

Et liv med sund og nærende kost

Kostpolitik i Ældreservice



tæt på livet 

| | |
|---------------------|----|
| Udvalgsformanden | 3 |
| Formål | 4 |
| Kvalitet | 4 |
| Traditioner | 4 |
| Fleksibilitet | 6 |
| Valgmuligheder | 8 |
| Ernæringsvejledning | 10 |



Udvalgsformanden

Kostpolitikken er en vigtig delpolitik til Sønderborg Kommunes ældrepolitik og er udarbejdet, fordi kost er en af de indsatser, som borgere, politikere, medarbejdere og ledere i Ældreservice har peget på som særlig vigtig for den enkelte borgers sundhed og velvære. En sund og varieret kost giver mere energi, bevarer færdigheder og forebygger samtidig en række sygdomme. Modsat kan en mangelfuld kost føre til træthed, appetitløshed, nedsat fysisk funktionsevne, nedsat hukommelse og øget sygelighed.

Undersøgelser viser, at borgere, der modtager hjemmepleje eller bor på plejehjem, ofte har behov for en ekstra ernæringsindsats. Fejlernæring er udbredt hos svækkede ældre, hvor undervægt, risiko for undervægt sammen med mangel på næringsstoffer og overvægt er hyppigt forekommende. Det øger risikoen for sygdomme og langsommere helbredelse. Resultatet af fysisk træning er i høj grad også afhængig af en god ernæringsindsats. Fejlernæring eller en mangelfuld ernæringstilstand kan medføre, at livskvaliteten og livslysten kan falde og behovet for pleje stige.

Med kostpolitikken forpligter Sønderborg Kommune sig til at sikre det bedst mulige kosttilbud til beboere på plejehjem og borgere visiteret til madservice i eget hjem. Kostpolitikken er udgangspunktet for en god dialog mellem borgere, pårørende, politikere og medarbejdere. Den er ligeledes et nødvendigt redskab til en tydelig opgave- og ansvarsfordeling mellem myndighed og leverandør.

Kostpolitikken bygger på ældrepolitikens værdier **nærvær, tryghed og respekt** og de fokusområder i politikken, der er valgt for at understøtte værdierne.

*Jesper Rosanes,
formand for seniorudvalget*

Godkendt af Sønderborg Byråd den

Formål

Formålet med kostpolitikken er at fremme sundheden og forebygge sygdomme hos ældre. For at kunne levere det bedst mulige tilbud om madservice er den enkelte borgers behov og ønsker i centrum. Fokusområderne i kostpolitikken er: Kvalitet, traditioner, fleksibilitet, valgmulighed, ernæringsvejledning, kræsekost og information.

I forbindelse med udformningen af tilbud om madservice på ældreområdet er der fokus på alle disse områder.

Kvalitet

Kravene til ældreområdets kosttilbud er, at kosten er af høj ernæringsmæssig, gastronomisk og fødevarerhygiejnisk kvalitet.

Leverandøren overholder retningslinjerne for energi- og næringsindhold for den danske institutionskost og kan skriftligt dokumentere dette. Med stigende alder falder energibehovet. Næringsbehovet falder derimod ikke, og det skærper kravene til næringsindholdet i mad og drikke, som tilbydes borgere tilknyttet ældreområdet. Mange borgere i ældre- og plejeboliger er kronisk syge og/eller svækkede. De kan have tygge- eller synkeproblemer og nedsat funktionsevne, som der må tages hensyn til. Kosttilbuddet er tilpasset de ældres forudsætninger for at spise og drikke.

Traditioner

I Danmark er det at spise forbundet med mange traditioner. Der er tradition for at mødes omkring et måltid, og for de fleste er der i høj grad noget socialt forbundet med at spise. Man spiser sammen med andre mennesker, som man godt kan lide og selv har valgt at spise sammen med. Måltidet er typisk forbundet med glæde og positive oplevelser af såvel samvær som selve maden.

Ældreservice finder det positivt, når borgere finder sammen i spisefællesskaber enten på plejehjem, i eget hjem eller dagcentre. Medarbejderne vil gerne bakke op omkring og hjælpe med at iværksætte sådanne fællesskaber.

Maden er sammensat på følgende måde:

- Sæsonbestemt – brug af årstidens grøntsager
- Tilbud om traditionel dansk mad
- Tilbud om egnsretter
- Opmærksomhed på nye tendenser

Derudover er maden

- Veltillavet
- Ser indbydende ud
- Smager og serveres, så borgerne får lyst til at spise den
- Inspiration til sundere madvaner
- Kostberegnet
- Et aktivt led i en eventuel genoptræning eller medicinsk behandling.
- Produceret, håndteret og serveret i overensstemmelse med gældende lovbestemte hygiejniske principper for fødevarer håndtering



Fleksibilitet

Det er vigtigt, at der er plads til fleksibilitet i forhold til, hvornår der spises og med hvem. Borgere, der modtager madservice, er afhængige af, at andre tilbereder maden til dem. Personalet har derfor fokus på borgernes forskellighed.

For visiterede borger i eget hjem gælder

- At måltidet kan spises alene i eget hjem på et tidspunkt, der passer med borgerens døgnrytme. Ved visitering kan måltidet indtages i et dagcenter/daghjem, eller borgeren kan benytte sig af et af kommunens cafeteriaer.

For beboere på plejehjem gælder

- På det enkelte plejehjem indrettes de fysiske rammer, så spisetilbud er indbydende for den enkelte beboer. Tidspunkter kan varieres, og sammensætningen af beboere og personale omkring et bord tager hensyn til vaner, sprog, sygdom mv.
- Beboeren kan vælge at spise i egen lejlighed
- Ved arrangementer indbydes beboeren til at spise med i fælles festlokale
- Personalet skaber sammen med beboeren oplevelser omkring måltidet. Det kan være at hjælpes ad med dele af måltidet, at bage kage, grille etc.
- Småtspisende beboere vil på nogle af plejecentrene kunne tilbydes kræsekost, produceret af medarbejderne i plejecentrets eget køkken.



Valgmuligheder

Borgere på ældreområdet i Sønderborg Kommune tilbydes så høj grad af valgmulighed som muligt. Der er direkte adgang fra beboer/borger til leverandør for ros og kritik af maden. Der foretages brugerundersøgelser hvert andet år hos såvel beboere på plejehjem som borgere i eget hjem.

For beboere på plejehjem gælder, at

- Alle lokale beboer-/pårørenderåd har fokus på ernæring og måltider.
- Menuen sammensættes i leve-bo enhederne sammen med beboerne
- Beboere, som har behov for at få maden serveret på en særlig måde, f.eks. udskåret eller hakket, har mulighed for dette.
- Beboere, der af forskellige årsager ikke spiser bestemte fødevarer, vil i videst muligt omfang have mulighed for at få et måltid, som ikke indeholder de pågældende ingredienser. Det kan f.eks. være ift. vegetarer eller beboere med anden etnisk baggrund end dansk.
- Der er mulighed for levering af diæter efter lægeordination.

For visiterede borgere i eget hjem gælder, at

- Borgere kan vælge mellem 14 hovedretter og ni biretter ved leverandør pr. uge. Biret kan vælges til og fra.
- Borgere, som har behov for at få maden serveret på en særlig måde, f.eks. udskåret eller hakket, har mulighed for dette.
- Borgere, der af forskellige årsager ikke spiser bestemte fødevarer, vil i videst muligt omfang have mulighed for at få et måltid, som ikke indeholder de pågældende ingredienser. Det kan f.eks. være ift. vegetarer eller borgere med anden etnisk baggrund end dansk.
- Der kan vælges mellem to portionsstørrelser, lille eller standard.
- Borgere vælger som minimum fire hovedretter.
- Der kan vælges tilkøb i form af suppe, øllebrød, risengrød, madpakke, pålægspakke, energidrikke og kage.
- Der kan købes ekstra portioner til gæster til særlig gæstepris.
- Der er mulighed for levering af diæter efter lægeordination.
- Borgere i eget hjem, der grundet sygdom har nedsat appetit eller madlede ved f.eks. kemoterapibehandling, infektioner eller svækkelse i den afsluttende del af livet tilbydes et valg mellem de 14 hoved- og biretter, leverandøren tilbyder. Det bestilles ved leverandøren af madservice for en uge ad gangen



Ernæringsvejledning

Sundhedsstyrelsen anbefaler, at der gennemføres ernæringscreeninger af såvel beboere på plejcentre som borgere i eget hjem. Screeningen skal sikre, at kosttilbuddet tilpasses den enkelte borgers ernæringsmæssige behov.

Screeningen kan gennemføres på forskellig vis og gøres forskelligt i landets kommuner. Det kan være visitationen, der gennemfører den, eller det personale, der kommer fast hos borgeren/beboeren.

Utilsigtet vægttab hos ældre er altid et advarselstegn, da det er tegn på underernæring, tab af muskelvæv eller sygdom. Overvægt eller tendens hertil kan ligeledes være et tegn på sygdom. Ernæringsvejledning tilbydes, når indsatsen vurderes at føre til sundhedsfremme og forebyggelse af sygdom, hurtigere helbredelse. Personalet handler for at skabe høj livskvalitet og forbedret funktionsevne.

Sønderborg Kommune iværksætter ernæringsvejledning ved at:

- Beregne borgerens behov for energi og protein.
- Sætte ind med energi og proteinrig kost.
- Udarbejde plan for, hvordan borgeren kan støttes omkring kost og måltider.
- Følge borgerens vægt og indtag af mad/drikke, herunder dokumentere det.

Information

For at sikre information til beboere på plejehjem, borgere i eget hjem og pårørende er følgende materiale tilgængeligt:

- Kostpolitikken
- Informationspjece om aktuel leverandør, valgmuligheder, pris
- Information om af- og tilmelding
- Pjece om ernæringsvejledning



nærvær

tryghed

respekt

Ældreservice

Sønderborg Kommune
Ældreservice
Storegade 20
6440 Augustenborg
T 8872 4503
aeldre@sonderborg.dk
www.sonderborg.dk