

# Måltidsprogram för hemtjänsten

---

Typ av styrdokument: Måltidsprogram  
Beslutande instans: Vård- och omsorgsnämnden  
Datum för beslut: XXXX-XX-XX  
Diarienummer: 2025.013 VON

Gäller för: Särskilt boende  
Dokumentansvarig: Kostekonom

# Innehåll

<b>Bakgrund</b> .....	<b>3</b>
<b>Syfte</b> .....	<b>3</b>
<b>Mål</b> .....	<b>3</b>
<b>Personalkategori</b> .....	<b>3</b>
<b>Måltidsprogram för hemtjänst</b> .....	<b>4</b>
Integrerad .....	4
Valfrihet/den enskildes påverkan .....	4
Trivsam .....	4
Måltidsmiljö.....	4
Goda måltider .....	5
Miljösmarta måltider .....	5
Näringsriktiga måltider .....	6
Säkra måltider.....	6
Säkerhet / livsmedelshygien .....	6
<b>Kvalitet</b> .....	<b>7</b>
<b>Ansvarsfördelning</b> .....	<b>7</b>
<b>Uppföljning och kvalitetssäkring</b> .....	<b>7</b>
<b>Måltidspolitiska program/ dokument som styr måltidsverksamheten</b> .....	<b>8</b>

# Bakgrund

Alingsås kommun arbetar efter värdegrunden att den "äldre ska leva ett värdigt liv och känna välbefinnande". Där man ska värna om Brukarnas privatliv, självbestämmande, delaktighet, individanpassning och kroppslig integritet. Den enskilde Brukaren ska även kunna påverka genomförandet av insatserna och tidpunkterna för service, omvårdnad och aktiviteter samt ha eget inflytande och ges möjlighet till egna val enligt kvalitetskrav för hemtjänst. Verksamheten har ett ansvar för att den äldre får den energi- och närings-tillförsel som behövs för att förebygga undernäring.

# Syfte

Syftet med måltidsprogrammet är att det ska finnas ett styrande och vägledande dokument som ska kvalitetssäkra all måltidsverksamhet och ge en enhetlig syn när det gäller måltiderna inom hemtjänstens verksamhet. Programmet ska vara politiskt beslutat och förankrat samt vara ett stöd för personalen inom vård och omsorg.

# Mål

Måltidsprogrammet ska vara en ram för personer som har beviljat bistånd vid inköp och måltidssituationer i hemmet enligt beslutade riktlinjer, samt användas som en plattform i samarbetet mellan vårdpersonal och brukare.

# Personalkategori

De som omfattas av måltidsprogrammet är socialsekreterare, enhetschefer, sjuksköterskor, arbetsterapeuter/ fysioterapeuter, vårdpersonal inom hemtjänsten och personal inom kostenheten.

# Måltidsprogram för hemtjänst

Måltiden i Alingsås kommun ska följa Livsmedelsverkets rekommendationer för äldre och sjuka samt sträva efter att följa Socialstyrelsens skrift "Att förebygga och behandla undernäring". Som stöd i arbetet med målformulering och uppföljning av måltidernas kvalitet har Livsmedelsverket en måltidsmodell i form av ett pussel. Modellen består av sex områden. Nationella riktlinjerna för måltider i äldreomsorgen utgör övergripande rekommendationer för hur verksamheterna bör arbeta för att skapa måltider som bidrar till välbefinnande och god hälsa. De kan också vara ett stöd vid policyarbete och upphandling av måltider. Bra måltider är viktiga för såväl friska som sjuka äldre. Bra måltider utifrån Livsmedelsverkets riktlinjer bör därför utgöra grunden för all måltidsplanering i äldreomsorgen



## Integrerad

### Valfrihet/den enskildes påverkan

Den enskilde ska kunna påverka när och var måltiden ska intas, vilken mat man önskar äta samt storleken på sin portion. Den enskilde ska ha möjlighet att framföra sina önskemål och åsikter kring maten och för personer med hemtjänst ges möjlighet att vara delaktig i planering. Den enskilde ska få individuellt anpassat stöd som behövs i valet av mat, uppvärmning samt enklare tillagning kring frukost och kvällsmat som till exempel gröt i linje med myndighetsbeslut.

Det finns en genomförandeplan för dygnets alla måltider och tydlig arbetsfördelning. Måltiderna bidrar till verksamhetens värdegrund.

## Trivsamt

### Måltidsmiljö

Den enskilde ska kunna påverka måltidsmiljön, exempelvis dukning och bordsplacering. Den enskilde ska ges möjlighet att själv ta mat och ges tillräckligt med tid för att kunna äta i lugn och ro i en miljö som den enskilde upplever som trevlig. Om behov finns ska den enskilde under hela måltiden få stöd/hjälp anpassade efter sitt behov för att kunna inta maten enligt beslutade riktlinjer för biståndshandläggning.

För personer med hemtjänst kan sällskap vid måltiderna vara viktigt för att känna trygghet och göra att maten faktiskt äts upp. Då behöver hemtjänsten organiseras så att det finns tillräckligt med tid i hemmet, så att den äldre inte känner sig stressad att äta snabbt. Det ger också möjlighet för personalen att notera eventuella svårigheter i samband med måltiden, vilka kan behöva utredas och åtgärdas enligt myndighetsbeslutet.

Den sociala måltidsmiljön, hur den äldre blir bemött före, under och efter måltiden, vilken attityd och servicegrad personalen har, påverkar upplevelsen av måltiden.

## **Goda måltider**

En av de allra viktigaste egenskaperna hos en bra måltid är att den smakar gott. Goda och lustfyllda måltider lockar aptiten och bidrar till livskvalitet.

Många som får mat levererad till sitt hem kommer att ha denna service i många år. Det behövs därför ett brett, och med årstiderna varierande, utbud för att maten inte ska upplevas som enformig. Möjligheten att välja mellan flera rätter, komponenter och tillbehör kan också bidra till ökad matlust.

Om måltidens olika delar komponeras ihop i de äldres hem bör det finnas instruktioner och tips på hur detta ska ske på bästa sätt. Det kan till exempel gälla lämpliga tillbehör, serveringsförslag och hur eventuell uppvärmning av en komponent ska ske.

Det är den som äter som bestämmer vad som är gott. Redan innan man smakar på maten finns en föreställning om vad som är god mat. "Äldre" är inte en homogen grupp utan består av individer med olika livsstilar och matkulturer, vilka format personens matvanor genom åren. Av denna anledning är det viktigt att valet av maträtter och presentationen av dem utgår från vanor och önskemål hos dem som ska äta.

En av de viktigaste faktorerna för upplevelsen är därför att själv få möjlighet att vara med och bestämma över den mat man ska äta.

## **Miljösmarta måltider**

Även om måltiderna i hemtjänsten utgår från individens önskemål finns det ofta möjlighet att minska miljöpåverkan genom att göra miljösmarta val inom respektive livsmedelsgrupp. En del mat har stor påverkan på miljön, en del har mindre.

Personalen ska vara rådgivande till den enskilde så att de kan göra de bästa valen utifrån etiska och miljömässiga utgångspunkter.

Avfall ska källsorteras, energiåtgång och transporter minimeras.

## Näringsriktiga måltider

Personalen ska arbeta aktivt med råd och stöd för att den enskilde ska få sitt energibehov tillgodosett med en näringsriktig mat, så att god hälsa behålls och att åtgärder vidtas om hälsan försämras.

Personalen ska ge stöd i att måltiderna sprids över dygnet med helst tre huvudmål och tre mellanmål och vara observant på om brukarens nattfasta överstiger elva timmar.

Personalen ska uppmärksamma om det finns särskilda behov, såsom exempelvis högre energi-/näringsintag eller konsistensanpassad mat, och i dessa fall vidta åtgärder.

För äldre personer ska Livsmedelsverkets riktlinjer om bra mat i äldreomsorgen följas. Det är viktigt att hemlevererad mat har hög näringstäthet, det vill säga en hög koncentration av näringsämnen per energienhet. Hemlevererad mat ska vara väl sammansatt, variationsrik och näringstät och hänsyn ska tas till tugg/sväljsvårigheter. När konsistensanpassad mat serveras ska den vara tillagad som timbal eller grov paté, den ska inte passeras

## Säkra måltider

Personalens kompetens

Personalen ska ha så goda kunskaper om maten och måltidens betydelse för äldres hälsa och välbefinnande, att de kan erbjuda den enskilde måltider av god kvalitet.

All personal som berörs av mat och måltider ska ha goda kunskaper om livsmedelshygien och känna till och följa gällande lagstiftning, avtal, bestämmelser och riktlinjer. Ledning och personal ska kontinuerligt utbildas med hänsyn till ansvar, befogenheter, arbetsuppgifter och lagstadgade krav.

## Säkerhet / livsmedelshygien

Alla livsmedel ska hanteras på ett säkert sätt så att ingen blir sjuk på grund av felaktig hantering av maten. Det är viktigt att personalen har kunskap om livsmedelssäkerhet och det ska finnas rutiner för hur faror ska hanteras, förebyggas och åtgärdas. Det gäller även då omsorgstagarna hjälper till med mat- och måltidsförberedelser. Det behövs särskilda rutiner för att säkerställa att omsorgstagare med allergi och överkänslighet inte blir sjuka av maten.

## Kvalitet

Den enskilde ska kunna känna sig mätt och belåten efter varje måltid.

Personalen behöver ha god kunskap om personens behov utifrån exempelvis energi och näring, ätsvårigheter eller allergi samt vilka livsmedel som är lämpliga eller bör undvikas.

Att som personal ta reda på den äldres behov och önskemål kring mat och måltider är grunden för måltidsarbetet. Personalen ska vara väl insatt i den enskildes medicinska problem och övriga önskemål så att den enskilde kan rekommenderas rätt mat.

Viktig information som har betydelse för matsituationen ska vara dokumenterad i genomförandeplanen.

## Ansvarsfördelning

Det ska finnas tillgång till specialkompetens inom exempelvis nutrition och måltidshjälpmedel, som personalen kan vända sig till vid behov av stöd.

Verksamheten och nämnden ansvarar inte för den enskildes mat i det egna hemmet, men ska sträva efter en god och säker mathantering och stödja den enskilde kring mat och måltid.

Ansvaret vilar på den som är chef för verksamheten att brukare med beviljade hemtjänstinsatser får den hjälp man enligt sitt myndighetsbeslut har rätt till.

## Uppföljning och kvalitetssäkring

Matens kvalitet och brukarnas nöjdhet kring mat och måltid ska regelbundet följas upp och redovisas till nämnden. Detta görs en gång per år i mars.

# Måltidspolitiska program och dokument som styr måltidsverksamheten

Nordiska näringsrekommendationer, 2023 Nordiska ministerrådet

Nordiska näringsrekommendationer 2023

Nationella riktlinjer för måltider i äldreomsorgen, 2024, Livsmedelsverket

Nationella riktlinjer för särskilt boende

Att förebygga och behandla undernäring - Nationellt kunskapsstöd i hälso- sjukvård och socialtjänst, 2023, Socialstyrelsen

Att förebygga och behandla undernäring

Livsmedelsprogram för Alingsås kommun, 2021-03-31, § 20 KF