og plejeboligerne om ønsker og behov i forhold til tilberedning og servering af mellemmåltider. Brug eventuelt også 'AMU-kurset Tværfagligt samarbejde om måltider til ældre' for at styrke kompetencerne hos personalet.

Tips til den hurtige forandring

- *Fremstil energidrikke, der kan stå på køl.*
- *Husk fløden i sovsen, kaffen, kakaoen og til kagen.*
- *Sørg for, at der altid er chokolade, is, ost, kiks og andre energirige produkter, der kan serveres som mellemmåltider, tilgængeligt i borgerens køkkenskabe eller i køkkenet.*

Konkrete redskaber

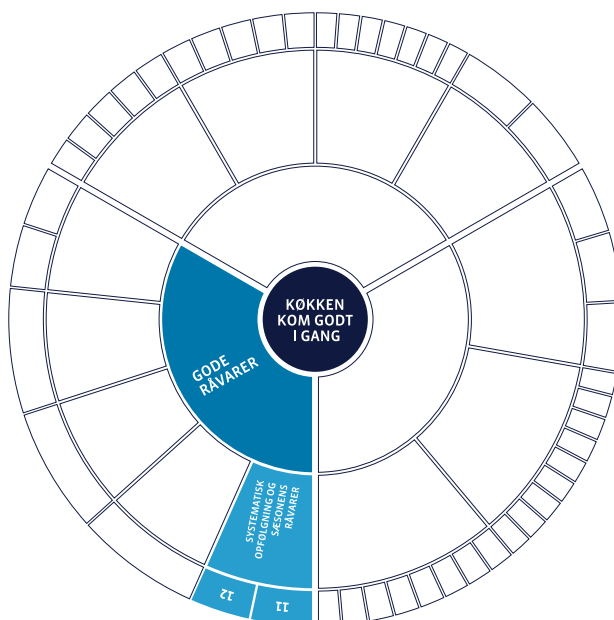
- **Fyld dagens måltider op med energi (Nr.4)**
- **Fristetid (Nr.10)**
- **Mellemmåltidsplakater (Nr.5)**
- **Kompetenceudvikling - AMU-kursus: Tværfagligt samarbejde om måltider til ældre (Nr.3c)**

Relevante materialer

- **Småt er godt, og rundt er sundt (Nr. 6)**
- **Indsatsen Kost til småtspisende – rundt er sundt!**

Fokusområde 2: Gode råvarer, produktion og tilrettelæggelse

I dette afsnit kan du læse om de indsats, der hører under Fokusområde 2. Du kan ligeledes finde de redskaber og de materialer, der er relevante for køkkenet under hver indsats.



Systematisk opfølgning og sæsonens råvarer – styrk madkvaliteten

Hvad kan man opnå med denne indsats?

Madens kulinariske og ernæringsmæssige kvalitet er en vigtig del af måltidet for de ældre. Høj madkvalitet hænger sammen med oplevelsen af de enkelte måltider, madens appetitlighed samt variationen i måltidernes duft, udseende, smag, konsistens og råvarer. Gennem opfølgning på menuerne samt anvendelsen af sæsonens råvarer, kan man styrke kvaliteten af maden til ældre.

Indsatsen omfatter fokus på madens kvalitet, dels ved systematisk opfølgning med udgangspunkt i både køkkenets egne evalueringer og ældre borgeres tilbagemeldinger på måltiderne, dels ved sæsonbetoning i menuplanlægningen. Målet med denne indsats er styrket kvalitet af maden samt højere tilfredshed med måltiderne blandt de ældre borgere.

Skridt på vejen

1 Gør fokus på madens kvalitet til en fast bestanddel i hverdagen

Systematisk opfølgning og evaluering af menuerne skaber viden til menuplanlægningen og afsæt for videreudvikling af de retter, der er en succes. Udviklingen bør tage afsæt både i køkkenets egne evalueringer og ældre borgeres tilbagemeldinger på måltiderne. Publikationen 'Høj madkvalitet i hverdagen' indeholder fire konkrete metoder med tilhørende redskaber til systematisk opfølgning:

Smagsdommere

Få kvalitetssikring ind som en del af køkkenets daglige arbejdsgang. Lederen af køkkenet udpeger dagligt to medarbejdere, der fungerer som dagens smagsdommere og vurderer maden ud fra fire sansemæssige kriterier og helhedsindtrykket. Lederen af køkkenet eller den ansvarlige medarbejder får overdraget de daglige vurderinger, og køkkenet følger hver uge op på vurderingerne.

Dialogpostkortet

Dialogpostkortet er en enkel måde, hvorved ældre borgere anonymt kan give ris, ros ønsker og ideer til køkkenet. Ældre borgere vil typisk opleve at de bliver hørt og involveret, køkkenet får viden til at udvikle maden og de ældre borgeres tilfredshed med maden kan styrkes.

Ældre borgeres talerør (måltidsråd)

Måltidsråd kan fungere som ældre borgeres talerør til køkkenet og give tilbagemelding på madens kvalitet samt sikre mulighed for inddragelsen af de ældre borgere. Måltidsrådet har ikke beslutningsret, men deres input kan give væsentlig viden til køkkenets menuplanlægning.

Smagspanel

Et smagspanel kan bruges til at give indsigt i de ældre borgeres ernæringsbehov, smag og ønsker til mad og måltider. Panelet kan bestå af 6-10 ældre borgere, som smager for andre borgere ved at tage rundt til kommunens plejeboliger og produktionskøkkener. Panelets aktiviteter bør forankres og koordineres fra centralt hold. Smagspanelet har i modsætning til måltidsråd fokus på hele måltidet.

2 Brug sæsonens råvarer for at styrke den kulinariske kvalitet

En konkret måde at styrke madens kvalitet på er at sætte sæsonens råvarer i fokus. Tænk sæsonens råvarer ind både i de konkrete retter og tilbehør, i madens servering og tilberedning samt i selve menusammensætningen. Brug publikationen 'Sæsonbetonet menuplanlægning', der indeholder konkret inspiration til retter, tilbehør, serveringsforslag, tilberedningsteknikker og menuforslag med fokus på sæsonens råvarer.

Kom godt i gang med anvendelsen af sæsonens råvarer og tag afsæt i følgende grundtrin:

Skab engagement og fokus på sæsonbetoning

Sæsonbetoning af ældre borgeres måltider kræver fokus, vilje og engagement. Lederen af køkkenet har en vigtig rolle i at gå forrest. Der skal skabes engagement og forståelse blandt medarbejderne, ligesom involvering i menuplanlægning kan skabe ejerskab hos medarbejderne. Herudover kan uddannelse og inspirationskurser give køkkenet og medarbejderne et løft i arbejdet med sæsonbestemte råvarer.

Planlæg i faste rullende menuplaner med sæsonbetoning

Menuplanlægning er omdrejningspunktet for tilberedning af mad af høj kvalitet. Grundig planlægning i rullende menuplaner kan hjælpe køkkenet med at strukturere madproduktionen og sikre en varieret menusammensætning med brug af sæsonbestemte råvarer. Læs tips og ideer hertil i publikationen Sæsonbetonet menuplanlægning.

3 Andre relevante indsatser

Tænk eventuelt fokus på madens kvalitet sammen med indsatsen 'Valgmuligheder i menuplanlægningen'. 'Valgmuligheder i menuplanlægningen' sker også gennem fokuseret organisering og planlægning af madproduktionen, og det kan derfor give god mening at have begge indsatsers perspektiver med, når der alligevel arbejdes med produktionens organisering.

Brug eventuelt indsatsen 'Overblik over produktionsomkostninger – brug ressourcerne bedst muligt' som grundlag for en udvikling af produktionens organisering.

Tips til den hurtige forandring

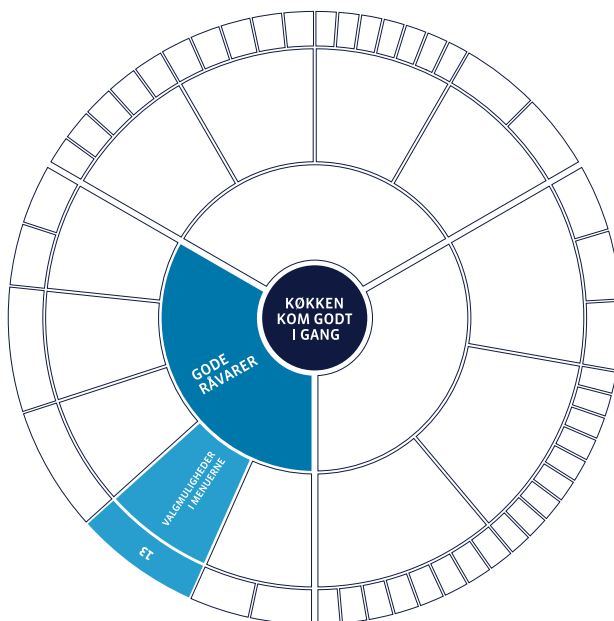
- *Indfør smagsdommere i køkkenets daglige arbejdsgang*
- *Planlæg i rullende menuplaner med sæsonbetoning*

Konkrete redskaber

- **Høj madkvalitet i hverdagen (Nr. 11)**
- **Menuplaner med fokus på sæsonens råvarer (Nr. 12)**

Relevante materialer

- **Indsatsen Valgmuligheder i menuplanlægningen**
- **Indsatsen Overblik over produktionsomkostninger – brug ressourcerne bedst muligt**



Valgmuligheder i menuerne – skærp appetitten

Hvad kan man opnå med denne indsats?

Ældre borgeres oplevede madkvalitet kan højnes gennem større valgfrihed i madservicen. Den større valgfrihed kan være i såvel menuudvalg og spisetidspunkt som portionsstørrelse mv.

Skab plads til individualitet i måltiderne i stedet for at give samme menu til alle. Gevinsterne for de ældre borgere kan være:

- ___ Øget appetit og lyst til at spise
- ___ Bedre ernæringstilstand
- ___ Bedre funktionsevne
- ___ Øget livskvalitet
- ___ Større indflydelse og tilfredshed

Skridt på vejen

Genkendelige måltider skærper appetitten og øger livskvaliteten. Genkendelighed i måltidet kan blandt andet opnås ved, at de ældre borgere i større eller mindre grad har mulighed for at sammensætte deres egen menu.

- 1 Tilbyd de ældre komponentopdelte menuer**, hvor de selv sammensætter menuen ud fra et antal komponenter. Komponentopdelte menuer kan have flere niveauer af valgfrihed. I redskabet 'Valgmuligheder giver tilfredse ældre borgere' findes inspiration til komponentopdelte menuer.
- 2 Tænk menuerne ind i køkkenets arbejdsgange og tag højde for rimelige bestillingsfrister.** Komponentopdelte menuer kan kræve ændring af arbejdsorganisering, emballering og madproduktionens tilrettelæggelse.
- 3 Kom godt fra start og hav fokus på:**
 - *Kendskab til de ældres ønsker til komponenter og behov (fx via tilbagemeldinger på menuudvalg, observation af bestillinger, dialog med borgere og plejepersonale, brugerundersøgelser eller ønskelister)*
 - *Information til de ældre om, hvordan de vælger*
 - *Et overskueligt bestillingsark*
 - *Emballage, der tilgodeser de komponentopdelte menuer*
 - *Vejledning til hjemmeplejen, der kan sikre målrettet støtte til de ældre i valget*
 - *Planlægning af arbejdsgangen omkring madproduktion og distribuering*
 - *Understøttende IT-systemer, der sikrer køkkenet den nødvendige støtte*
- 4 Det kræver ofte orientering af og eventuelt godkendelse fra det politiske udvalg** i kommunen, hvis køkkenet ønsker at tilbyde komponentopdelte menuer.

Find inspiration og vejledning i publikationen 'Valgmuligheder giver tilfredse ældre borgere'. Publikationen omhandler madservice til ældre, der modtager hjemmepleje, men elementerne i indsatsen kan også med fordel tænkes ind i forhold til ældre i plejebolig.

Tips til den hurtige forandring

Skab kendskab til de ældres behov og ønsker til komponenter, fx via:

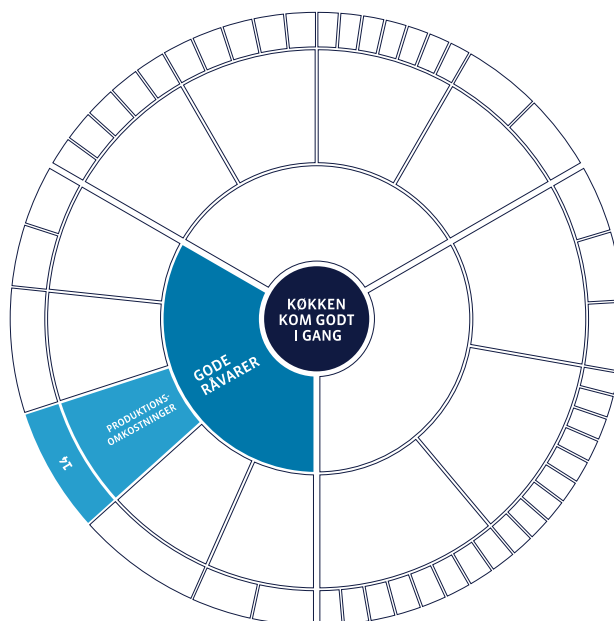
- *Tilbagemeldinger på menuudvalg*
- *Observation af bestillinger*
- *Dialog med ældre og plejepersonale*
- *Brugerundersøgelser*
- *Ønskelister*

Konkrete redskaber

- **Valgmuligheder giver tilfredse ældre borgere (Nr. 12)**

Relevante materialer

- **Indsatsen Kost til småtspisende – rundt er sundt!**



Overblik over produktionsomkostninger – brug ressourcerne bedst muligt

Hvad kan man opnå med denne indsats?

Øg madkvaliteten ved at få styr på, hvordan produktionsomkostningerne opgøres.

Overblik over køkkenets produktivitet kan hjælpe køkkenet på vej mod en høj madkvalitet ved at gøre køkkenet i stand til at vurdere, om penge og ressourcer kan bruges på en bedre måde.

Samtidigt kan dokumentationen for produktionsomkostninger støtte køkkenet i en eventuel dialog med politikere, forvaltning og de ældre om køkkenets fremtid og prioriteringer.

Indsatsen omfatter opgørelse og vurdering af produktionsomkostninger samt prioritering af ressourcerne for at opnå en højere madkvalitet. Indsatsen kan således være et godt afsæt for sikring af sæsonbetonet menuplanlægning eller større valgmuligheder i menuerne for de ældre.

Skridt på vejen

- 1 Sørg for at opgøre køkkenets produktionsomkostninger korrekt og medtag de rigtige omkostningselementer**
 - *Opgør køkkenets omkostningselementer fordelt på tre hovedområder:*
 - *Lønomkostninger til madfremstilling (personalenormering og personalets tidsforbrug)*
 - *Samlede omkostninger til råvarer og emballage (produkter)*
 - *Samlede øvrige omkostninger (moms, husleje, transport, inventar, driftsudgifter, administrationsoverhead)*
(Brug evt. publikationen 'Hold styr på skysovsen', der giver konkret inspiration til, hvordan omkostningselementerne kan opgøres)
 - *Beregn nøgletal på antallet af produktionsenheder, produktionsomkostninger pr. enhed og fremstillingseffektivitet*

- 2 Brug omkostningsberegningen til vurdering af, om ressourcerne kan prioriteres bedre for at opnå en højere madkvalitet, fx:**
 - *Kan ressourcerne prioriteres bedre i forhold til at efterleve centrale politiske mål og handleplaner (eksempelvis fra mad- og måltidspolitik eller anbefalinger fra Måltidsbarometeret)?*
 - *Kan ressourcerne prioriteres bedre i forhold til at sikre sæsonbetonet menu-planlægning?*
 - *Kan ressourcerne prioriteres bedre i forhold til at sikre valgmuligheder i menuerne?*

- 3 Brug overblikket og vurderingen af ressourcerne i en eventuel dialog med den kommunale forvaltning og plejesektorens samarbejdspartnere om den bedste prioritering af køkkenets ressourcer for at højne madkvaliteten**

Tips til den hurtige forandring

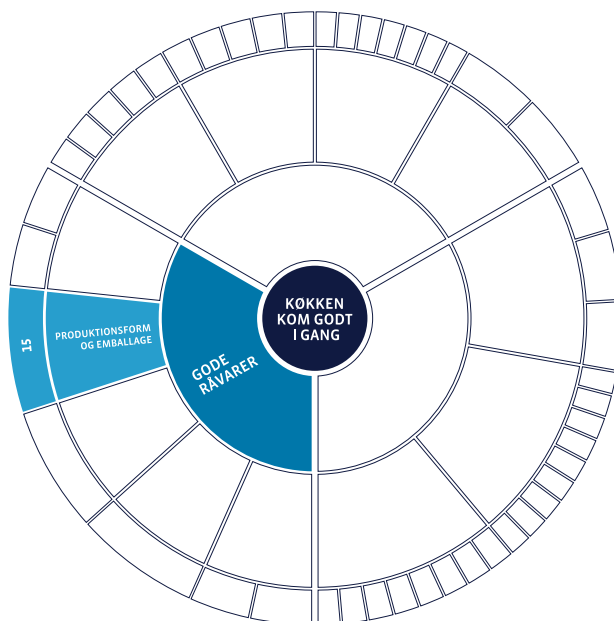
- *Registrering af personalets tidsforbrug vil ofte være en øjenåbner og kan føre til overvejelser i forhold til, hvor køkkenet skal lægge kræfterne for at opnå den bedste kvalitet i den mad, der produceres. Ligeledes kan det åbne mulighed for at identificere de aktiviteter, der er mindre værd for madkvaliteten og for de ældre. Når tidsregistrering introduceres til personalet, er det vigtigt at forklare formålet med tidsregistreringen.*

Konkrete redskaber

- **Hold styr på skysovsen (Nr. 14)**

Relevante materialer

- **Indsatsen Valgmuligheder i menuerne – skærp appetitten**
- **Indsatsen Systematisk opfølgning og sæsonens råvarer – styrk madkvaliteten**
- **Indsatsen Måltidsbarometeret – en kvalitetsevaluering**



Produktionsform og emballage – styrk madkvaliteten

Hvad kan man opnå med denne indsats

Fokus på råvarer, produktionsform, emballage og transport kan bane vejen for en madservice af høj kvalitet. Kvaliteten af madservice omfatter såvel den reelle kvalitet som den oplevede kvalitet. Det har stor betydning for de ældres tilfredshed, at maden fremstår indbydende og appetitvækkende i emballagen, og at maden smager og dufter godt.

For at levere måltider af god kulinarisk kvalitet skal der mere til end gode råvarer. Det er også væsentligt, hvordan maden produceres, emballeres og transporteres. Når madservice til ældre, der modtager hjemmepleje, skal tilrettelægges, og der skal foretages valg af produktionsform (varmholdt-, køle- eller frostmad), transport og emballage, bør det overvejes, hvilken betydning valget har for madens reelle og oplevede kvalitet og for ældres appetit.

Indsatsen omfatter overvejelser bag tilrettelæggelse og valg af produktionsform og emballage for madservice til ældre, der modtager hjemmepleje, med henblik på at styrke både den reelle og den oplevede madkvalitet.

Skridt på vejen

1 Overvej, hvilke forudsætninger der er for produktionsform og emballage

Overvej forudsætningerne i forhold til målgruppens behov og ønsker, kommunens serviceniveau og madserviceleverandørens/køkkenets forudsætninger. Brug eventuelt publikationen 'Hold styr på skysovsen' til at få overblik over produktionens omkostninger og få et bedre grundlag til at kunne prioritere ressourcerne i forhold til valg af produktionsform og emballage.

2 Overvej, hvilke hensyn og mål valget af produktionsform skal imødekomme

De tre produktionsformer for madservice til ældre i eget hjem er varmholdt mad, kølemad og frostmad. Den valgte produktionsform bør understøtte de mål, som kommunerne har sat for området mad og måltider til ældre. Valg af produktionsform kan således træffes ud fra overvejelser og hensyn til:

- *Hvorvidt de ældre dagligt skal kunne vælge mellem flere forskellige menuer eller komponenter.*
- *Hvor hyppigt maden ønskes leveret til de ældre, fx dagligt eller to gange om ugen.*
- *Hvilke ønsker der er til den ernæringsmæssige kvalitet af den leverede mad.*
- *Hvilke krav der er til den kulinariske kvalitet af den leverede mad.*
- *Hvilke arbejds gange der ønskes i produktionskøkkenerne.*

Se en beskrivelse af de tre produktionsformer varmholdt mad, kølemad og frostmad i publikationen 'Hvilken betydning har produktionsform og emballage for appetitten?' Under hver produktionsform er tilknyttet gevinster og opmærksomhedspunkter, der er værd at have in mente.

3 Overvej, hvilken emballageform der er mest optimal med den valgte produktionsform

Emballagen er i mange tilfælde madens ansigt udadtil, og den kan bidrage til at fremme appetitten. Emballagen har dog også nogle funktionelle egenskaber, som har betydning for både den reelle og oplevede kvalitet af maden. Overvejelser om emballagevalg kan derfor betragtes som et væsentligt element i at sikre høj kvalitet af madservice til ældre, herunder:

- *At de ældre kan håndtere emballagen.*
- *At emballagen kan garantere for madens fødevarerhygiejne samt kulinariske og ernæringsmæssige kvalitet.*
- *At emballagen understøtter produktionsformen i forhold til eksempelvis genopvarmning og reglerne for fødevarer sikkerhed.*
- *Endelig er det afgørende for lysten til at indtage maden, at emballagen også understøtter den kulinariske kvalitet af maden.*

I forbindelse med valg af emballage er det først og fremmest produktionsformens forskellige betingelser, der afgør, hvilken emballagetype der er den mest optimale at anvende. Det er derfor som udgangspunkt relevant, at produktionsformen er besluttet, inden emballagen vælges.

Se en beskrivelse af emballageformerne dybtræksemballage og præfabrikeret emballage i publikationen 'Hvilken betydning har produktionsform og emballage for appetitten?' Her findes en række centrale gevinster og opmærksomhedspunkter, der er knyttet til de forskellige emballagekoncepter.

Konkrete redskaber

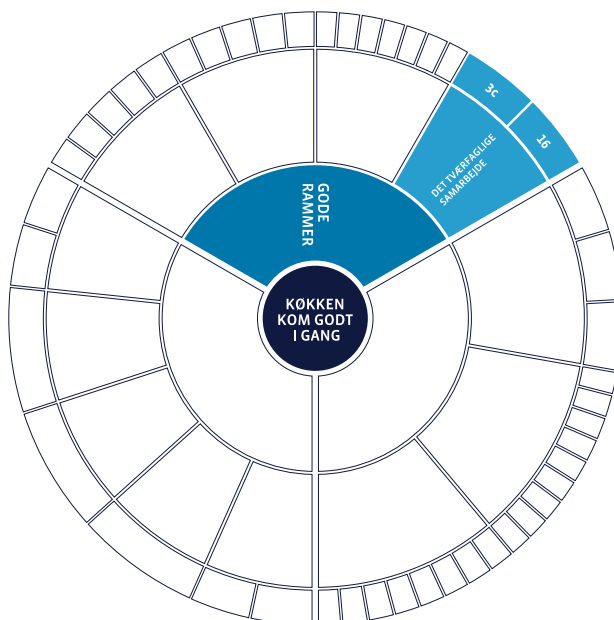
— **Hvilken betydning har produktionsform og emballage for appetitten? (Nr. 15)**

Relevante materialer

— **Hold styr på skysovsen (Nr. 14)**

Fokusområde 3: Gode rammer for måltidet

I dette afsnit kan du læse om de indsatser, der hører under Fokusområde 3. Du kan ligeledes finde de redskaber og de materialer, der er relevante for køkkenet under hver indsats.



Styrk det tværfaglige samarbejde – en praktikordning

Hvad kan man opnå med denne indsats?

Gode måltider af høj kvalitet forudsætter tværfagligt samarbejde mellem køkken- og plejepersonale. Styrk det tværfaglige samarbejde ved at gennemføre en praktikordning mellem personalet i plejebolig/plejedistrikt og produktionskøkkenet.

Formålet med en 1-dags praktikordning for plejepersonalet i et produktionskøkken er at give plejepersonalet indblik i de ernæringsmæssige aspekter og produktionsvilkårene for måltidet. Tilsvarende vil en 1-dags praktikordning i en plejebolig give køkkenpersonalet indblik i betydningen af de fysiske og sociale rammer for måltidet.

Skridt på vejen

Praktikordningen er rettet mod medarbejdere fra både produktionskøkkener, plejeboliger og hjemmeplejen. Praktikordningen giver medarbejderne mulighed for at følge en mentor i en given samarbejdsenhed og få indblik i alle dele af indsatsen omkring mad og måltider til ældre – lige fra tilberedningen af maden til selve måltidet hos de ældre.

Praktikordningen kræver få ressourcer, og praktikanterne skal samlet set kun påregne ca. en arbejdsdag til gennemførelse af praktik, refleksion og evaluering.

Læs publikationen 'Tallerkenen rundt', som indeholder skabelon for badge, program for dagen og refleksionskort, der anvendes i evalueringen af praktikdagen.

Tips til den hurtige forandring

— *Følg op på og spørg ind til personalets udbytte fra praktikdagen på personalemøder eller lignende.*

Konkrete redskaber

— **Tallerkenen rundt (Nr. 16)**
— **Kompetenceudviklingsforløb - AMU-kursus:
Tværfagligt samarbejde om måltider til ældre (Nr. 3c)**