

September 2016

**Kartläggning av
brukarnas möjlighet att
påverka maten och
måltiden på vård- och
omsorgsboenden**

stockholm.se



Kartläggning av brukarnas möjlighet att påverka maten och måltiden på vård- och omsorgsboenden

September 2016

Dnr:430-416/2016

Utgivare: ÄLDREFÖRVALTNINGEN

Kontaktperson: Erika Rödenhake, 08-508 36 285

Innehåll

Inledande sammanfattning	3
Inledning	5
Screeningens omfattning	5
Syfte	5
Bakgrund	5
Tillvägagångssätt	7
Urval	7
Information till verksamheterna	7
Metodsäkring	8
Genomförande av screening	8
Återkoppling till verksamheterna	8
Resultat	9
Intervjuer	9
Ledning och personal anser i högre grad än brukarna att brukarna kan påverka maten och måltiden	9
Påverkan kan se ut på olika sätt	9
Hinder för brukarnas påverkan	9
Verksamheternas arbete med delaktighet	10
Individuella önskemål om mat och måltider beskrivs i genomförandeplanen	10
Möten för delaktighet	10
Åtgärder utifrån resultat i brukarundersökningen	11
Brukarna har förslag på förbättringsområden	11
Ledning och personal har förslag på hur brukarnas delaktighet kan ökas	12
Observationer	13
Två tredjedelar av verksamheterna hade en synlig matsedel	13
Antal maträtter	13
Personalen presenterar maten	14
Få brukare gavs möjlighet att lägga upp maten själva	14
Måltidstillbehör	15
Måltidsdryck	15
Resultatdiskussion och slutsatser	17
Exempel på framgångsrika arbetssätt	17
Ytterligare tips för att öka brukarnas delaktighet	18
Slutord	20

Inledande sammanfattning

Av kommunfullmäktiges budget för 2016¹ framgår att äldrenämnden och stadsdelsförvaltningarna ska arbeta för att förbättra maten i äldreomsorgen bland annat genom att de äldre ska kunna påverka vad som serveras.

Äldreförvaltningen har under våren genomfört 2016 års screening vars övergripande syfte var att kartlägga brukarnas möjlighet att påverka maten och måltiden på vård- och omsorgsboenden med somatisk inriktning. Kartläggningen genomfördes oanmält i 28 verksamheter i form av observationer och intervjuer med brukare, personal och ledning.

Det sammantagna resultatet från screeningen visade att ledning och personal i högre utsträckning än brukarna svarade att brukarna har möjlighet att påverka maten och måltiden. Brukarna kunde framförallt påverka genom att välja mellan olika maträtter samt välja måltidsdryck. Vid observation av måltiden noterades att utbudet av mat och dryck varierade i de olika verksamheterna.

Brukarna uppgav olika hinder för möjligheten att påverka. Exempel som nämndes var att det är andra som bestämmer vad som ska serveras och att personalen lägger upp maten och håller upp dryck. I samband med måltidsobservationerna noterades att brukarna hade begränsade möjligheter att påverka hur mycket mat, dryck och tillbehör de önskade.

Drygt hälften av verksamheterna erbjuder brukarna att delta i någon form av möte där det finns utrymme att ta upp maten och måltiderna för diskussion. Vetskapen om att dessa möten existerar var inte alltid känd bland brukare och personal.

Brukare, personal och ledning framförde förslag på hur brukarnas delaktighet kan ökas och förbättras. Brukarna vill bland annat förbättra möjligheten att påverka maten och måltiderna. Ledning och personal skulle bland annat vilja införa karottsystem, förbättra kommunikationen med brukarna och bli bättre på att fånga upp brukarnas önskemål.

¹ Stockholms stads budget 2016. Dnr 180-529/2015

Inledning

Maten och måltiden har en central roll i våra liv. För de brukare som bor på vård- och omsorgsboenden är maten och måltiden ett viktigt och återkommande inslag i vardagen. Att maten är näringsriktig, vällagad och av hög kvalitet samt är anpassad efter behov, önskemål och vanor kan ses som en självklarhet. Men hur ser det ut på stadens vård- och omsorgsboenden? Ges brukarna möjlighet att vara delaktiga och påverka maten och måltiden?

För att besvara frågan genomförde äldreförvaltningen en kartläggning. I denna rapport redovisas resultatet gällande brukarnas möjlighet att påverka maten och måltiden på vård- och omsorgsboenden i Stockholms stad.

Screeningens omfattning

Under screeningen genomfördes oanmälda besök på 28 vård- och omsorgsboenden med somatisk inriktning. Intervjuer genomfördes med 60 brukare, 56 personal samt 33 chefer. Samtliga stadsdelar och regiformer finns representerade.

Syfte

Syftet med screeningen är att kartlägga brukarnas möjlighet att påverka maten och måltiden på vård- och omsorgsboenden i Stockholms stad.

Bakgrund

Av kommunfullmäktiges budget för 2016 framgår att äldrenämnden och stadsdelsförvaltningarna ska arbeta för att förbättra maten i äldreomsorgen bland annat genom att de äldre ska kunna påverka vad som serveras. I kommunfullmäktiges budget för 2016 anges följande:

Under 2016 fortsätter äldrenämnden och stadsdelsnämnderna att förbättra maten i äldreomsorgen. De äldre ska kunna påverka vad som ska serveras och maten ska om möjligt vara ekologisk och närproducerad samt ha ett bra näringsinnehåll.

Enligt Stockholms stads värdegrund² ska äldreomsorgen präglas av självbestämmande, individualisering och valfrihet.

Utformningen av det stöd som ges ska inriktas på att äldre personer får leva ett värdigt liv och känna välbefinnande, trygghet och meningsfullhet.

I Socialstyrelsens allmänna råd³ för Värdegrunden i socialtjänstens omsorg om äldre, framgår att ett värdigt liv ska tillgodoses äldre i form av insatser av god kvalitet samt rätten till privatliv och integritet. Det framgår vidare att ett värdigt liv för den äldre ska tillgodoses genom att verka för självbestämmande, delaktighet, individanpassning samt ett gott bemötande. Den äldres välbefinnande ska tillgodoses genom trygghet och en meningsfull tillvaro.

Enligt Stockholms stads kostpolicy⁴ ska alla som serveras mat och måltider inom Stockholms stads äldreomsorg erbjudas individanpassad mat och hänsyn ska tas till den äldres egna önskemål gällande såväl matens sammansättning som kvalitet och måltidsmiljö. Individuella behov utifrån medicinska, etiska, kulturella och religiösa skäl ska tillgodoses i möjligaste mån. Måltiden ska för den äldre utgöra en lustfylld upplevelse.

I förfrågningsunderlaget för upphandling av enstaka plats i privata vård- och omsorgsboenden⁵ samt uppdragsbeskrivning för äldreomsorgsverksamhet i egen regi⁶, framgår bland annat hur verksamheter som bedriver äldreomsorg i Stockholms stad ska arbeta med inflytande, självbestämmande och mat och måltider.

² Kommunfullmäktige den 14 mars 2011. Dnr 327-1325/2010

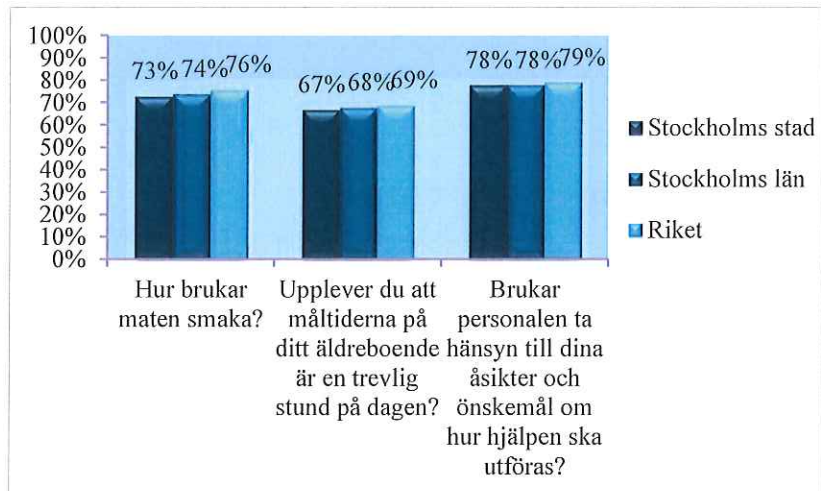
³ Socialstyrelsen, SOSFS 2012:3

⁴ Kommunfullmäktige den 7 april 2008, 327-4347/2007

⁵ Upphandling av platser i privata vård- och omsorgsboenden för personer 65 år och äldre. Dnr 125-2511/2009 Upplaga 2

⁶ Uppdragsbeskrivning för äldreomsorgsverksamhet i egen regi. Dnr 310-174/2014

Den brukarundersökning som Socialstyrelsen genomförde 2015 visade följande resultat gällande mat och måltider samt hänsyn till brukarnas åsikter och önskemål om hur hjälpen ska utföras.



Andel positiva svar från brukarundersökningen 2015.

Tillvägagångssätt

Urval

Verksamheterna valdes ut genom ett delvis slumpmässigt urval från hitta.stockholm.se. Urvalet var delvis slumpmässigt ur aspekten att det var förutbestämt att samtliga stadsdelar skulle ingå i kartläggningen.

Det statistiska underlaget är för litet för att dra slutsatser gällande brukarnas möjlighet att påverka, kopplat till regiform. Därav återfinns inga sådana resultat i rapporten. Det är även av vikt att nämna att flertalet frågor som ställdes till brukare, personal och ledning var av semistrukturerad karaktär vilket gör att svaren på en del av frågorna inte är möjliga att kvantifiera.

Information till verksamheterna

Samtliga stadsdelsförvaltningar, verksamhetsledningar för entreprenader och privata verksamheter informerades under mars månad 2016 om att äldreförvaltningen planerade att genomföra en oanmäld screening gällande brukarnas möjlighet att påverka maten och måltiden på vård- och omsorgsboenden i Stockholms stad, under våren 2016.

Metodsäkring

För att få en samsyn och likställighet i utförandet, hölls en genomgång av metod och tillvägagångssätt för de sex medarbetare från äldreförvaltningen som skulle genomföra screeningen. Efter screeningens slutförande samlades ovanstående medarbetare för att reflektera kring studiens genomförande.

Genomförande av screening

Besöken på vård- och omsorgsboendena genomfördes oanmält. I de fall ledningen inte var tillgänglig vid tiden för besöket, skickades intervjufrågorna via e-post till ledningen. Denna metod användes för att minimera bortfallet och resulterade i ett fullständigt resultat.

Under besöken genomfördes intervjuer med brukare, personal och ledning. Vid varje besök observerades lunchmåltiden på en avdelning med somatisk inriktning. Avdelning, brukare och personal valdes av den person som genomförde besöket. Vid observationen användes Äldrecentrums verktyg⁷ för måltidsobservationer som förlaga. Skriftlig och muntlig information om screeningen överlämnades till brukare, personal och ledning. Sju frågor ställdes till brukarna. Elva intervjufrågor ställdes till ledning och personal. Intervjufrågorna hade en tydlig koppling till brukarnas delaktighet och möjlighet till påverkan gällande mat och måltider.

Återkoppling till verksamheterna

Efter genomfört besök fick respektive verksamhet återkoppling av sina resultat via telefon och e-post. För inspiration bifogades skriften *Bra mat i äldreomsorgen – omsorgspersonal*⁸ i samband med återkopplingen.

⁷ Stiftelsen Stockholms läns Äldrecentrum, 2015. God omsorg runt måltiden.

⁸ Livsmedelsverket, 2011

Resultat

Flertalet frågor som ställdes till brukare, personal och ledning var av semistrukturerad karaktär vilket gör att svaren på en del av frågorna inte är möjliga att kvantifiera. Observationen utgick från Äldrecentrums verktyg för observation. Fokus för observationen var brukarnas delaktighet under måltiden. Resultatet från intervjuerna och observationerna presenteras nedan.

Intervjuer

Ledning och personal anser i högre grad än brukarna att brukarna kan påverka maten och måltiden

Under intervjuerna svarade ledning och personal på alla vård- och omsorgsboenden, bortsett från ett, att brukarna kan påverka maten och måltiden. Cirka tre av fyra brukare svarade att de har möjlighet att påverka. Några av de brukare som svarade nej uppgav dock senare under intervjun att de kunde påverka maten och måltiden.

Påverkan kan se ut på olika sätt

Brukare, personal och ledning tillfrågades hur brukarna kan påverka maten och måltiden. Det vanligaste svaret från samtliga tillfrågade var att brukarna kan påverka genom att välja mellan olika maträtter och måltidsdryck.

Såväl brukare som ledning och personal berättade att brukarna kan prata med personalen om sina önskemål gällande mat och måltider. Personalen för sedan vidare önskemålen till berörd person/matleverantör. Samtliga ansåg att karotter ökar möjligheten att påverka. ”Det gör det trevligt”, sa en brukare.

Hinder för brukarnas påverkan

En del brukare såg hinder för möjligheten att påverka maten och måltiden. Exempel på dessa var:

- personalen lägger upp maten och håller upp dryck
- brukarna har inte tänkt på att de skulle kunna påverka
- det är andra som bestämmer vad som ska serveras
- maten är färdig när den levereras och alla serveras samma rätt
- personalen frågar inte vilka rätter brukarna vill ha.

Verksamheternas arbete med delaktighet

De flesta verksamheter uppgav att de på olika möten talar om brukarnas delaktighet. De arbetar även med brukarnas delaktighet i andra forum. En verksamhet uppgav till exempel att de har beskrivit brukarnas delaktighet i måltidssituationen i verksamhetsplanen. Där står bland annat att de brukare som kan, ska få lägga upp sin mat på tallriken. Några verksamheter uppgav att de talar om delaktighet i samband med introduktionen av nyanställd personal. Ytterligare några verksamheter uppgav att de talar om brukarnas delaktighet när de gör interna måltidsobservationer.

Individuella önskemål om mat och måltider beskrivs i genomförandeplanen

I alla verksamheter, utom en, uppgav såväl ledning som personal att de dokumenterar brukarnas önskemål om mat och dryck i genomförandeplanen. Vissa av verksamheterna använder sig även av levnadsberättelsen och kostkort.

Möten för delaktighet

Drygt hälften av verksamheterna erbjuder brukarna att delta i någon form av möte där maten och måltiderna kan tas upp till diskussion. Verksamheterna nämner olika former av möten som till exempel matråd, kostråd eller boenderåd. I en del verksamheter är det öppet för de brukare och anhöriga som vill delta, andra har brukare som representerar sin avdelning. I vissa verksamheter närvarar ledningen regelbundet vid måltider och samtalar med brukarna om maten och måltiden. En verksamhet uppgav att de bjuder in brukarna såväl muntligt som skriftligt till mötet. I den verksamheten deltog en tredjedel av brukarna vid senaste mötet.

I några av de verksamheter som erbjuder brukarna att delta i möten där man tar upp frågor kring maten fanns det personal som inte kände till att dessa möten finns.

Få brukare uppgav att de kände till att det fanns möten där de kunde vara med och påverka. 5 brukare uppgav att de deltagit i ett sådant möte. I en verksamhet får brukarna minnesanteckningar från mötet. En brukare uppgav att dennes synpunkter lett till en förändring.

Åtgärder utifrån resultat i brukarundersökningen

De flesta verksamheter hade gått igenom resultatet från Socialstyrelsens brukarundersökning 2015. Ledningen för 19 verksamheter hade vidtagit åtgärder utifrån resultatet. En del verksamheter uppgav att de hade goda resultat och därav inte vidtagit några nya åtgärder.

Nedanstående är exempel på åtgärder som en eller flera verksamheter vidtagit:

- börjat med mat- och måltidsobservationer med hjälp av Äldrecentrums observationsmaterial
- infört servering från karotter
- arbetat mer med att skapa social samvaro vid måltiden
- bytt matleverantör
- inlett arbete med ett måltidskoncept
- infört köksansvarig
- serverar förrätt varje lördag och söndag.

I 9 av dessa verksamheter kände personalen inte till att ledningen genomfört förändringar utifrån brukarundersökningen.

Brukarna har förslag på förbättringsområden

Brukarna tillfrågades om det fanns något de skulle vilja förbättra när det gäller deras möjlighet att påverka. Drygt hälften av brukarna uppgav att det är bra som det är. De var nöjda med att få välja mellan två maträtter samt att få välja dryck.

De brukare som uppgav att de skulle vilja kunna påverka mer kring maten och måltiden framförde följande:

- vill bli tillfrågad och kunna vara med och påverka vilken mat som serveras
- önskar närvara på fler möten om maten
- vill att personalen ska fråga vad brukarna tycker om maten som serveras
- vill ha fler kryddor på bordet så att man kan krydda maten efter egen smak
- önskar att personalen satt ner och pratade under måltiden
- vill ha större variation gällande vilken dryck som erbjuds samt möjlighet att få dricka alkohol ibland
- önskar större variation gällande de maträtter som serveras
- önskar mer frukt och grönsaker
- önskar en bordsduk eller tabletter på bordet.

Ledning och personal har förslag på hur brukarnas delaktighet kan ökas

Under intervjuerna framförde ledning och personal många konkreta förslag på förbättringar gällande maten och måltiden samt brukarnas möjlighet att påverka. Ett urval av förslagen presenteras nedan.

En del verksamheter vill arbeta mer med att involvera brukarna i *förberedelser* och *efterarbete* kring måltiden. Införandet av *karottsystem* för att öka brukarnas möjlighet till autonomi är ett arbetssätt som flera verksamheter planerar att börja med.

En del verksamheter planerar att öka frekvensen av *kostråden*, där brukarna har möjlighet till delaktighet. I en verksamhet nämns att de skulle vilja anordna *temaveckor* med mat från förr.

Flera verksamheter ser utvecklingspotential i *kommunikationen* med brukarna kring mat och måltiderna. En del verksamheter anser att de behöver bli bättre på att fånga upp brukarnas önskemål och planerar att arbeta med exempelvis *enkäter* till brukarna och att se över innehållet i *genomförandeplanerna*.

Några verksamheter funderar på att anställa *nya kockar* som kan bidra med idéer kring mat och måltidet. Flera verksamheter har bytt eller kommer att *byta leverantör* av mat. I en del verksamheter vill man utöka samarbetet med *sjuksköterskan* kring mat och måltider. Några verksamheter har anställt eller kommer att anställa en *dietist*. En del verksamheter planerar att arbeta med interna *måltidsobservationer* utifrån Äldrecentrums observationsverktyg.

Personal och ledning i flera verksamheter lyfte *bemanningen* som avgörande för att kunna tillämpa omsorgsmåltid samt för att kunna tillgodose brukarnas individuella behov av stöd och hjälp. Idéer som framfördes var även att en *köksansvarig* ansvarar för köket och maten, både av praktiska och hygieniska skäl.

Anhöriga kan vara en viktig del av den *sociala samvaron* och en del verksamheter vill arbeta för att anhöriga i större utsträckning ska komma och äta tillsammans med brukarna.

I flera verksamheter arbetar man för att förbättra *måltidsmiljön* genom att exempelvis minimera störningsmomenten kring måltiden eller genom att köpa in nytt porslin för upplägg och servering.

Hos en del verksamheter beställs *extra tillbehör* och maten piffas upp med enkla medel som inte behöver vara kostsamma eller krångliga. En del verksamheter vill fokusera på traditionell mat,

som brukarna känner igen. Vissa verksamheter vill erbjuda fler olika sorters *kryddor*, andra vill förbättra möjligheterna att *laga mat på enheterna*.

En del verksamheter vill arbeta för att brukarna ska kunna få *vin till maten* om de så önskar. Att kunna erbjuda exempelvis *laktosfri mjölk* till brukarna är en förändring som föreslås i en verksamhet, en annan föreslår en *apitretare* före maten samt att *erbjuda fler rätter och efterrätter*.

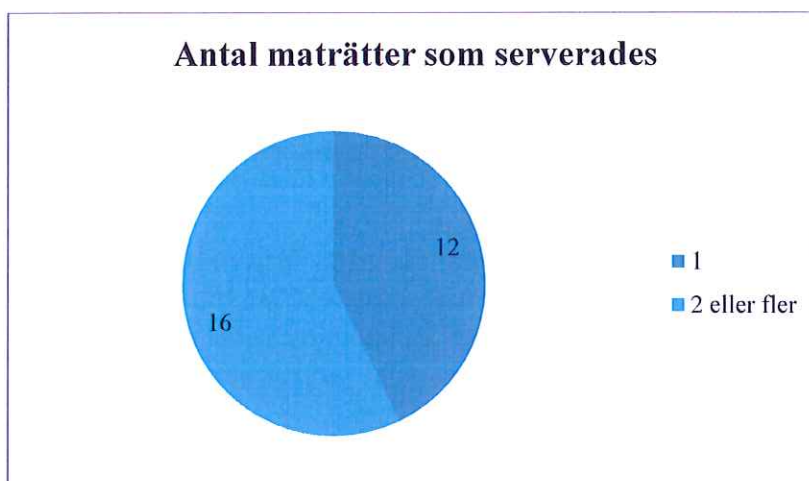
Observationer

Två tredjedelar av verksamheterna hade en synlig matsedel

I de verksamheter där matsedeln var synlig fanns den till exempel på borden i matsalen, på anslagstavla i korridoren eller skriven på en tavla i matsalen. Flera menyer var skrivna med tydlig text samt i lagom höjd för de brukare som sitter i rullstol.

Antal maträtter

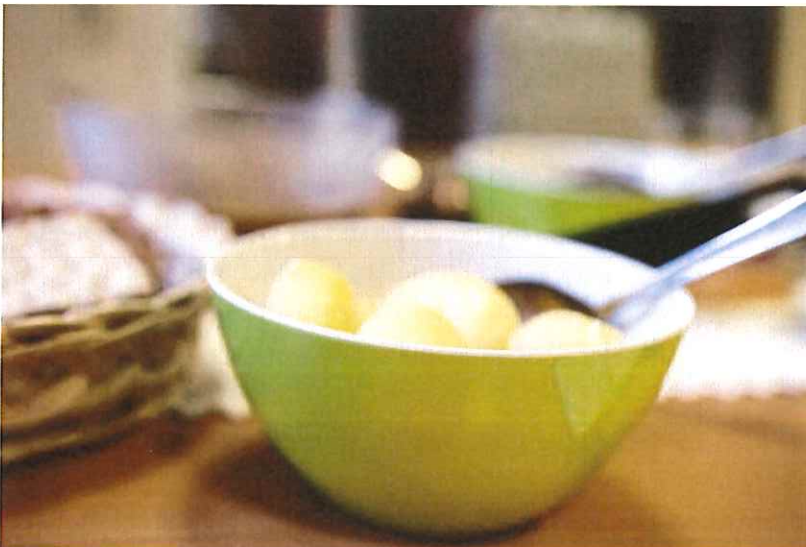
Under observationerna förekom variationer gällande hur många maträtter brukarna kunde välja mellan till lunchmåltiden. I flertalet verksamheter fanns möjlighet att välja ytterligare rätter som kunde tillredas efter önskemål.



Personalen presenterar maten

I 23 av verksamheterna presenterade personalen maten muntligt för brukarna. Maten kunde exempelvis presenteras genom att personalen läste högt från menyn innan måltiden började eller i samband med att maten serverades till var och en av brukarna. I en verksamhet välkomnades brukarna av personalen till lunchen och personalen berättade för var och en vad som serverade. I någon verksamhet berättade personalen att de skulle servera soppa men inte vilken soppa det var.

I några verksamheter presenterade personalen bara varmrätten eller bara efterrätten. I en del verksamheter fick de brukare som frågade, veta vad som skulle serveras. I några verksamheter berättade personalen för vissa av brukarna vad dagens meny bestod av.



Få brukare gavs möjlighet att lägga upp maten själva

I 7 av 28 verksamheter serverades maten ur karotter alternativt från uppläggningsfat. Brukarna kunde själva ta för sig av maten. Personalen tillfrågade brukarna om de ville ta själva eller om de ville få hjälp med att få maten upplagd.

I några av de verksamheter där personalen serverade maten tillfrågades *varje* brukare hur mycket mat och vilka tillbehör som önskades. I en del verksamheter tillfrågades *vissa* av brukarna. I en del verksamheter frågade personalen hur mycket mat de önskade, men serverade lika mycket efterrätt till samtliga utan att fråga. I en del verksamheter tillfrågades brukarna hur mycket efterrätt de önskade men inte hur mycket mat.

I 20 verksamheter tillfrågades brukarna om de önskade mer mat och dryck. I några verksamheter erbjöds brukarna i vissa fall antingen mer mat *eller* dryck.

I 11 verksamheter visade personalen vilken *mat* som fanns och i hälften av verksamheterna visade personalen vilken *dryck* som fanns. Det var vanligt att mat och dryck stod på serveringsvagnar och köksbänkar där brukarna inte kunde se den.

Måltidstillbehör

I knappt hälften av verksamheterna tillfrågades brukarna om de önskade tillbehör till maten. I en av dessa verksamheter stod tillbehören på bordet och de brukare som inte själva kunde ta tillfrågades om de ville ha tillbehör. I en verksamhet där brukarna inte tillfrågades uppgav personalen att de lägger upp sallad utan att fråga, då de tycker det är bättre att brukarna äter lite sallad än ingen alls.

I många verksamheter fanns det kryddor, dryck *eller* smör och bröd framdukat på borden. Ett fåtal dukade inte fram något av det på borden. I 4 verksamheter stod kryddor, dryck *och* smör och bröd framme på matbordet.

Måltidsdryck

Antalet drycker som erbjöds till lunchmåltiden varierade mellan verksamheterna. Det serverades 1 till 5 dryckesalternativ.



I 20 verksamheter tillfrågades brukarna vilken dryck som önskades till måltiden. Den vanligaste drycken var saft och

erbjöds i 21 verksamheter. Andra drycker som erbjöds var till exempel; vatten, lättöl, läsk, cider eller mineralvatten. I en verksamhet var saft den enda dryck som serverades. En verksamhet serverade vin till maten.

Resultatdiskussion och slutsatser

Syftet med screeningen var att kartlägga brukarnas möjlighet att påverka maten och måltiden på vård- och omsorgsboenden i Stockholms stad.

Brukarnas delaktighet och möjlighet att påverka maten och måltiderna är ett område med förbättringspotential. En fortsatt dialog med brukarna är en viktig del i verksamheternas arbete inom området. Brukarnas möjlighet att påverka handlar mycket om att skapa forum för möjlighet till påverkan. Studien visar att det finns ett stort behov av att göra dessa forum kända.

Studien visar också att brukare, personal och ledning på vård- och omsorgsboendena kommunicerar med varandra om maten och måltiden. De flesta brukarna upplevde att de, i någon mån, kunde välja vad de vill äta och dricka.

Exempel på framgångsrika arbetssätt

Under besöken i verksamheterna framkom flera exempel på arbetssätt som kan bidra till brukarnas delaktighet och ge dem möjlighet att påverka maten och måltiden. Nedan återfinns ett urval.

En del verksamheter presenterar maten för brukarna innan måltiden påbörjas. En tydlig och lättläst matsedel i lagom höjd eller på bordet kan öka brukarnas delaktighet. Många äldre har nedsatt syn och har svårt att ta till sig information som är skrivet med liten text. En del verksamheter har dagens meny tillgänglig på varje bord. Andra har menyer med tydlig text samt i lagom höjd för de brukare som sitter i rullstol.

I många av verksamheterna frågar personalen aktivt de boende vad de tycker om maten. Det ger brukarna en möjlighet att framföra sina synpunkter gällande sådant som kan bli bättre. I flera verksamheter beställs maten tillsammans med brukarna. I en del verksamheter låter de brukarna önska mat en gång per vecka. De köper ibland in mat och lagar den i det egna köket.

För att skapa delaktighet och gemenskap under måltiden använder sig personalen i en del verksamheter av teman som inspiration till samtal. Det kan handla om dagens aktiviteter, maten som serveras eller minnen från förr.

Kökspersonal eller en tydlig arbetsfördelning gällande arbetsuppgifter kring maten och måltiderna kan bidra till en lugnare måltidsmiljö både för personal och för brukare.

Det finns mängder av hjälpmedel som möjliggör och underlättar för brukaren att självständigt föra mat och dryck till munnen. I en verksamhet använde man en snurrplatta för att allt på bordet skulle vara tillgängligt för alla. Det är även viktigt att justera sittställning i dialog med brukaren.

Brukarna upplevde karotter som positivt då de i stor utsträckning själva fick bestämma över hur mycket mat och vilka tillbehör som önskades. Servering ur karotter kan se ut på olika sätt och anpassas till de boende och deras behov. Om brukarna behöver hjälp att ta mat kan man exempelvis ha karotter på borden som personalen serverar ifrån. Det är viktigt att kunna se både mat och dryck för att kunna avgöra hur mycket mat, dryck och vilka tillbehör som önskas.

En del brukare är nöjda med att komma till ett dukat bord och bli serverad. Det finns dock en viktig skillnad mellan att veta att man har *möjlighet* att påverka, mot att tro att man inte har något att säga till om. Ett brukarråd eller liknande forum är viktigt för brukarnas möjlighet till påverkan. Inbjudan kan ske både muntligt och skriftligt. Minnesanteckningar eller annan återkoppling kan göra att brukarna blir mer medvetna om att deras medverkan kan leda till förändring.

Mat som ska passa många olika människor är ofta milt kryddad. Brukarna ges möjlighet att krydda efter egen smak genom att olika kryddor finns tillgängliga på borden. Erbjud gärna en aptitretare, lämpligen något salt eller syrligt, för att stimulera sinnen.

Ytterligare tips för att öka brukarnas delaktighet

För att uppnå hög kvalitet kring mat och måltiden kan personalen till exempel aktivt fråga och vara lyhörd för brukarens vilja. Att respektera brukarens integritet genom att exempelvis erbjuda brukaren att ta mat och dryck själv samt välja tillbehör, bidrar till att skapa en värdig måltidssituation. Det är viktigt att måltiden får

ta tid, både att servera och att äta⁹. Det är angeläget att bemanningen motsvarar brukarnas behov av hjälp och stöd under måltiden.

Brukarna upplevde i lägre grad än ledning och personal att de kunde påverka maten och måltiden. Det brukarna uppgav som hinder bör med enkla medel kunna åtgärdas genom ökad dialog mellan brukare, personal och ledning. Det är viktigt att avsätta resurser och tid för detta.

Under intervjuerna hade brukare, personal och ledning överlag lättare att prata om *maten* än om hur man skapar *delaktighet* och möjlighet till *påverkan* för brukarna. Verksamheterna behöver skapa en kultur där brukarna får vara både medaktörer och experter. Ett aktivt värdegrundsarbete och måltidsobservationer kan öka brukarnas delaktighet.

⁹ Studentlitteratur, Det goda åldrandet, 2012

Slutord

De utvecklingsområden som framkommit i studien är förmodligen inte unika för de verksamheter som deltagit i kartläggningen. Tanken är att rapporten ska ge inspiration och uppslag i det fortsatta och angelägna utvecklingsarbetet gällande brukares möjlighet att påverka maten och måltiderna.

Delaktighet och individanpassning¹⁰ är en fråga om brukarens inflytande. Det handlar om att ha ett perspektiv som utgår ifrån brukarens behov. Man ska inte ta för givet att brukaren självmant berättar vad denne önskar. För att ge möjlighet till verklig delaktighet är det av vikt att skapa en relation så att den äldre vågar uttrycka sina önskemål samt att aktivt fråga brukarna vad de tycker. Det är även viktigt att ta vara på svaren.

Det är viktigt att poängtera att en lösning som fungerar bra på en avdelning inte behöver vara optimal för en annan. Det handlar om att utgå ifrån brukarna och deras individuella behov och önskemål. Reflektera över vilken typ av måltid verksamheten vill erbjuda brukarna och hur målet ska nås.

Äldrecentrums material¹¹ kan vara en kunskapskälla och inspiration i det fortsatta utvecklingsarbetet med mat och måltider. Materialet finns att hämta alternativt beställa på Äldrecentrums hemsida. Där finns även Äldrecentrums verktyg för interna måltidsobservationer *God omsorg runt måltiden*. På hemsidan erbjuds en webbutbildning: *Mat och hälsa för äldre*. För närvarande är webbutbildningen endast tillgänglig för anställda i Stockholms stad. Ett arbete pågår med att göra den tillgänglig för alla.

På Livsmedelsverkets hemsida¹² finns ytterligare råd och material för inspiration i utvecklingsarbetet.

¹⁰ Äldreförvaltningen, 2014. Äldreomsorgens värdegrund – Inspiration och kunskap för dig som arbetar inom äldreomsorgen i Stockholms stad

¹¹ <http://www.aldrecentrum.se/Utbildning1/utbildning-om-mat-och-maltider/>

¹² <http://www.livsmedelsverket.se/matvanor-halsa--miljo/maltider-i-vard-skola-och-omsorg/aldreomsorg/rad-och-material/>