



<b>Dokumentnamn</b> Rutin för måltider, måltidsmiljö samt riktlinjer för smakportioner			
<b>Typ av dokument</b> Rutin		<b>Organisation</b> Hälsa-, vård- och omsorgsförvaltningen	
<b>Dokumentägare</b> Enhetschefsnätverket Säbo		<b>Framtaget av</b> Staben, avdelning särskilt boende och FoU, Strategiska utvecklingsavdelningen	<b>Diarienummer</b>
<b>Beslutsdatum</b> 2019-01-22	<b>Revisionsdatum</b> 2019-06-13	<b>Bör uppdateras före</b> 2020-12-31	<b>Gäller till</b>

## Rutin för måltider, måltidsmiljö samt riktlinjer för smakportioner

Maten har stor betydelse för vårt välmående och måltiden ska vara en av dagens höjdpunkter för brukarna. Rutinen beskriver det som alla medarbetare ska arbeta utifrån för att skapa goda måltidssituationer för brukarna på Malmö stads särskilda boenden.

### Arbetsätt

#### Förhållningssätt för dygnets alla måltider

Som medarbetare ska du arbeta hälsofrämjande med att stärka och fokusera på friska funktioner hos varje brukare genom att du:

- ger varje brukare ett gott bemötande som är personligt och individuellt
- inkluderar varje brukare till att bli delaktig i så stor utsträckning som möjligt kring sin egen måltidssituation
- är lyhörd inför varje brukares behov och önskemål så att alla får möjlighet att påverka sin måltidssituation
- erbjuder varje brukare valmöjligheter efter förmåga och önskemål
- aktivt stödjer och motiverar varje brukare till självhjälp
- skapar sociala sammanhang med gemensamma måltider

#### Goda matvanor

Som medarbetare ska du arbeta för goda matvanor genom att du:

- serverar måltiderna regelbundet och jämnt fördelat över dagen
- erbjuder brukarna tre huvudmål och två till tre mellanmål varje dag
- ser till att brukarnas nattfasta inte är längre än elva timmar
- ser till att brukarens önskemål och behov kring måltider finns dokumenterad i genomförandeplanen och följer den
- arbetar för att mat- och boenderåd inom varje boende erbjuds och arrangeras

## Hygien

För god och säker hantering av livsmedel ska du som medarbetare:

- följa de basala hygienreglerna
- följa rutiner i egenkontrollprogram för varje kök i respektive boende

## Riktlinjer för smakportioner - omsorgsmåltid

Måltidsmiljön ska vara trivsamt och trygg för att skapa en god måltidssituation för brukaren.

Du som medarbetare arbetar med omsorgsmåltid genom att du:

- sitter ner vid bordet under hela måltiden
- som sitter med vid bordet tar en liten smakportion (motsvarande assiett) och deltar på så vis i den gemensamma måltiden
- är en förebild för brukare som behöver stöd i att komma ihåg hur man gör när man äter
- tänker på att det inte är tillåtet att äta en komplett måltid eller äta av brukares mat på annat sätt än vid omsorgsmåltid

## FAMM

Rutinen bygger på den vetenskapligt framtagna modellen FAMM - Five Aspects of Meal Model, dvs. en modell som belyser fem aspekter på måltiden. Dessa aspekter skapar tillsammans hela måltidssituationen och samspelet mellan de fem delarna är avgörande för en god måltidssituation.

Modellen som är framarbetad av Restauranghögskolan, Grythyttan används inom många olika områden bland annat för måltider inom äldreomsorgen.

1. **Rummet** är platsen där måltiden intas. Här är det viktigt med dukning, ljud, ljus, färg och form.
2. **Mötet** handlar om bemötande och hur samspelet fungerar mellan personal och personal samt brukare.
3. **Mat och dryck**, handlar om alla matkomponenter och drycker som serveras under måltiden samt portionsstorlek och tillbehör.
4. **Styrsystemet** handlar om rutiner och organisation kring maten och måltidssituationen.
5. **Atmosfären/stämningen** är resultatet av hur väl de olika aspekterna samspekar. Måltidssituationen ger en helhetsupplevelse.

## Att förbereda, tänka på och göra inför måltiden

### Rummet

Inför måltiden behöver du se över rumsmiljön så att den ger ett trevligt och ordnat intryck, och att information om maträtt finns synlig.

### Rumsmiljö

Som medarbetare arbetar du för att:

- rummet ska ge ett trevligt och ordnat intryck
- det ska vara rent och undanplockat på matborden
- inget arbetsmaterial eller annat som inte hör till måltiden ska finnas på borden
- belysningen ska vara god så att brukaren så tydligt som möjligt ser det som finns på matbordet och tallriken
- möblering av borden är anpassade för att skapa plats och gemenskap och en god sittställning för både stol och rullstol
- rumstemperatur i rummet är god

### Meny

- dagens måltider ska presenteras skriftligt och väl synligt för brukarna på t.ex. en tavla
- en planerad veckomatsedel för måltiderna skall finnas väl synlig för brukarna

### Dukning

- matbordet dukas tidigast 30 minuter före måltid
- det som står på bordet ska tillhöra kommande måltid
- salt, peppar och eventuellt andra kryddor ska finnas på borden till varje måltid
- bordstablett samt pappersservett ska finnas på bordet
- servisen som används ska vara enhetlig och hel
- servisen anpassas vid behov som t.ex. specialbestick, pip-mugg m.m.
- dukningen ska tydligt visa om det är vardag, helg eller högtid
- bordet ska dukas med säsongsbunden dekoration som t.ex. blommor, LED-ljus, annan utsmyckning eller pynt
- serveringsfat och tallrikar bör värmas till måltid som ska serveras varm
- värmeplatta eller kylplatta ska användas vid behov

## Att tänka på och göra under hela måltiden

### Möten med gott bemötande

Goda möten skapas genom ett gott bemötande. Under hela måltiden är det viktigt att vara medveten om och lyhörd för brukarnas behov. Brukaren ska vara i centrum och bli sedd och hörd under hela måltiden. Medarbetare bemöter varandra trevligt och med respekt. Medarbetare har en tydlig arbetsfördelning under måltiden.

Som medarbetare ska du:

- fråga brukarna på ett värdigt sätt om de önskar skydd för kläderna och om möjligt göra dem delaktiga i påtagningen
- så långt det är möjligt möta upp varje brukares behov och önskemål under hela måltiden
- aktivt stödja och motivera brukarna till självhjälp
- stimulera och uppmuntra till att goda samtal förs vid borden
- samtala med brukarna och inte prata privat eller arbetsrelaterat under måltiden
- se till att brukarna är i fokus hela måltiden
- om möjligt sitta med vid bordet och äta en smakportion
- se till att det finns en tydlig arbetsfördelning under måltiden

### Mat och dryck

Vid serveringen av mat och dryck är det viktigt att du som medarbetare har brukaren i fokus under hela måltiden. Du ska skapa förutsättningar så att brukaren efter förmåga kan vara delaktig och påverka sin måltidssituation. Du ska uppmuntra brukaren till självbestämmande och självständighet under måltiden.

### Presentation av maten och valmöjlighet

Som medarbetare ska du se till att varje brukare:

- får måltiden muntligt presenterad för sig, även de som äter specialkost och konsistensanpassad mat
- får presenterat vilka komponenter huvudrätt och efterrätt består av, och vilka tillbehör som erbjuds
- erbjuds val av måltidsdryck
- får frågan om portionsstorlek
- erbjuds lämpliga tillbehör till maten
- erbjuds salt, peppar och eventuellt andra kryddor
- får erbjudande om mer mat och dryck under måltiden

## Efterrätt

Efter varmrätten vid lunchtid ska brukaren:

- få erbjudan om efterrätt
- få efterrätten presenterad muntligt
- få frågan om portionsstorlek
- få frågan om eventuella tillbehör

## Att tänka på gällande arbetsfördelning och organisation inför och under måltiden

### Styrsystem – organisation och rutiner kring måltiden

För att kunna skapa en lugn och trygg måltidssituation ska du som medarbetare bidra till att alla tydligt vet vem som gör vad inför och under måltiden.

Som alla medarbetare ska du arbeta för att skapa en lugn, trygg och trivsamt måltidssituation genom att:

- en medarbetare har huvudansvar för att organisera maten
- ansvarsfördelningen ska vara tydlig så att alla vet vad de ska göra under måltiden
- så få medarbetare som möjligt arbetar med måltiderna
- en medarbetare bör sitta med vid varje bord och deltar i måltiden för att stödja brukarna
- medsittande medarbetare bör äta en liten smakportion under måltiden, samma som brukarna blir serverade
- inget personalbyte bör ske under måltiden
- önskvärt är att medarbetare som deltar i måltiden inte ansvarar för att svara på larm och i telefon
- brukarna ska ges möjlighet att tvätta händerna innan måltiden
- maträtten som serveras stämmer överens med den skrivna menyn och den muntliga presentationen av måltiden
- maten är fint upplagd och serverad från serveringsfat eller skålar på borden eller på vagn, väl synligt
- brukarna serveras i tur och ordning så att ingen behöver vänta på maten orimligt länge
- brukarna uppmuntras till att själva lägga upp mat på sin tallrik efter egen förmåga
- brukarna erbjuds specialbestick vid behov
- brukarna får erbjudan om mer mat
- se till att brukarna får sitta så länge som behövs för att kunna äta i lugn och ro

## Äthjälp

Som medarbetare arbetar du med att:

- de brukare som behöver hjälp att dela maten får detta på ett värdigt sätt
- äthjälpen ges så värdigt som möjligt och att brukare får möjlighet att inta måltiden i lugn och ro
- brukare som får äthjälp endast får lämnas i nödfall/akuta situationer
- se till att brukarna har en god sittställning under hela måltiden

## Att tänka på för en god stämning inför och under måltiden

### Atmosfär och stämning

För att skapa en god och harmonisk stämning för brukarna under måltidssituationen behöver du som medarbetare vara uppmärksam på t.ex. buller, spring i matsalen, arbetsprat m.m.

Som medarbetare bidrar du till att skapa en god och harmonisk måltidssituation genom att:

- tv, radio, diskmaskin etc. är avstängt under måltiden om inte de boende själva önskar annat
- inte prata privat med kollegor eller prata om jobb under måltiden
- se till att måltidsrummet är en lugn plats utan spring av kollegor med flera
- se till att buller och annat störningsljud minimeras
- genom att vänta med att duka av mattallrikar, porslin och karotter tills att alla har ätit färdigt
- vänta med disken tills alla har avslutat måltiden för att undvika buller och spring

## Ansvar

För att *rutinen för måltider, måltidsmiljö samt riktlinjer för smakportioner* ska kunna följas vid varje måltidstillfälle klargörs här vem som ansvarar för vad.

All **omvårdnadspersonal** ansvarar för att följa *rutinen för måltider, måltidsmiljö samt riktlinjer för smakportioner* vid varje måltidstillfälle. Personal ska observera förändringar eller avvikande kostintag hos brukare. Detta ska dokumenteras och rapporteras till ansvarig sjuksköterska samt sektionschef.

**Måltidsombud** på respektive boendenhet ansvarar för att organisera mat- och boenderåd minst två gånger per år. Syftet med mat- och boenderåd är att värna om brukarnas mat- och näringsintag samt skapa delaktighet för brukarna. I samråd med sektionschef genomför måltidsombud måltidsobservationer.

**Sektionschef** ansvarar för att samtlig personal såväl ordinarie som vikarier och praktikanter känner till *rutinen för måltider, måltidsmiljö samt riktlinjer för smakportioner*. Sektionschef ansvarar för att ordinarie personal har grundläggande kunskaper kring mat, måltider och nutrition för äldre. Syftet är att kunna erbjuda god mat av bra kvalitet och en positiv måltidsupplevelse för brukarna.

Sektionschef ansvarar för att rutinen används och följs upp. Rutinen följs upp på respektive boendenhet, genom att använda material för observationer av måltid minst en gång årligen. Sektionschef ser till att lämpliga förbättringsåtgärder genomförs efter resultat av måltidsobservationer.