

Planer og systematisk arbeid i Fredrikstad

Ronny Kløvfjell
Fredrikstad kommune



Matgledekorpsset er et samarbeidsprosjekt mellom:



Statsforvalteren i Oslo og Viken

Leve hele livet
- en kvalitetsreform for eldre



Utviklingscenter for
sykehjem og hjemmetjenester

VIKEN (Akershus)



Utviklingscenter for
sykehjem og hjemmetjenester

VIKEN (Østfold)

Matvalget



Fredrikstad

By med 82 000 innbyggere

Kjent for:

Gamlebyen

Kulturliv

Fotball?

Skjærgård (Hankø)

Og mye mer.....



Plan for mat og ernæring 2018-2025

[Temaplan](#) for seksjon Helse og velferd
Fredrikstad kommune

Plan for mat og ernæring

TEMAPLAN FOR MAT OG ERNÆRING I HELSE OG VELFERD 2018-2025

VEDTATT AV HELSE- OG VELFERDSUTVALGET 20. JUNI 2018





Formålet

En **temaplan** vedtatt i Planstrategi 2016-2019.

Planen skal sikre en **faglig standard** på ernæring, matlaging, servering og salg av mat til kommunens tjenestemottakere.

Skal gi føringer for **god ernæringspraksis** i seksjon for helse og velferd.

Et særskilt fokus på **institusjoner og brukere av hjemmetjenester**



Planarbeid

- Ledet av kommunens kjøkkentjeneste.
- Arbeidsgruppe med representanter fra kommunekjøkkenet, hjemmesykepleien, tjenester til funksjonshemmede, omsorgssentret og stab.
- Samtlige virksomheter i seksjonen har bidratt med faktaopplysninger.
- Innspill til planen er innhentet fra seksjonens ledergruppe, folkehelsekoordinator, miljøvernrådsgiver og kommuneoverlegene.



Innholdsfortegnelse

Innledning

Begrepsavklaringer fra Kosthåndboken
2016

Status og utviklingstrekk

Strategier for mat og ernæring i helse- og
velferdstjenestene.

Strategier

- Innbyggere har mulighet for et selvstendig og verdig liv
- Informasjon om ernærings- og mattilbud er lett tilgjengelig
- God service – systematisk bruker- og pårørendesamhandling
- Mat og måltidsmiljø er appetittvekkende
- Egenmestring i måltidssituasjoner

For de kommunale tjenestene handler dette blant annet om å

- legge til rette for godt matmiljø,
- attraktive måltider
- tid og ro til å spise
- motiverende samtaler
- samarbeid med pårørende frivillige



Vi vet det virker når...

...brukere enkelt får oversikt over mattilbudet i kommunen og tilbys variert og sunn mat i tråd med Helsedirektoratets anbefalinger, opplever synlige, tilgjengelige og imøtekommende ansatte, og kan gi tilbakemeldinger på smak og kvalitet på mat og service i måltidssituasjoner.

...ansatte har hverdagsmestring som en integrert del av tjenesteytelsen. De inviterer og motiverer brukere til å delta i fellesskap ved måltider. De samarbeider med frivillige, ser og anerkjenner deres innsats. De har kompetanse på, og ser detaljer for, godt måltidsmiljø.

...pårørende opplever å få informasjon og kan påvirke tjenestetilbudet i samspill med ansatte. De er trygge på at mattilbudet og ernæringsoppfølgingen er helsefremmende.

...frivillige opplever å få bidratt med meningsfulle aktiviteter, er velkomne på tjenestestedet, bidrar til kontinuitet og deler kommunens mål om mestringfremmende tilbud.



Strategier

- Alle bor trygt, i egnet bolig
- God ernæringspraksis
- Måltidssituasjoner fremmer sosialt fellesskap

Dette handler blant annet om:

- forebyggende og helsefremmende ernæringsarbeid
- kartlegging av behov
- hjelpemidler
- opprette ernæringsplan ved behov
- gjennomføre ernæringstiltak
- dokumentasjon og prosedyrer
- opplæring av helsepersonell,
- forhindre unødvendig lang nattfaste.



Helse- og velferdstjenestene er likeverdige, trygge og effektive

Innovativt mattilbud – bærekraftig og miljøvennlig praksis

Sunne og enkle valg – kompetanseheving på mat og ernæring

Frivillige inviteres til samspill om måltidsglede

Det omhandler:

- matinnkjøp
- menyplanlegging
- matproduksjon
- distribusjon
- bestillingssystemer
- organisering
- ansvarsfordeling



Vi vet det virker når...

...brukere har kunnskap som gjør det enklere å ta sunne, helsefremmende valg, opplever egenmestring og får ernæringsoppfølging ved behov. De opplever å bli hørt og tatt på alvor, og kan påvirke mattilbudet gjennom tilbakemeldinger.

...ansatte har lett tilgjengelig ernæringsinformasjon og kan systematisk dokumentere ernæringsarbeidet. De har mulighet til å prøve ut forbedringsforslag, og føler arbeidsglede og yrkesstolthet i sitt arbeid.

...pårørende kan gi tilbakemeldinger på smak og kvalitet på mat og service i måltidssituasjoner. De har tilgang på informasjon om mattilbudet, og føler seg velkomne i møtet med ansatte.

...frivillige blir spurt om å gi innspill i utvikling av tjenestetilbud iht. denne planen. De opplever å kunne delta med sine ressurser.

Status i kommunen og nasjonalt

- Hvilken praksis har etaten/virksomheten for mat og ernæring i dag? Beskriv rutiner, prosedyrer, sjekklister, planer mv..
- Hvilken kompetanse har etaten/virksomheten på området?
- Hva fungerer godt i dag?
- Hvilke behov har etaten/virksomheten i arbeid med mat og ernæring?
- Hva slags bistandsbehov har etaten/virksomheten rundt et måltid?





Utfordringer løses underveis

Etat omsorgssentre innførte et fjerde måltid fra 1. mars 2017

Etat hjemmesykepleie innførte ny prosedyre for «kartlegging av ernæringsstatus for hjemmesykepleien» 15. mai 2017

Brukerstatistikk om ernæring og utdrag fra Gericamulig fra august:

- Bruker har kartlagt ernæringsstatus
- Bruker er i ernæringsmessig risiko/underernæring
- Bruker har utarbeidet en ernæringsplan som en del av tjenestemottakers tiltaksplan

Utformet utkast til reviderte og nye rutiner for god ernæringspraksis, underernæring, overvekt og feilernæring + hjelpemidler.

Bestillingssystem AIVO – opplæring og bruk 2018

Mat og ernæring inngår som en del av arbeidstreningen ved dagtilbudene innen Tjenester til funksjonshemmede. Kurs «smart matvalg»

Dialog om forbedring av tekstbank + ernæringstiltak i tiltaksplanen i journalsystemet



Mat til hjemmeboende

I Fredrikstad er det ikke vedtak på matombringning. Vi ønsker at så mange som mulig får tilbudet

- 450 brukere av ordningen
- Bestille med eller uten dessert
- Kan velge mellom 8 retter hver uke
- Tilkjørt og lagt i kjøleskap

Sider

- 1
- 2

Hvordan vi lager mat på Sentral-kjøkkenet

Sentralkjøkkenet i Fredrikstad kommune har drevet sin virksomhet siden november 2004 i Tømteveien.

- Varmmaten til kommunens eldrecenter, sykehjem, dagsenter og hjemmeboende blir laget her.
- Vi har en variert meny og lager næringsrik mat som skal smake godt og ikke minst se godt ut.



- Vi satser på å lage det meste fra bunnen av og tilbyr tradisjonelle retter som kjøttkaker, karbonader, fiskegrateng, frikasser, sauser, stuinger, fruktgrøt, semulepudding og mye, mye mer....
- Kjøkkentjenesten er utformet etter næringsmiddelovens forskrifter og matsikkerhet er satt i fokus. Dette gir trygghet for deg som bruker.



Mat til hjemmeboende

Sentralkjøkkenet i Fredrikstad tilbyr alle pensjonister og trygdede å få ferdig middag kjørt hjem til seg.

- Maten kommer kald, og det er en fast leveringsdag i uken. Den er holdbar i 14 dager i kjøleskap og er merket med etiketter hvor det står varens navn og holdbarhet.
- Middagene varmes 4 minutter i mikrobølgeovn. De kan også varmes i stekeovn på 110 grader i en time.
- Vi har en ti ukers meny som rullerer, så du vil få et vidt spekter og god variasjon i kosten. Vi sender med en meny til hver enkelt hvor det er mulig å velge ut i fra ukas tilbud.



- Du kan også bestille dessert til middagen. De er av den gode gammeldagse typen, som forskjellige puddinger og fruktgrøt. Du velger selv hvor mange porsjoner du vil ha i uken
- Maten kommer hjem til deg på døren og satt i kjøleskapet om det er ønskelig.

For bestilling kontakt
Anne Otkjær
tlf 400 31 054

Kostråd til eldre

Eldre mennesker har ofte dårlig matlyst, og de får ikke i seg nok mat for å dekke energibehovet per dag. Riktig og nok mat er viktig for den generelle almentilstanden og for å bli raskere frisk etter sykdom. Her er noen enkle råd for å forbedre matlysten og for å gjøre måltidene mer fristende

- Variasjon i kosten er viktig for å dekke behovet for vitaminer og næringsstoffer. Fet fisk, kjøtt, fugl, ost, margarin, egg, melk, yoghurt, frukt og grønnsaker er gode kilder.
- Spis mat du virkelig har lyst på og som frister
- Maten må være delikat. Den må se god ut og smake og lukte godt.
- Ta deg tid til å spise ved dekket bord i hyggelige omgivelser.
- Spis hyppige måltider, gjerne 3-4 timer mellom hvert måltid
- Rikelig væske hjelper på fordøyelsen og gir energi.
- Daglig bevegelse øker matlysten. Enkle ting du kan gjøre som er å gå til postkassen, en tur i hagen osv.
- Ta kosttilskudd i form av vitaminer, mineraler og tran hvis du har dårlig matlyst





Spørsmål?

Ronny Kløvfjell - Matgledekorpsset

Virksomhetsleder
Mat, vaskeri og praktisk bistand
Fredrikstad kommune