

Utdrag ur Stockholms stads matstrategi

Beslutad i kommunfullmäktige maj 2019

Mål

Målet är att den mat och de måltider som serveras i stadens verksamheter ska vara god, näringsriktig och hållbar. För att förebygga ensamhet ska måltiderna serveras i en trivsamt miljö i sällskap av andra boende och/eller personal där så är möjligt. Maten ska vara anpassad efter behov samt livsmedelshygieniskt säker. Målet är – förutom den sociala aspekten – även att förebygga undernäring samt bibehålla en god hälsa.

Maten

Mat, dryck och måltider tillhör livets glädjeämne och har stor betydelse för hälsa och livskvalitet. Att få uppleva matglädje genom att känna gemenskap, dofter, utseende, variation och olika smaker kan bidra till en god hälsa och leda till ett ökat välbefinnande. Den mat som serveras ska vara god, näringsriktig och stimulera matlusten. Mat och måltider ska vara individuellt anpassad och utgå från den enskildes behov. Hänsyn ska tas utifrån medicinska, etiska, kulturella och religiösa skäl.

Det är viktigt att personal inom hemtjänst och vård- och omsorgsbonden upptäcker tidiga tecken på vikttnedgång. Vid minskad aptit ska den enskilde erbjudas energi- och näringstäta måltider. Vid tugg- och sväljsvårigheter kan maten behöva konsistensanpassas för att den enskilde ska kunna svälja på ett säkert sätt och för att förebygga undernäring.

Måltidsmiljön

Måltiden har stor betydelse för den enskilde och är ofta en höjdpunkt under dagen. Måltiden ger möjlighet till en social gemenskap och samtal med andra. Den mat som serveras bör stimulera och tilltala alla våra sinnen samt serveras i en trivsamt måltidsmiljö. Den enskilde ska ges möjlighet att vara aktivt delaktig vid måltiden. Personalen ska i den mån det är möjligt och utifrån vad ramtiden tillåter delta i måltiderna och vid behov ge individanpassat stöd. Måltidsmiljön ska kvalitetssäkras i Stockholm stads checklista.

Kungsholmens Pensionärsråd 2023-11-13