

Rapport augusti 2014

# Matfest 2.0

## -även för våra barn och årsrika

**Folkpartiet i Skellefteå**



## Matfest hela året för våra barn och årsrika!

*Måltiden har en central betydelse i våra liv. Näringsrik mat som smakar bra ger friska, kreativa och pigga elever. Den ger också äldre en bra livskvalitet, förebygger sjukdomar och ger bättre effekt på medicinska behandlingar.*

Så inledde vi i Folkpartiets matrapport 2010. Det stämmer än.

Skellefteå kommun har en fantastisk personal som gör sitt allra bästa för att skapa matglädje i skola och omsorg, men ges personalen rätt förutsättningar och möjligheter?

Folkpartiet har följt upp rapporten med en rad motioner och med ageranden i de nämnder som tar upp frågor om mat. I vissa delar har vi vunnit gehör, i andra inte. Framför allt har vi inte nått vår vision om Norrlands bästa mat, även om vårt slagord lånats av kommunen.

Därför återkommer vi här med en uppdaterad matrapport, en 2.0. Folkpartiet i Skellefteå står fast vid att öka matglädjen genom visionen att servera barn och årsrika Norrlands bästa mat till år 2018.

För att nå dit vill vi mer konkret:

1. Kartläggning för Norrlands bästa mat 2018,
2. Fler tillagningskök för maten närmare individen,
3. Upphandling av närproducerat och livsmedelsmärkning,
4. Bättre uppfyllelse av näringsriktigheten,
5. Fler vuxna kring matbordet i förskola och skola,
6. Samarbete mellan landsting och kommun för att få bukt med äldres undernäring,
7. Identifiera äldres livsstilsfaktorer,
8. Stöd anhörigvårdare kring bra måltider,
9. Inför matval för äldre,
10. Inför Malmö-modellen som bl a erbjuda äldre som inte kommer ut lagad mat i hemmet minst en gång i veckan.

Med hjälp av bra personal och en ny politisk majoritet med kostpolitisk vision kommer vi att kunna erbjuda en Matfest hela året för våra barn och årsrika!

Skellefteå i augusti 2014



**Birgitta Burström (FP)**  
Kandidat till kommun  
och landsting



**Ida Lindh (FP)**  
Kandidat till kommun,  
landsting och riksdag



**Lars Åhman (FP)**  
Kandidat till kommun  
och landsting

## Bakgrund

### Barn och elevers matbehov

Maten i förskolan och skolan är viktig för att eleverna ska få med sig bra matvanor och hälsa i livet, men också för att de ska ha energi att orka med hela dagen och allt lärande den för med sig.

Vid halvårsskiftet 2011 trädde den nya skollagen i kraft. I Skollagen står numera att skolmaten som serveras i förskola och skola inte bara ska vara kostnadsfri utan också ska vara näringsriktig. Den som driver skolan ska säkerställa och följa upp att skolmaten är näringsriktig. Livsmedelsverket har sedan rekommendationer kring näringsinnehållet för elever i olika årskurser. Skellefteå kommun har sedan 2013 ett kostpolitiskt program.

Maten i form av 11 800 portioner till eleverna i Skellefteås 37 grund- och gymnasieskolor lagas till största delen i Jörn. De flesta förskolor har egna matsedlar och tillagningskök medan 22 förskolor beställer sin mat via en närbelägens skola. Inom skolan erbjuds två rätter, varav en är vegetarisk, liksom en buffé med åtminstone fem olika sorters grönsaker. Till detta erbjuds ekologisk mjölk. Skollunchen ska stå för 30% av personens dagliga näringslivsintag.

År 2012 kostade livsmedlen i en portion på grundskolan i Skellefteå 8:76 kr och i gymnasiet 11:89. Samma undersökning visar att 85% av grundskoleeleverna och 80% av gymnasieeleverna dagligen äter skollunch.

Bland den kritik som elever brukar framföra mot skolmaten handlar mycket om miljön; att det är långa köer och det därmed blir stressigt att hinna äta, att det är svårt att hitta sittplats, att ljudvolymen är störande hög. Kring själva maten handlar mycket av kritiken kring att upplägget av matens olika beståndsdelar ska vara tydligare, bättre råvaror och att maten lagas på plats.

Många skolor har aktivt arbetat mot att minska godisätande genom bl a förbud. När felet är ett sötsug som beror på att eleverna inte får i sig tillräckligt med kalorier och näring från skollunchen så de orkar hela dagen är det dock fel problem att angripa. Med större matglädje tror vi att godis- och läskdrickandet kommer att minska.

### Äldres matbehov

Måltiderna är ofta ett efterlängtad inslag i den dagliga rutinen. När den äldres möjligheter till aktiviteter och andra upplevelser begränsas av sjukdom blir måltiden ännu viktigare. Mat är inte bara näring utan också social samvaro och livsglädje.

När vi är yngre styrs vårt ätande av hunger, aptit och sociala normer. Åldrandet påverkar däremot förmågan att äta. Äldre tappar aptiten, får svårare att tugga och svälja, får i sig för lite eller fel sorts mat samt lider av sjukdomar som bidrar till undernäringen. En vikttnedgång på ½ kilo per år efter 70 års ålder brukar anses normalt. Hos kroniskt sjuka kan den årliga vikttnedgången vara betydligt större. När individen drabbas av negativa konsekvenser så att omsättningen av energi är större än matintaget talar vi om undernäring. Att vara undernärmd leder i sin tur till ökad sjuklighet och kan också ge mentala effekter som depression, apati och social tillbakadragenhet.

Dessvärre lider många äldre av undernäring. Beräkningar i riket pekar på att 5 procent av hemmaboende äldre beräknas vara undernärda, 36 procent av vuxna patienter på sjukhus, 50 procent av boende i äldreboenden och 25 procent av geriatrikens patienter.

Åldersrika behöver därför näringsrik mat fördelad över hela dygnet för att upprätthålla en bra livskvalité och för att eventuell medicinsk behandling ska få bästa möjliga effekt. Tyvärr når inte en majoritet av Skellefteå kommuns äldreboenden målet att det inte ska vara mer än 11 timmar mellan kvällsmål och frukost. Det är illa.

En god och näringsriktig kost inom äldreomsorgen motverkar därför ohälsa, samtidigt som otrygghet och isolering bland de äldre kan brytas.

## **Folkpartiets förslag för ökad matglädje 2.0**

### **1. Kartläggning för Norrlands bästa mat 2018**

Folkpartiets slagord från 2010 har plockats upp av Skellefteå kommun. Det är bra. För att verkligen också nå visionen krävs däremot mer.

En kartläggning av nuläget är det första steget i en förändringsprocess. Folkpartiet vill därför ha en tydlig genomlysning av kommunens skolor och i förekommande fall förskolor och äldreboenden av:

- Nivån på ljud och buller,
- Hur miljön allmänt kan göras trevligare, lugnare och mer inbjudande,
- I vilken utsträckning råvarorna består av närproducerade säsongråvaror utan tillsatser,
- Personalens fortbildning. Här har en uppryckning skett efter Folkpartiets rapport, men det är centralt för personalen med kontinuerlig fortbildning och inspirationsdagar,
- När skollunchen serveras. Ingen elev ska behöva äta lunch så tidigt som 10:30,
- Hur lång matpausen är. Köer kan göra att även en på papperet lagom lång lunch blir otillräcklig,
- Skolmatsalens logistik. Placering av mathämtning och disk påverkar matmiljön mycket. Vilka möjligheter finns att tvätta händerna före måltiden?
- Hur de nya matråden i skolan fungerar. Målet ska vara att barn, elever, föräldrar och personal får mer inflytande över skolmaten,
- Hur maten inom äldreomsorgen bättre kan anpassas till de önskemål på rätter som äldre har,
- Mängden matavfall. Vad är det som slängs och vad är skälet? Hur kan mängden minskas för att därmed inte slösa på knappa resurser och få mer pengar över till bättre råvaror? En policy kan behövas för att komma tillrätta med problemet.

Med hjälp av kartläggningen vet vi vad som ska göras och hur arbetet ska prioriteras. För att nå Norrlands bästa mat gäller det att gå från ord till handling!

### **2. Fler tillagningskök för maten närmare individen**

Med tillagningskök runt om i kommunen som kan laga bra och näringsriktig mat nära barn, elever och äldre menar vi att kvalitén på maten ökar. Den tid som maten behöver hållas varm innan den serveras kan t ex minimeras. Ett gemensamt tillagningskök för förskola, skola och äldreomsorg har byggts i Byske. Det behövs på fler platser runt om i kommunen.

Jörnköket får därmed en mer specialiserad uppgift, att stå för kunskap och produktion av den specialkost som efterfrågas i allt större utsträckning.

### **3. Upphandling av närproducerat och livsmedelsmärkning**

Med tillagningskök för förskola, skola och äldreboenden i kommunens olika serviceorter ökar möjligheten till i omfattningen mindre upphandlingar. Det gör att lokala producenter får betydligt bättre möjligheter att kunna leverera mat till köket. Definitionen av närproducerat har i fallet kring Bondens marknad satts till en radie av 250 km vilket kan fungera som en riktpunkt.

Fördelen med mat som är närodlat är att avsändaren är tydlig, att transportererna minskar och att miljön därmed sparas samtidigt som kvalitén på råvarorna blir högre.

Folkpartiet tycker därför att närproducerad mat är ett bättre mått för kvalité än ekologisk mat, även om de båda begreppen ibland sammanfaller.

Det är möjligheter som ska bli verklighet i Skellefteå kommun!

Det finns flera smarta val att göra ur ett miljöperspektiv. Fisk ska väljas från hållbara bestånd (MSC- eller KRAV-märkning) och nöt- samt lammkött bör väljas från djur som betat på naturbetesmarker.

### **4. Bättre uppfyllelse av näringsriktigheten**

Krav på hur barn och elever ska få näringsriktig mat finns i Skellefteå kommun, men uppföljningen kan bli bättre. Ett verktyg är *SkolmatSverige* som hjälper både skolor och kommuner att utvärdera och utveckla sina solmåltider. Verktuget blir också viktigt som underlag för diskussion i de Matråd som ska finnas på kommunens skolor.

Att uppföljning är viktigt visar det faktum att i riket är det bara 12% av skolorna i *SkolmatSverige* som uppfyller kraven på fiber, järn, vitamin D och fettkvalitet på matsedeln.

I valda delar kan verktuget också vara användbart för hemtjänst och äldreboenden.

### **5. Fler vuxna kring matbordet i förskola och skola**

Fler vuxna som äter tillsammans med barn och elever lyfts fram som något önskvärt av flera förskole- och skolråd. Förespråkarna menar att vuxna fungerar som goda förebilder under måltiden, innebär fler händer som kan hjälpa barnen, skapar ökat lugn och trygghet samt därmed per automatik förbättrar tillsynen runt matbordet. Dessutom har många skolor infört att rektor äter i skolmatsalen åtminstone en gång i veckan för att som pedagogisk ledare också få ett bra grepp om den delen av verksamheten.

För Folkpartiet är det viktigt att idén inte innebär nya pålagor för hårt drabbade yrkesgrupper. Men det finns bra lösningar i andra kommuner som bör prövas också i Skellefteås förskolor och skolor.

### **6. Samarbete mellan landsting och kommun för att få bukt med äldres undernäring**

Den äldre har mycket att vinna på bättre samarbete mellan landsting och kommun. Frågor kring mat, måltider och aptit ska göras till en integrerad del av vård och behandling för äldre. I vårdplanering och samordning mellan hälso- och sjukvård och äldreomsorg ska mat, dryck, näringsinnehåll och allt runt måltiderna ha en lika viktig roll som rehabilitering och hjälp att komma ur sängen.

## **7. Identifiera äldres livsstilsfaktorer**

Inom vård och omsorg når kommun och landsting de flesta äldre som lider av undernäring. Vi måste bli bättre på att identifiera problem tidigt, att se vilka livsstilsfaktorer som kan påverka en framtida risk för undernäring, och erbjuda stöd och råd i god tid.

## **8. Stöd anhörigvårdare kring näringsrik bra måltider**

Många äldre vårdas hemma helt eller delvis av anhöriga. Dessa behöver också stöd och hjälp i vad som är viktigt för att undvika undernäring och uppnå trevliga måltider.

Träffar och kurser om mat och måltider kan fungera som en samlingspunkt för anhörigvårdare. En checklista eller liknande kan tas fram och spridas.

## **9. Inför matval för äldre**

Äldres rätt till självbestämmande är en röd tråd i Folkpartiets äldrepolitik. Det ska också gälla vad man äter. Socialstyrelsen håller med och menar att den enskilde ska kunna påverka sin måltid oavsett boendeform. Det handlar om allt från vanor, behov av mellanmål, dukning, bordsplacering samt lugn och ro.

Äldre tycker, precis som alla i andra, olika i fråga om maträtter. Att kunna välja vad man ska äta till lunch eller middag är en självklarhet för de flesta av oss. Det är det dock inte för de äldre som behöver hjälp av hemtjänsten för sina måltider eller som bor i äldreboende.

Den som bor i ett äldreboende eller har hemtjänst ska därför få möjlighet att välja mellan olika maträtter.

Kanske vill dessutom någon eller några av restaurangerna i kommunen laga matlådor till våra äldre. Den vägen kan också valfriheten för äldre ökas.

## **10. Inför Malmö-modellen för Skellefteås äldre**

Den s k Malmö-modellen innebär ökad valfrihet för den äldre som bor hemma och ska skapa en fungerande helhetslösning för den enskilde. Modellen innebär hjälp med hemleverans av matvaror, matlagning i hemmet, uppvärmning av färdigrätter från butik och/eller hjälp att ta sig till en restaurang.

Vi ser också stora möjligheter att använda det gymnasiala Hotell- och restaurangprogrammet till att höja kvalitén för äldres måltider genom att laga en pampigare middag på olika äldreboenden några gånger per år.