

Forskellighed  
*Få inspiration*  
Frihed  
*til bedre måltidsservice*  
Fleksibilitet  
*til ældre*



# Indhold

Indledning	4
Måltidsservice og de tre F'er	5
Når maden bringes ud	6
Invitér de ældre på café	8
Socialt samvær i plejecentre	9
Kun det spiste giver næring	10
Samarbejde fra køkken til bord	11
Det økologiske alternativ	12
Lad de ældre få ordet, og formulér en måltidspolitik	13
Erfaringsudveksling i Forum for Mad til Mange	14
Læs mere	15



# Indledning

Hver dag sætter omkring 125.000 ældre sig til bords og spiser et måltid, der er tilberedt og serveret under den offentlige måltids-service. Det er kommunerne, der står bag denne service, og som har ansvaret for de tilbud, der gives til ældre. Både de ældre, som bor i plejecentre, og de, der får mad bragt ud i deres hjem.

Et måltid er ofte et af dagens højdepunkter for de ældre. Samtidig har det stor betydning for deres sundhed og velbefindende. Hvis kommunerne indretter deres måltidsservice, så det imødekommer de ældres ønsker og behov bedst muligt, kan de forbedre de ældres ernæringstilstand og livskvalitet, og på den måde forebygge underernæring hos deres ældre borgere.

Mange kommuner gør i dag et stort arbejde for at tilpasse og udvikle en måltidsservice, der svarer til de ældres ønsker og behov. Hvordan de gør det, kan du finde gode eksempler på i denne pjece – en pjece, der har til formål at give kommuner ny inspiration til stadig udvikling og forbedring af deres måltidsservice til ældre.



## Måltidsservice og de tre F'er

Forskellighed, Frihed og Flexibilitet er centrale nøgleord, når den offentlige måltidsservice skal forbedres. Ældre mennesker er forskellige og har forskellige ønsker og ernæringsmæssige behov. Derfor er det en fordel, hvis kommunerne også kan have forskellige måltidstilbud. Det er samtidig vigtigt, at måltidstilbuddet er fleksibelt, så de ældre med kort varsel kan benytte sig af andre muligheder, som f.eks. at vælge et måltid fra på grund af en middagsinvitation.

De tre F'er – Forskellighed, Frihed og Flexibilitet – henviser bl.a. til de muligheder, som kommunerne har for at vælge:

- 1 forskellige leverandører af måltidsservice
- 1 forskellige spisesteder, som de ældre kan vælge mellem
- 1 forskellige leveringsintervaller samt
- 1 forskellige menuer.

# Når maden bringes ud

De sidste årtier er levering af færdige måltider til ældre i eget hjem blevet en stadig mere udbredt service i kommunerne. En service, der forventes at stige i omfang. For at måltider "langt fra køkkenet" kan blive en god oplevelse for de ældre, er det vigtigt at tage hensyn til de ældres forskellighed. Nogle foretrækker levering og besøg hver dag, mens andre sætter pris på friheden ved at modtage mad til en uge ad gangen.

I nogle kommuner kan den enkelte ældre vælge mellem et koldt eller varmt måltid til frokost. Andre steder kan der vælges mellem varm og kølet mad, eller der er etableret ordninger, så de ældre kan modtage halvfabrikata i stedet for færdig mad og selv færdiggøre måltidet.

Forudsætningen for en velfungerende måltidsservice, der imødekommer de ældres behov og ønsker, er, at der etableres en god dialog mellem leverandør og den ældre borger. Det kan eksempelvis ske ved, at en fast kontaktperson tager på besøg i hjemmet og spørger til tilfredshed, ønsker og behov. På den måde kan kommunen samtidig følge op på eventuelle tegn på underernæring, som er et problem for mange ældre.

---

I **Sydlangeland Kommune** har man valgt at lade hjemmehjælperne tage rundt til de hjemmeboende pensionister og tilberede maden til dem i deres eget hjem. Der kommer en hjemmehjælper to til tre gange om ugen. Denne køber ind og tilbereder mad til den hjemmeboende til to eller tre dage ad gangen. De hjemmeboende bestemmer selv dagens menu og deltager i madlavningen i det omfang, de magter. Kommunen valgte denne måde at tilberede mad på, fordi en borgerhøring blandt de hjemmeboende pensionister sagde nej til madudbringning af færdige menuer, der blot skal varmes.

6

---

*Yderligere oplysninger kan fås ved henvendelse til: Leder af hjemmehjælpen Sussi Nielsen. Telefon 62 57 11 70 mellem 12 og 13 på hverdage.*

---

I **Svendborg Kommune** lægger de stor vægt på de ældres frihed til at vælge, både hvad de har lyst til at spise, og hvornår det skal være. Efter en stor rationalisering af madproduktionen kan hjemmeboende pensionister hver dag vælge mellem 55 forskellige hovedretter og 35 biretter. For at sikre at der altid er de retter på menuen, som kunderne efterspørger, har man nedsat et smagspanel. Panelet prøvesmager og vurderer de enkelte retter og kommer ved jævnlige møder med køkkenet med idéer til menukataloget, der fornyes hver tredje måned. De mange valgmuligheder er en væsentlig årsag til, at stort set ingen pensionister i kommunen vælger madtilbuddet fra. Chaufførerne, der bringer maden ud til de hjemmeboende pensionister, holder øje med, om maden bliver spist, når de sætter ny mad i pensionistens køleskab. Hvis chaufføren observerer, at pensionisten ikke spiser sin mad, eller at temperaturen i køleskabet er forkert, følges umiddelbart op med et hjemmeplejebesøg.

---

*Yderligere oplysninger kan fås ved henvendelse til: Cheføkonoma Hanne Frostholm. Tlf. 63 21 59 43 eller kommunen 62 21 19 04, e-mail: SSKHAF@SVENDBORG-kom.dk.*



# Invitér de ældre på café

Mange plejecentre har indrettet caféer, hvor pensionister kan købe et måltid mad. Nogle steder kan caféerne både benyttes af pensionister, der er visiteret til madydelser og andre. Caféerne er således i vidt omfang drevet på "markedsvilkår".

Indbydende rammer om cafémiljøet og dens omgivelser samt sociale aktiviteter i tilknytning til caféen er vigtige elementer for at få ældre hjemmeboende til at samles og spise sammen. Andre steder er caféerne kun for beboerne i plejecentrene samt evt. pårørende, der har mulighed for at købe et måltid mad og spise med.

---

I **Holmegårdsparken i Charlottenlund** har man forsøgt at skabe et aktivt cafémiljø ved bl.a. at invitere gæstekokke, arrangere skiftende kunststillinger, musikarrangementer og udgive månedsbladet Cafényt. Der er tale om 3-4 arrangementer om måneden. Desuden har man indrettet sommercafé ved at inddrage 4 parkeringspladser, som man har indrammet af en ny hæk.

---

*Yderligere oplysninger kan fås ved henvendelse til: Ledende økonomi Alice Rinddal, tlf. 39630837.*

---

I **Områdecetret Strandby i Esbjerg** har man sat fokus på de ældres egne erfaringer med madlavning. Der afholdes temauger, hvor de ældre på skift fortæller om deres egne madopskrifter, som dagens menu baserer sig på. Desuden indgår de i menuplanerne fremover.

---

*Yderligere oplysninger kan fås ved henvendelse til: Økonoma Gitte Larsen tlf. 75 13 94 33, e-mail: vbl@esbjergkommune.dk.*

# Socialt samvær i plejecentrene

Som beboer i et plejecenter mister man kontakten til den daglige husholdning, som især for mange af de ældre kvinder har været en stor del af deres hverdag. I plejecentrene kan man med fordel lade de ældre være med til at tilberede og servere måltiderne. Ligesom de kan deltage, når menuen skal fastlægges, samt ved indkøb, madlavning, borddækning og pyntning af borde.

Det er vigtigt, at omgivelserne i form af indretning og møblement er rare og hyggelige, så de ældres mulighed for socialt samvær omkring måltidet forbedres. Samtidig ønsker mange selv at bestemme, hvem de vil spise sammen med. Men det er lige så afgørende, at personalet får mulighed for at spise sammen med beboerne, og at spisemiljøet ikke er præget af unødigt støj og stress.

---

I **Olivenhaven Plejecenter i Kolding** har man formået at skabe samvær omkring madlavning og måltid. I de enkelte boenheder kan beboerne fortsat tage del i hverdagens rutiner som f.eks. madlavning. Menuen planlægges i fællesskab af enhedens seks beboere og en medarbejder. Boenhedens fælles husholdningskasse afholder udgifter til mad, rengøringsartikler og vask. Derudover kan den også afholde udgifter til fælles brug som f.eks. udflugter, inventar og blomster. I Olivenhaven er hver boenhed indrettet med seks selvstændige boliger, stort fælles køkken, bryggers, spise- og opholdsafdeling samt et gæstetoilet. Med boenheder er det muligt at kombinere det bedste fra den selvstændige bolig med plejeboligens tryghed.

---

*Yderligere oplysninger kan fås ved henvendelse til: Sygeplejefaglig leder Jytte Elkjær, tlf. 79 32 79 01, e-mail: jyte@kolding.dk.*





# Kun det spiste giver næring

Gode ydre rammer og mad med høj kulinarisk værdi er vigtige ingredienser i god måltidsservice. Men også de ernæringsmæssige forhold skal være i orden. Det er først og fremmest personalets ansvar, at måltiderne opfylder de gældende kostanbefalinger. Mange ældre er underernærede og/eller småtspisende. Det er derfor særlig vigtigt, at den offentlige måltidsservice kan tilpasses de ældres forskellige behov. Det er vigtigt, at ændringer i den ældres appetit bliver opdaget tidligt, og at måltidstilbuddet umiddelbart bliver justeret. Dermed kan underernæring forebygges hos ernæringsmæssigt raske ældre, ligesom der kan arbejdes målrettet på at genoprette ernæringstilstanden hos underernærede og/eller småtspisende. Uanset om måltiderne tilberedes i et storkøkken eller af plejepersonalet i mindre boenheder, skal måltidernes ernæringsmæssige kvalitet overholde "Anbefalinger for den danske institutionskost".

---

I "Anbefalinger for den danske institutionskost" står der bl.a., at brugere af madservice typisk vil have brug for en energitæt menu, "Kost til småtspisende". Køkkenet i **Solrød Aktivitetscenter** har omsat dette i praksis. En række småtspisende modtagere af madservice blev spurgt om, hvad de foretrak at spise, når appetitten var mindst. På baggrund af besvarelserne udarbejdede man en energitæt menu. I praksis tager menuen udgangspunkt i "standardmenuen", men portionsstørrelserne er mindsket, og maden er beriget med piskefløde, energipulver m.m. Selvom der bliver brugt rigelig piskefløde o.a., er prisen på den energitætte menu ikke højere end standardmenuen, fordi mængden af kød og grøntsager er sat ned. Aktuelt får 85 pct. af beboerne på kommunens plejehjem den energitætte menu.

---

*Yderligere oplysninger kan fås ved henvendelse til: Økonoma Helle Lundberg, tlf. 56147700-2410, e-mail: hlu@solrod.dk.*

# Samarbejde fra køkken til bord

Kommunikation og samarbejde mellem de personalegrupper, der har med måltidsservice at gøre, er meget vigtig. Det nytter ikke, at køkkenet laver den bedste mad, hvis ikke den videre distribution og servering også er i orden.

I plejecentre og caféer har afdelingspersonalet ansvaret for at servere maden. Et tæt samarbejde mellem køkken og afdeling kan være med til at sikre, at køkkenets gode intentioner med maden bæres helt ud til buffeterne og spisebordene.

---

Samarbejdet mellem **Peder Lykke Centret** og hjemmeplejen i **Valby bydel i København** er et godt eksempel på tværfagligt samarbejde. Her har man sammen implementeret "Kost til småtspisende", som tilbydes til brugere, der opfylder en række kriterier i relation til ernæringstilstand. Selvom tilbuddet nu er blevet fast, er der fortsat et tæt samarbejde mellem køkken- og plejepersonale med jævnlige møder, hvor tilbagemeldingerne fra de ældre bliver diskuteret og menuen justeret herefter. Samtidig er der fortsat en tæt dialog mellem køkken og de ældre. Det er et krav, at køkkenet løbende skal have tilbagemelding om modtagernes vægt (udvikling). Resultaterne viser, at langt de fleste tager på i vægt. Aktuelt planlægger køkkenet et uddannelsesforløb af plejepersonalet bl.a. med fokus på, hvordan energiindholdet i dagens øvrige måltider kan øges.

---

*Yderligere oplysninger kan fås ved henvendelse til: Souschef Kristina Lyngevig, tlf. 32 87 81 38, e-mail: [klyngevig.suf@ipost.kk.dk](mailto:klyngevig.suf@ipost.kk.dk).*



# Det økologiske alternativ

Mange kommuner ønsker at anvende økologiske fødevarer som en naturlig del af fødevarerforbruget. I nogle tilfælde opstår der tvivl om, hvorvidt det betyder, at madtilbuddet skal laves helt om. Erfaringer fra flere kommuner viser imidlertid, at det sagtens kan lade sig gøre at erstatte en del fødevarer med tilsvarende i økologisk kvalitet, uden at det betyder ændringer i det færdige måltidstilbud.



I plejehjemmet **Solgaven i Vejle** har beboerne stor glæde af årstidsvariationen på menuen. Det er sket, efter at køkkenet har taget initiativ til indkøb af økologiske fødevarer. Køkkenets planlægning og indkøb efter sæsonudbuddet betyder bl.a., at budgettet ikke er steget på trods af, at de ældre spiser flere grøntsager, og at de økologiske varer er dyrere.

Solgavens køkken har via et netværkssamarbejde mellem Vejle Amt og de fem omkringliggende kommuner deltaget i projektet Miljøvenlige Storkøkkener. Før samarbejdet udgjorde de økologiske fødevarer 28 pct. Ved projektstart var målet 40 pct. I dag udgør køkkenets økologiske fødevarer 51 pct.

Det økologiske fødevalevalg er for køkkenet en naturlig følge af flere års arbejde med besparelser på el, vand og varme samt affaldssortering. Solgaven er fællesnavn for Dansk Blindesamfunds fem plejehjem, som er specielt indrettet for blinde og svagsynede.

*Yderligere oplysninger kan fås ved henvendelse til: Økonoma Anne Marie Lange, tlf. 75 81 62 11, e-mail: koekken@solgaven.vejleamt.dk.*

# Lad de ældre få ordet, og formulér en måltidspolitik

Tidligere har de ældre kun haft ringe indflydelse på den tilbudte måltidsservice. I dag ønsker mange kommuner at inddrage de ældre, f.eks. ved at undersøge deres tilfredshed med måltidstilbuddet og ved at have kontaktpersoner ansat, som besøger de ældre.

Brugerundersøgelser kan være et vigtigt led i den kvalitetsstyring, som kommunen gennemfører, hvad enten den selv står for produktionen, eller den udføres af andre. Det er vigtigt, at ledelse og alle berørte medarbejdere bakker op om at gennemføre brugerundersøgelser, ligesom der på alle niveauer skal være vilje til at foretage ændringer på baggrund af resultaterne.

Nogle steder bliver de ældre inddraget i den langsigtede planlægning af måltidsservicen, f.eks. ved at kommunen debatterer udformningen af en måltidspolitik med de kommende brugere.

---

## Hvad er en måltidspolitik?

En måltidspolitik er en forpligtende og politisk vedtaget formulering af de målsætninger, som kommunen, amtet eller institutionen har med den måltidsservice, den er ansvarlig for.

---

Måltidsservice er ikke blot en driftsopgave – det er også et politisk ansvar. Stadig tilpasning og udvikling af den tilbudte måltidsservice er en nødvendig styringsopgave for kommunerne. Derfor er det vigtigt, at der træffes en række valg – valg, der er politiske.

Den kommunale måltidspolitik er et af elementerne når kommunalbestyrelserne én gang årligt skal udarbejde kvalitetsstandarder for personlig og praktisk hjælp. Indholdet, omfanget og udførelsen af den offentlige måltidsservice bliver dermed synliggjort, og det bliver muligt at sammenholde den faktiske indsats med den måltidspolitik, der er besluttet af kommunen. Formulering af en måltidspolitik er et godt udgangspunkt for en god måltidsservice til de ældre borgere.

# Erfaringsudveksling i Forum for Mad til Mange

**Forum for Mad til Mange** blev nedsat i efteråret 1998. Med baggrund i Betænkning om offentlig kostforplejning besluttede Fødevaredirektoratet i samarbejde med Sundhedsstyrelsen at samle interessenter og offentlige myndigheder på storkøkkenområdet i dette forum. Målet er, gennem øget dialog og samarbejde, at medvirke til at forbedre den offentlige måltidsservice og det tværsektorielle samarbejde på området.

I **Forum for Mad til Mange** sidder p.t. repræsentanter fra Fødevaredirektoratets Storkøkkencenter, Sundhedsstyrelsen, Amdsrådsforeningen, Kommunernes Landsforening, FOA, HORESTA, Forbrugerrådet, IT- og Forskningsministeriet, Socialministeriet, Undervisningsministeriet, Levnedsmiddelcentret, Den Kongelige Veterinær- og Landbohøjskole, Københavns Kommune, Frederiksberg Kommune, Herlev Kommune, Foreningen af Kliniske Diætister og Økonomaforeningen. Sekretariatet er placeret i Fødevaredirektoratets Storkøkkencenter.

**Forum for Mad til Mange** åbner til august en projektdatabase på Internettet med adressen [www.madtilmange.dk](http://www.madtilmange.dk). Her skal projektbeskrivelser og erfaringer fra de mange lokale projekter, som amter, kommuner og institutioner gennemfører, samles. Baggrunden for udviklingen af projektdatabasen er et ønske om at samle viden om projekter på storkøkkenområdet ét centralt sted, så alle aktører på dette område får mulighed for at udveksle og drage nytte af hinandens erfaringer. Projektdatabasen vil blive tilgængelig for alle for såvel indskrivning som søgning. Det bliver også muligt at finde et debatforum, hvor man kan stille spørgsmål og bidrage med synspunkter og idéer.



## Læs mere

### **Anbefalinger for den danske institutionskost**

FødevarerRapport 2000:8, Økonomiskolen i København og Ministeriet for Fødevarer, Landbrug og Fiskeri, Fødevaredirektoratet. 155 sider. Kr. 250,00 inkl. moms.

### **Du er dem du spiser sammen med – et brugerperspektiv på den offentlige måltidsservice**

FødevarerRapport 2000:09, Fødevaredirektoratet. 45 sider. Kr. 58,00 inkl. moms.

### **God mad gi'r livsglæde – undervisningsmateriale til brug inden for måltidsservice til ældre**

FødevarerRapport 2001:02, Fødevaredirektoratet. Mappe med 95 sider inkl. 25 transparenter, der viser måltidsforslag. Kr. 148,00 inkl. moms.

### **Offentlig måltidsservice til ældre – et inspirationsmateriale til kommuner og amter om ældre og ernæring**

FødevarerRapport 2000:17, Fødevaredirektoratet. Mappe med 109 sider samt pjecer. Kr. 88,00 inkl. moms.

Publikationerne kan bestilles hos boghandlere eller hos Statens Information, telefon 33 37 92 28, fax 33 37 92 80 eller e-post: [sp@si.dk](mailto:sp@si.dk).

Se også: [www.madtilmange.dk](http://www.madtilmange.dk)



## Forskellighed, frihed, fleksibilitet – få inspiration til bedre måltidsservice til ældre

Socialministeriet og Fødevarerektoratet 2001

1. udgave, 1. oplag, 4000 eks.

Research: Cand.agro. journalist Henning Klarlund; cand.brom. ph.d. Bent Egberg Mikkelsen;  
antropolog Jens Kofod; klinisk diætist Anne Marie Beck, Fødevarerektoratet

Redigering: Cand.scient.soc. Mette Elsig, Fødevarerektoratet

Grafisk design: Rumfang

Foto: Sonja Iskov, side 1

Jørgen Schytte, side 2, 7, 9, 11, 12, 14

Anne-Li Engström, side 3

Marianne Grøndahl, side 5

Heine Pedersen, side 16

Tryk: Fihl Jensen



**SOCIALMINISTERIET**

**Ministeriet for Fødevarer, Landbrug og Fiskeri**  
Fødevarerektoratet

