

# **Riktlinjer för mat och måltider för hemtjänst i Järfälla kom- mun**



## Innehåll

1. INLEDNING .....	2
2. SYFTE, MÅL OCH AVGRÄNSNING .....	2
2.1. Syfte.....	2
2.2. Mål.....	2
2.3. Avgränsning .....	2
3. MAT OCH MÅLTIDER .....	2
3.1. Styrande lagar, riktlinjer och styrdokument .....	2
3.2. Ansvarsfördelning för berörda yrkeskategorier .....	3
ÄLDRENÄMNDEN OCH SOCIALNÄMNDEN .....	3
AVDELNINGSCHEF ÄLDEOMSORG OCH FUNKTIONSHINDER .....	3
ENHETSCHEF .....	3
ENHETSCHEF FÖR EGENREGINS TILLAGNINGSKÖK OCH RESTAURANGER INOM ÄLDREOMSORGEN I JÄRFÄLLA KOMMUN - DÄR MATLÅDORNA TILL BRUKARE MED INSATSEN MATDISTRIBUTION TILLAGAS OCH HÄMTAS .....	3
KOCK I JÄRFÄLLA KOMMUNS EGENREGIS TILLAGNINGSKÖK OCH RESTAURANGER .....	3
KÖKSBITRÄDE I JÄRFÄLLA KOMMUNS EGENREGIS TILLAGNINGSKÖK OCH RESTAURANGER.....	4
HÄLSO- OCH SJUKVÅRDSPERSONAL .....	4
3.3. Kunskap och kompetens inom måltidsarbete .....	4
3.4. Individens behov, självbestämmande och delaktighet .....	5
3.5. Måltider och måltidsmiljö .....	5
3.5.1. Insatser som kan vara aktuella gällande mat och måltider inom hemtjänsten.....	5
3.5.2. Trivsel och miljö kring måltiderna.....	5
3.6. Näringsriktiga måltider.....	5
3.6.1. Fördelning över dygnet .....	5
3.6.2. Förebyggande av undernäring .....	6
3.7. Säkra måltider.....	6
3.7.1. Livsmedels säkerhet .....	6
EGENKONTROLL.....	6
3.7.2. Allergi, intolerans och annan överkänslighet .....	6
3.7.3. Anpassad konsistens på maten .....	6
3.8. Klimat och miljö.....	6
3.9. Uppföljning .....	6
3.10. Revidering av riktlinjer .....	6



## 1. INLEDNING

Måltiderna är en grundläggande del av omvårdnaden. Det är en viktig del för att stärka det friska, förebygga ohälsa och ge förutsättningar för ett värdigt och gott liv.

Riktlinjerna är ett vägledande dokument för alla som arbetar med och berörs av mat och måltider inom hemtjänst i Järfälla kommun.

## 2. SYFTE, MÅL OCH AVGRÄNSNING

### 2.1. Syfte

Syftet med riktlinjer för mat och måltider inom hemtjänsten är:

- Att utgöra ett styrmedel i verksamhetsnära arbete, uppföljning, upphandling och målarbete.
- Att tydliggöra de områden som har betydelse för en bra måltidsupplevelse, till exempel måltidsmiljö, måltidsordning samt den enskildes delaktighet och inflytande över måltidssituationen.
- Att främja kommunikation och samverkan mellan berörda yrkesgrupper genom att tydliggöra ansvarsfördelningen.

### 2.2. Mål

Målet med riktlinjer för arbetet kring mat och måltider inom hemtjänsten är:

- Att utifrån individuella behov erbjuda goda, vällagade och näringsriktiga måltider i en trivsamt måltidsmiljö för att främja samt bibehålla livskvalitet och god hälsa.

### 2.3. Avgränsning

Riktlinjerna omfattar mat och måltider inom hemtjänst i Järfälla kommun.

## 3. MAT OCH MÅLTIDER

### 3.1. Styrande lagar, riktlinjer och styrdokument

Utföraren ska säkerställa att personalen är väl förtrogna med tillämpliga lagar, förordningar, föreskrifter, allmänna råd, riktlinjer och nationella handlingsplaner. All personal ska hållas uppdaterad när det gäller förändringar i både nationella och lokala styrdokument.

Ansvar för kost, måltider och nutrition delas mellan socialtjänsten och hälso- och sjukvården. Utföraren omfattas också av livsmedelslagen med tillhörande regelverk. I arbetet med mat och nutrition för äldre finns följande regelverk:

- Arbetsmiljölagen (SFS 1977:1160)
- Hälso- och sjukvårdslagen (HSL) 2017:30
- Ledningssystem för systematiskt kvalitetsarbete (SOSFS 2011:9)
- Livsmedelslagen (SFS 2006:804)
- Livsmedelsförordningen (SFS 2006:813)
- Nationella riktlinjer för måltider i äldreomsorgen Livsmedelsverket 2021
- Nordiska Näringsrekommendationer (NNR) 2012
- Näring för god vård och omsorg – en vägledning för att förebygga och behandla undernäring Socialstyrelsen 2020



- Patientsäkerhetslagen (SFS 2010:659)
- Socialtjänstlagen (SoL) 2001:453
- Socialstyrelsens föreskrifter och allmänna råd om förebyggande av och behandling vid undernäring (SOSFS 2014:10)
- Socialstyrelsens föreskrifter om basal hygien (SOSFS 2015:10)

### **3.2. Ansvarsfördelning för berörda yrkeskategorier**

För en fungerande måltidskedja där en god måltidsupplevelse kan säkerställas behöver många olika funktioner kommunicera och samverka. För att detta ska ske på ett enkelt sätt behövs strukturer och tydliggörande kring ansvarsfördelning för berörda yrkeskategorier. Dessa listas här med tillhörande beskrivningar av ansvar i förhållande till området mat och måltider:

#### **Äldrenämnden och socialnämnden**

- Tar beslut om övergripande inriktning och kvalitetskrav för mat- och måltidsområdet.
- Ansvarar för att uppföljning av mat och måltider i verksamheter som bedrivs av nämnden.

#### **Avdelningschef äldreomsorg och funktionshinder**

- Har det övergripande ansvaret för socialförvaltningens verksamheter inom äldreomsorgen och funktionshinderområdet.

#### **Enhetschef**

- Har det övergripande ansvaret för sitt verksamhetsområde och är ansvarig för planering, utveckling och uppföljning av verksamheten.
- Ansvarar för att verksamheten håller hög säkerhet och kvalitet gällande mat och måltider.
- Ansvarar för att verksamheten följer de regelverk som finns för mat och nutrition.
- Ansvarar för att riktlinjer, kvalitetskrav och rutiner är väl kända och används av personalen.
- Ansvarar för att verksamhetens omsorgspersonal har den kompetens och de verktyg som behövs för att säkerställa bra måltider samt uppmärksamma behov av individanpassning.

#### **Enhetschef för egenregins tillagningskök och restauranger inom äldreomsorgen i Järfälla kommun - där matlådorna till brukare med insatsen matdistribution tillagas och hämtas**

- Är ansvarig för verksamheten i äldreomsorgens tillagningskök och restauranger inom egenregin i Järfälla.
- Ansvarar för att de regelverk och riktlinjer som gäller för mat och måltider är väl kända och följs av personalen.
- Fortlöpande styra, följa upp och utveckla kvaliteten i verksamheten.
- Ansvarar för att de anställda har den utbildning som krävs för dess uppgifter och fortlöpande får kompetensutveckling inom området.

#### **Kock i Järfälla kommuns egenregis tillagningskök och restauranger**

- Ansvarar för matlagning och den dagliga driften.



- Ansvarar för matens kvalitet.
- Ansvarar för livsmedelssäkerheten.

#### **Köksbiträde i Järfälla kommuns egenregis tillagningskök och restauranger**

- Medverkar i matlagning och den dagliga driften.
- Ansvarar för livsmedelssäkerheten.

#### **Måltidsutvecklare/kostekonom**

- Arbetar med samordning, utveckling, uppföljning och kvalitetssäkring inom området mat och måltider.
- Är sakkunnig vid upphandling.

#### **Biståndshandläggare**

- Beslutar utifrån den enskildes behov om insatser.
- Ansvarar för uppföljning av biståndsbeslutade insatser.

#### **Undersköterska och vårdbiträde**

- Uppmärksammar förändringar i den enskildes behov av stöd och återkopplar detta till vården och biståndshandläggare. Det kan till exempel gälla ätsvårigheter, viktnedgång och munstatus.
- Följer framtagna rutiner och riktlinjer.
- Utför insatser som ingår i biståndsbeslut och följer vårdens ordinationer när det gäller mat och måltider.
- Rapporterar avvikelser i mat- och vätskeintag.
- Observerar och hjälper vid behov den enskilde med munhygien.
- Utgör stöd vid måltider.

#### **Hälso- och sjukvårdspersonal**

Eftersom kost och näring (SoL) och nutrition (HSL) är nära förbundna är dialog och samverkan mellan omsorgspersonal och HSL-personal viktig. Regionen ansvarar för hälso- och sjukvårdsinsatser i hemmet. Inom hemtjänsten är det därmed primärvården, exempelvis vårdcentral eller hemsjukvård som ska kontaktas vid behov.

### **3.3. Kunskap och kompetens inom måltidsarbete**

All personal som berörs av mat och måltider i sitt arbete ska ha kunskap om och förståelse för matens och måltidsmiljöns betydelse. Omsorgspersonalen inom hemtjänsten behöver ha god kunskap om den enskildes behov utifrån exempelvis energi och näring, ätsvårigheter eller allergi samt vilka livsmedel som är lämpliga eller bör undvikas. All personal ska få kompetensutveckling inom måltidsområdet.

I enlighet med Socialstyrelsens råd SOSFS 2011:12 bör omsorgspersonal minst ha:

- kunskap om vilken betydelse måltid, mat och näring har för äldre personers hälsa och välbefinnande,
- kunskap om hur förutsättningar skapas för goda matvanor och en god måltidsmiljö
- tillräckliga kunskaper i livsmedelshygien för att hantera livsmedel på ett säkert sätt
- förmåga att tillaga måltider
- förmåga att stödja äldre personer vid måltider



- kunskap om livsmedelshantering.

### 3.4. Individens behov, självbestämmande och delaktighet

Vanor och preferenser kring mat och måltider speglar en persons identitet och kan höra samman med individens livsåskådning, kulturtillhörighet och tro. Måltiderna behöver därför anpassas utifrån individuella behov och önskemål.

Enligt socialtjänstlagen ska insatser för den enskilde utformas och genomföras tillsammans med personen och denne ska så långt det är möjligt kunna välja när och hur stöd ska ges. Detta gäller även måltiderna där den enskilde ska ges möjlighet att vara delaktig och ha inflytande över måltidssituationen. Självbestämmande kring måltidernas innehåll och utformning är viktig dels för aptiten och det faktiska matintaget, men också för den enskildes upplevelse av kvaliteten på omsorgen. Här är några exempel på hur delaktighet och inflytande över måltidssituationen kan ges:

- Den enskilde har möjlighet att påverka var, när och hur måltiderna serveras.
- Den enskilde har möjlighet att vara delaktig i planering, matlagning och servering.
- Den enskilde ges möjlighet att påverka vilka maträtter och mellanmål samt vilken dryck som serveras och finns tillgänglig utifrån individuella kostvanor, traditioner och önskemål.

### 3.5. Måltider och måltidsmiljö

#### 3.5.1. Insatser som kan vara aktuella gällande mat och måltider inom hemtjänsten *Matdistribution - matlådor*

Kommunen ansvarar för tillagning av matlådor till den enskilde. Dessa hämtas av hemtjänstpersonalen från äldreomsorgens restauranger. Rutinen för insatsen matdistribution finns på kommunens hemsida.

#### *Enklare matlagning i hemmet*

Vissa personer kan behöva stöd i matlagningen för att få in en variation av livsmedelsval och säkerställa att maten innehåller tillräckligt med energi och näring.

#### *Ledsagning*

Ensamhet är en riskfaktor för bland annat undernäring. Genom ledsagning vid kafé- eller restaurangbesök kan den enskilde få stöd i att ingå i ett socialt sammanhang.

#### 3.5.2. Trivsel och miljö kring måltiderna

En förutsättning för att maten ska göra nytta är att den äts upp. Därför är såväl måltidsmiljön som maten viktiga delar. Personalen kan tillsammans med den enskilde skapa en trivsam och inbjudande måltidsmiljö, till exempel genom att duka inbjudande, ställa fram kryddor och lägga upp maten från matlådan på en tallrik.

### 3.6. Näringsriktiga måltider

#### 3.6.1. Fördelning över dygnet

Rekommendationerna för måltider inom äldreomsorgen är att de ska vara väl utspridda över dygnet, fördelas på tre huvudmål (frukost, lunch och middag) och minst



tre mellanmål. Nattfastan bör inte överstiga 11 timmar. Det är viktigt att vätskebehovet tillgodoses och dryck finns tillgängligt hela dygnet.

### **3.6.2. Förebyggande av undernäring**

Det ska finnas rutiner i verksamheten för hur undernäring ska förebyggas, hur risker för undernäring ska upptäckas, samt hur och när hälso- och sjukvården ska kontaktas för en bedömning av näringstillståndet.

## **3.7. Säkra måltider**

### **3.7.1. Livsmedels säkerhet**

Den organisation som utför hemtjänst anses vara ett livsmedelsföretag och omfattas därmed av livsmedelslagstiftningen. Utföraren ska säkerställa att personalen har tillräcklig kunskap om livsmedels säkerhet för att hantera livsmedel på ett säkert sätt. Det ska finnas rutiner gällande hygien och egenkontroll som är kända och följs av personalen.

### **Egenkontroll**

Utföraren ska följa lagstiftningens krav på egenkontroll. Alla utförare ska ha ett egenkontrollprogram gällande livsmedel och följa rutinerna.

### **3.7.2. Allergi, intolerans och annan överkänslighet**

Personer med allergi, intolerans eller annan överkänslighet har rätt till specialkost som de kan äta utan att riskera att bli sjuka. För att säkerställa detta behöver personalen ha kännedom om den enskildes behov och eventuella allergier eller annan överkänslighet.

### **3.7.3. Anpassad konsistens på maten**

Vid behov ska konsistensen på maten anpassas och följa de konsistenser som finns med i Socialstyrelsens kunskapsstöd ”Att förebygga och behandla undernäring”. Sväljsvårigheter ska utredas av hälso- och sjukvårdspersonal.

## **3.8. Klimat och miljö**

Kommunens utförare av hemtjänst ska arbeta efter kommunens aktuella miljömål avseende till exempel minskat antal transporter och minskat matsvinn. Utföraren ska vara ansvarstagande gentemot klimat och miljö genom att exempelvis omhänderta avfall genom återvinning och källsortering.

## **3.9. Uppföljning**

Arbetet med mat och måltider ska planeras och följas upp av utföraren, till exempel utifrån uppdragsbeskrivningar, avtal, lagstiftning samt aktuella mål i Järfälla kommun. De enskildas synpunkter och önskemål ska tas tillvara, till exempel genom enkäter.

## **3.10. Revidering av riktlinjer**

Riktlinjerna gäller tills vidare och revideras vid behov.