

Sammanställning - Uppföljning av matlyftet 2022

Äldreförvaltningen har tillsammans med Stiftelsen Äldrecentrum sammanställt verksamheternas redovisningar för matlyftet 2022. Det utformades en enkät där verksamheterna fick fylla i resultatet för varje delprojekt. Vid sammanställningen av uppföljningen delades de rapporterade delprojekten in i sju kategorier;

1. Social samvaro med måltid och fika
2. Social samvaro med föreläsning och kunskapshöjande aktivitet
3. Social samvaro och matlagningskurs
4. Social samvaro och fysisk aktivitet
5. Social samvaro och underhållning
6. Uppsökande verksamhet
7. Övrigt

I denna bilaga finns en tabell med sammanfattande information om aktiviteter inom respektive kategori.

Observera att en rapporterad ”aktivitet” kan ha genomförts vid ett flertal tillfällen. I tabellerna anges målgrupp och platser för aktiviteter inom respektive kategori, observera att det kan ha varit en eller flera målgrupper per aktivitet och att en aktivitet kan ha genomförts på flera platser, summering av antal stämmer därför inte alltid med antal aktiviteter inom kategorin.

Totalt antal deltagare samt antal kvinnor respektive män som deltagit vid aktiviteter har inte alltid räknats, summeringar av antal deltagare samt antal kvinnor och män är därför en underskattning.

Listorna för aktiviteter inom respektive kategori är en sammanfattning och liknande aktiviteter kan ha genomförts av flera stadsdelar.

Kategori: Social samvaro med måltid och fika	
Antal aktiviteter totalt	75
I antal stadsdelar	13
Antal deltagare totalt	14 359 (12 av 75 aktiviteter ej angett antal)
Deltagare per aktivitet	Medel: 261 Min-max: 2 – 4600 Median: 92
Antal deltagande kvinnor och män	Kvinnor 7681 Män 2310 (41 av 75 aktiviteter ej angett antal)
Antal aktiviteter per målgrupp	Besökare förebyggande enheter: 40 Boenden på vård- och omsorgboende: 26 Boenden på servicehus: 9 Boenden på seniorboende: 3 Boende i ordinärt boende: 26 Personer med hemtjänst: 5 Besökare dagverksamhet: 3 Anhörigvårdare: 1 Specifikt män: 2
Platser för aktiviteter	Förebyggande enhet: 39 Vård- och omsorgsboenden: 25 Servicehus: 19 Seniorboende: 1 Ordinärt boende: 4 Annan plats: 12 (tex: dagverksamhet, utomhus, restaurang)
<u>Lista aktiviteter inom kategorin:</u> (vissa aktiviteter anordnades av flera stadsdelar) Lunchkompis Food-truck event Vårfester Cafe servering på alla mötesplatser och frukost en dag i veckan Pop-up mobila mötesplatser och inventarier till det Promenadgrupper 2022 Sommarcafé med aktivitet Socialt umgänge och mellanmål under sommaren Temadagar med mat och underhållning Trädgårdsgrupp Bussutflykter Hyr en food truck Erbjuda lunchkuponger Personal och boende handlar choklad, delikatesser eller växter tillsammans. Gemensamma luncher	Uppmärksamma olika högtider Chokladprovning Träffpunkterna provar att hålla öppet på helger Stadsvandringar Önskelunch Kvällstema, trerätters Skördemarknad Bo Bergmans seniorträff: Gemensam matlagning Samtalsgrupper Seniordag med lunch Glassfest Korvvagn Provsmakning av exotiska frukter Världens mat Kaffestunder och måltider med tema på seniorveckan Regelbundet erbjuda möjlighet till gemensamma måltider under kvällstid Öppet hus med social samvaro och information

Kategori: Social samvaro med föreläsning och kunskapshöjande aktivitet	
Antal aktiviteter totalt	16
I antal stadsdelar	10
Antal deltagare totalt	1441 (3 av 16 aktiviteter ej angett antal)
Deltagare per aktivitet	Medel: 120 Min-max: 15–415 Median: 58
Antal deltagande kvinnor och män	Kvinnor: 368 Män: 140 (8 av 16 aktiviteter ej räknat/angett antal kvinnor resp. män)
Antal aktiviteter per målgrupp	Besökare förebyggande enheter: 13 Boenden på vård- och omsorgsboende: 1 Boenden på servicehus: 4 Boenden på seniorboende: 1 Boende i ordinärt boende: 8 Specifikt män: 1 Anhörigvårdare: 1
Platser för aktiviteter	Förebyggande enhet: 13 Vård- och omsorgsboenden: 1 Servicehus: 2
<p><u>Lista aktiviteter inom kategorin:</u> (vissa aktiviteter anordnades av flera stadsdelar) Föreläsningsserie mat, hälsa och nutrition och bryta ensamhet för seniorer Matcirkel med dietist, Målsättningen var att erbjuda matcirkel med dietist för att ge kunskap om mat för det lilla hushållet, men även möjligheter att träffa varandra och kanske skapa nya kontakter Föreläsningar om åldrandet och nutrition Inspirerande hälsodag/ trygghetsdag Seniorhälsans dag- tema mat och prova på aktiviteter Föreläsningar för seniorer i stadsdelen träffpunkter med fika/mellanmål Anordnat en dag om fallprevention, provsmakning Föreläsning med mellanmål Öppet hus på öppna träffpunkter med smörgås Fokus på måltidssituationen i den egna bostaden Frukost med möjlighet att prova på digitala hjälpmedel Digitalt café</p>	

Kategori: Social samvaro och matlagningskurs	
Antal aktiviteter totalt	13
I antal stadsdelar	10
Antal deltagare totalt	710 (2 av 13 aktiviteter ej angett antal)
Deltagare per aktivitet	Medel: 71 Min-max: 4–355 Median: 18
Antal deltagande kvinnor och män	Kvinnor: 399 Män: 302 (5 av 12 aktiviteter ej räknat/angett antal kvinnor resp. män)
Antal aktiviteter per målgrupp	Besökare förebyggande enheter: 7 Boenden på vård- och omsorgboende: 3 Boenden på servicehus: 3 Boenden på seniorboende: 2 Personer med hemtjänst: 1 Boende i ordinärt boende: 7 Specifikt män: 1 Besökare på dagverksamhet: 1
Platser för aktiviteter	Förebyggande enhet: 8 Vård- och omsorgsboenden: 3 Servicehus: 3
<p><u>Lista aktiviteter inom kategorin:</u> (vissa aktiviteter anordnades av flera stadsdelar)</p> <p>Matlagningsträffar Temaeftermiddagar kring mat och kultur Matlagningsgrupp för män Baktävling Mellanmålsgrupp Mat- och bakgrupp Mellanmålsprojekt Serafen Stödverksamhetens matlagningsgrupper. Kurser i ”Mat och Prät”. Seniorerna har lagat mat tillsammans utifrån olika teman och olika samtalsämnen har lyfts.</p>	

Kategori: Social samvaro och fysisk aktivitet	
Antal aktiviteter totalt	6
I antal stadsdelar	5
Antal deltagare totalt	1330 (1 av 6 aktiviteter ej angett antal)
Deltagare per aktivitet	Medel: 266 Min-max: 12–1330 Median: 120
Antal deltagande kvinnor och män	Kvinnor: 188 Män: 60 (4 av 6 aktiviteter ej räknat/angett antal kvinnor resp. män)
Antal aktiviteter per målgrupp	Boenden på servicehus: 1 Besökare förebyggande enheter: 6 Boende i ordinärt boende: 4
Platser för aktiviteter	Förebyggande enhet: 5 Servicehus: 1 Annat, utomhusgym: 1
<p><u>Lista aktiviteter inom kategorin:</u> (vissa aktiviteter anordnades av flera stadsdelar) Hälsovecka, vår och höst Balans- och fallpreventionsträning för seniorer Hälsofrämjande insatser i samverkan med Tensta Sim & Idrottshall. Mellanmål i samband med fysiska aktiviteter. Aktivitet i utomhusgym</p>	

Kategori: Social samvaro och underhållning	
Antal aktiviteter totalt	23
I antal stadsdelar	5
Antal deltagare totalt	3448 (2 av 23 aktiviteter ej angett antal)
Deltagare per aktivitet	Medel: 164 Min-max: 20–800 Median: 120
Antal deltagande kvinnor och män	Kvinnor: 500 Män: 211 (17 av 23 aktiviteter ej räknat/angett antal kvinnor resp. män)
Antal aktiviteter per målgrupp	Besökare förebyggande enheter: 12 Boenden på vård- och omsorgboende: 7 Boenden på servicehus: 11 Boenden på seniorboende: 3 Personer med hemtjänst: 3 Boende i ordinärt boende: 4 Dagverksamhet: 2

Platser för aktiviteter	Förebyggande enhet: 13 Vård- och omsorgsboenden: 5 Servicehus: 9 Dagverksamhet: 2 Kulturhus: 2
<p><u>Lista aktiviteter inom kategorin:</u> (vissa aktiviteter anordnades av flera stadsdelar)</p> <p>Kvällsmatiné med mellanmål</p> <p>Guldkant med underhållning, I samarbetet med olika restauranger erbjuds de boende en stunds guldkant med underhållning. Det kan vara allt från olika provsmakningar, pubeftermiddag till trerättersmiddag och därtill lite underhållning.</p> <p>Ät-så-spelar vi och utomhuskonserter med tilltugg</p> <p>Varje månad erbjuda olika konserter för de boende med blandat urval av musik, i samband med underhållning serveras de boende tilltugg och något att dricka.</p> <p>Temaeftermiddagar med underhållning och mat</p> <p>Aktiviteter för att bryta isolering utifrån de äldres önskemål som musik, poesi.</p> <p>Kulturevenemang</p>	

Kategori: Uppsökande verksamhet	
Antal aktiviteter totalt	10
I antal stadsdelar	7
Antal deltagare totalt	473 (3 av 10 aktiviteter ej angett antal)
Deltagare per aktivitet	Medel: 68 Min-max: 16–200 Median: 40
Antal deltagande kvinnor & män	Kvinnor: 37 Män: 19 (8 av 10 aktiviteter ej räknat/angett antal kvinnor resp. män)
Antal aktiviteter per målgrupp	Boenden på servicehus: 1 Personer med hemtjänst: 5 Boende i ordinärt boende: 4
Platser för aktiviteter	Servicehus: 1 Förebyggande enhet: 3 Ordinärt boende: 5 Trygghetsboende: 1

Lista aktiviteter inom kategorin:

(vissa aktiviteter anordnades av flera stadsdelar)

Att genomföra utbildning för personal och enklare matlagning hemma hos kunder.

Måltidsträff i hemmet

Matlagning i hemmet.

Baka och laga mat med personer i ordinärt boende

Jultallrik till socialt isolerade

Seniorer i ordinärt boende bjuds på kakor som bakas av andra seniorer.

Nyårshälsning från förvaltningen

Mellanmålsinspiration för äldre i ordinärt boende (hemma hos den äldre personen)

Fika och mellanmålsvagn. Uppmärksamma ofrivillig isolering på servicehus.

Kategori: Övriga aktiviteter och sammanfattning

4 stadsdelar ansökte och beviljades medel för marknadsföring och information, exempelvis för annonsering i lokaltidning och tryck av broschyrer och affischer.

7 stadsdelar ansökte och beviljades medel för inköp av utrustning, exempelvis för att kunna duka fint till högtider på vård- och omsorgsboende, växter till växthus på vård- och omsorgsboende, inköp av kioskvagn och andra inköp med syfte att förbättra måltidsmiljön på olika sätt.

1 stadsdel ansökte och beviljade medel för ett salladsprojekt som innebar att klimatanpassa sallader på vård- och omsorgsboenden genom att säsongsanpassa inköpen och samtidigt erbjuda större variation för att stimulera aptiten.

Sammanställning av verksamheternas svar på övriga frågor

1. Uppnådde ni målsättningen med delprojektet?

138 svar: 113 ja (82 %) 25 delvis (18 %) 0 nej

Kommentarerna har i vissa fall delats upp på fler kategorier

Kategorier under Ja:

- Delprojektet var uppskattat/populärt (52)
- Delprojektet genomfördes enligt plan (21)
- Delprojektet gjorde att fler nåddes/många deltog (21)
- Svaret enbart Ja – ingen kommentar (20)
- Delprojektet gav social gemenskap (5)
- Delprojektet gjorde att fler nåddes och i förlängningen minskad ensamhet, ökad aptit (minskad risk för undernäring) (4)
- Personalen nöjd med utbildningen (4)
- Delprojektet skapade nya kontakter för de äldre (3)
- Delprojektet gav social samvaro och i förlängningen minskad ensamhet (2)
- Informationen blev bättre (2)
- Utrustning kunde införskaffas (1)

Under Uppskattat/populärt finns beskrivningar av hur deltagarna uppskattat aktiviteterna men sällan något om eventuella effekter. Under Enligt plan finns de som svarat att projektet genomförts som tänkt men det finns sällan något eventuella effekter.

Kategorier under Delvis:

- Inte nått så många som önskades (16)
- Gav fler besökare men det saknades resurser för att nå ännu fler (4)
- Svaret enbart Delvis – inga kommentarer (2)
- När ej äldre med utländsk bakgrund (1)
- Material saknas (1)
- Aktiviteten för svår (1)

- Svårt rekrytera restauranger (1)
- Resurskrävande (1)
- Ej klart, utvecklingsarbetet måste fortsätta nästa år (1)
- Färre deltagare på grund av sjukdom (1)
- De allra flesta konstaterar att de inte nådde så många som de förväntade sig

1. Har delprojektet gjort att ni har fått nya idéer eller vill utveckla något ytterligare?

131 svar. 99 ja (76 %). 22 nej (17 %). 10 vet ej (7 %).

Kommentarerna har i vissa fall delats upp på fler kategorier

Kategorier under Ja:

- Fler aktiviteter behöver utvecklas/erbjudas där gemenskap och mat/fika/måltid ingår (36)
- Utveckla/förbättra informationen för att nå fler (8)
- Öka deltagarnas delaktighet i planering av aktiviteter (5)
- Mer mat från olika kulturer / använda personalens kunskaper om mat /provsmakning av andra sorters mat (5)
- Fortsätta på samma sätt / fortsätta med lyckade aktiviteter (5)
- Fler resor/utflyktsmål (5)
- Personalens kunskaper behöver förbättras/öka (4)
- Involvera fler aktörer (simhallar, kulturföreningar, primärvård) (3)
- Nå fler som har svårt att komma hemifrån (2)
- Förbättra måltidsmiljön (2)
- Fler seminarier om nutrition (2)
- Använda skattningsskalor för att hitta personer med risk för undernäring (2)
- Fler aktiviteter där personal är med (samtalsgrupper, middagar, pub-kvällar) (2)
- Skriva ut matrecept (1)
- IT-stöd och IT-kurser (1)
- Bättre omvärldsbevakning för att undvika krockar med stora evenemang (1)
- Skaffa mer utrustning för att kunna nå fler (matlagningskurser) (1)
- Matlagningsgrupper för kvinnor (1)
- Få med personer med funktionsnedsättning (1)

Kategorier under Nej:

- Enbart två kommentarer: Projektet var bra avgränsat. Projektet ska fortsätta.

Kategorier under Vet ej:

- Enbart en kommentar: Trädgårdsgruppen behöver starta tidigare

2. Kommer ni implementera delprojektet i ordinarie verksamhet?

132 svar. 83 ja (63 %). 42 delvis (32 %). 7 nej (5 %)

Kategorier under Ja:

Elva svarar ja utan kommentarer. Några skriver tydligt att de ska fortsätta och att de gör det för att det är så populärt hos de äldre. I övrigt svårt i kommentarerna att kategorisera de som tänker fortsätta fullt ut respektive de som tänker fortsätta men i mindre omfattning (se Delvis).

De som utbildat personalen vill fortsätta med kommentarer att det är viktigt med utbildad personal.

Kategorier under Delvis:

En majoritet skriver att de tänker fortsätta men i mindre omfattning p.g.a. svårigheter att finansiera. Några vet ännu inte om de ska fortsätta men att det kommer medföra kostnader och att det behövs externa medel. Andra skriver att de ekonomiska ramarna kommer att påverka implementeringen.

Kategorier under Nej:

Enbart fyra kommentarer: Målgruppen män ska nås på andra sätt, om vi tar ut avgift från deltagarna kommer de inte, det är för kostsamt, digitala produkter kan inte fortsätta regelbundet