

MADLAVNING

- en del af ældres hverdag?

Idé katalog 2008



Social & SundhedsSkolen

Udgivet af:
Social & Sundhedsskolen, Herning
i samarbejde med Vega-Netværket 2008
kontaktperson: Birgitte Højlund
Projektet har modtaget støtte af Helsefonden
og Puljen til udvikling af bedre ældrepleje.



Idé-beskrivelse
Ældres mad og
måltider



Madlavning – en del af ældres hverdag?

Ideerne i dette katalog er indsamlet på en temadag på Social & SundhedsSkolen i Herning den 25. September 2007. Her mødtes 120 fagfolk og elever indenfor ældreområdet for at udveksle erfaringer om hvordan de kan medvirke til at ældre som ønsker det kan bevare madlavning som ét af hverdagens gøremål.

Ideerne fra temadagens workshops er herefter beskrevet og kommenteret af et panel af nogle af oplægsholderne på temadagen. De sendes nu ud som inspirationsmateriale og som oplæg til næste fase i Vega-Netværkets 3-årige projekt: "Mere Liv i Ældres Hverdag". Projektet løber i årene 2007-2009 og er støttet af Helsefonden. Temadagen om madlavning modtog endvidere støtte fra Ældrepuljen.

Vega-Netværket er et netværk mellem uddannelsesinstitutioner og arbejdspladser, der arbejder med at finde, dokumentere og formidle metoder til fastholdelse af opmærksomheden på ældres hverdagsliv, så hjælpen kan tilrettelægges med størst mulig hensyntagen til den ældres værdier. I "Mere Liv" projektet arbejder deltagere i netværket med fire centrale områder i hverdagen, som hjælpeindsatsens organisering ofte griber ind i. Det drejer sig om ældres samtaler, ældres udeliv, ældres nætter – og om ældres mad og måltider, som dette katalog handler om.

Det primære fokus for temadagen var **MADLAVNING**. Temadagen skulle kaste lys over den del af hverdagslivet, som handler om at sørge for sin egen mad, eller at deltage i gøremål, som knytter sig til madlavning.

Temaet tager udgangspunkt i den grundantagelse, at madlavning og dermed forbundne gøremål er meningsfulde hverdagsaktiviteter for mange ældre, og at der i den offentlige ældreomsorg er en del strukturelle, økonomiske og holdningsmæssige barrierer i forhold til at støtte ældre mennesker i at lave mad – men også rigtig mange gode eksempler på at det rent faktisk fungerer. To tidligere Vega-projekter har bidraget med baggrundsviden og inspiration til temaet ("En bid af ældres hverdagsliv", Ergoterapeutskolen i Odense 1999, "Hverdagsliv og Livretter", Social & SundhedsSkolen, Herning 2003)

Temaet **MADLAVNING** blev valgt, fordi det er her den største udfordring ses. I hjemmeplejen, fordi hjælp til madlavning stort set er afskaffet som en selvstændig ydelse. Og i leve- og bomiljøerne, fordi beboernes inddragelse i madlavning er en stor udfordring for personalet – så stor, at den fælles madlavning flere steder er blevet afskaffet, ofte fordi man ikke oplever at udbyttet står mål med ressourceforbruget. Samtidig fylder madlavning ikke i den faglige debat, mens mange fagpersoner er optaget af emner som: "det gode måltid", ernæringsproblematikker og hvordan der kan skabes øget valgfrihed med hensyn til færdiglavede mad.

Læs mere om de øvrige temaer på <http://knudramian.pbwiki.com/VegaNettet>.





TEMADAG: MADLAVNING

MADLAVNING

- En del af ældres hverdag?

25. september 2007 kl. 9 - 15

Følgende temaer belyses via oplæg fra praksisfolk og i workshops, hvor deltagerne på temadagen opfordres til selv at bidrage med gode ideer og erfaringer.

1. Madlavning i leve-og-bomiljøet og på plejehjemmet:

- Madlavning skaber liv i hverdagen - men hvem bestemmer menuen, og er maden i orden?
- Kan plejepersonalet løfte opgaven med at inddrage de svageste beboere - og hvad kommer der ud af det?

2. Madlavning i hjemmeplejen:

- Hvad ser visitator, når hun møder en borger med madlavningsproblemer - og hvad gør hun?
- Madlavning som træning og som sundhedsfremmende og netværksskabende indsats for borgere i eget hjem.

3. Madlavning set fra køkkenets synsvinkel:

- Hvordan nedbrydes muren mellem køkkenet og spisesalen?
- Hvordan bliver det rentabelt og samtidig lækkert og sundt?
- Hvilke praktiske løsninger kan gøre det lettere at lave mad, når man bliver gammel?



Temadagen er en del af MERLIV-projektet i Vega-Netværket. Temadagen er støttet af Helsefonden og puljen til udvikling af bedre ældrepleje.



Formiddagens oplæg

Mere liv i hverdagen - del ud af de gode ideer! v/ Knud Ramian:

Knud Ramian vil i sit oplæg fortælle om ideerne bag MERLIV-projektet, og om hvordan de gode ideer kan spredes gennem en systematisk arbejdsmodel, som kaldes gennembrudsmodellen.

Hvem bestemmer, hvad beboerne skal have at spise? v/ Kirsten Kjærgaard:

- madlavning på Danmarks bedste plejehjem.

Da man i Sjørup udviklede konceptet om leve-bomiljøer i 2002, var der ikke på noget tidspunkt tvivl om, at der skulle laves mad i enhederne. Stedet har nu fungeret i 4½ år og det har aldrig været overvejet at stoppe med madlavningen, da kosten er en meget vigtig aktivitet. Kirsten Kjærgaard tager i sit oplæg fat på spørgsmålene:

- Hvem ved, hvad der er bedst for den enkelte beboer? - selv- og medbestemmelse
- Hvordan bruger vi vores faglighed i forhold til kosten?
- Hvordan sikrer vi, at maden har den rigtige sammensætning?
- Hvordan udvikler vi medarbejderne til at have ansvaret for kosten?

God mad giver energi til livet v/ Inga Ager:

Inga Ager er leder af Byens Mad, som er Århus kommunes madservice. Hendes oplæg sætter fokus på størkøkkenernes udfordring i forhold til at tilbyde fleksible løsninger, som kan understøtte den enkelte ældre aktive incitser i Århus arbejder man på at gøre Madservice så fleksibel, at den enkelte efter ønske og behov får mulighed for at sammensætte menuerne på kryds og tværs. Det gøres ud fra devisen om, at kun den spiste mad "giver energi til livet".

Madlavning - et spørgsmål om træning v/ Karen Andersen:

Træning i eget hjem kan være den indsats, der skal til, for at man efter et sygdomsforløb kommer i gang med at lave mad igen. Karen Andersen fortæller om erfaringerne fra et projekt, hvor et tæt tværfagligt samarbejde mellem terapeuter, visitation og plejepersonale gav mulighed for at træne daglige færdigheder som for eksempel madlavning. Det blev et projekt, der både førte til, at borgerne kunne udføre flere af dagligdagens opgaver selvstændigt og til større tilfredshed hos borgerne.

Det velduftende plejehjem v/ Jens Christian Elle:

Med udgangspunkt i et forskningsprojekt med en række københavnske plejehjem beretter Jens Christian Elle om medarbejdernes og beboernes kritik af de nuværende forhold omkring madlavningen og måltidet. I forlængelse heraf fortæller han om deres visioner for det velduftende plejehjem. Afslutningsvis vil Jens Christian Elle komme ind på, hvorfor det i dagligdagen er så svært at gøre det, der bør gøres og komme med konkrete bud på, hvordan vi kan bruge den nuværende krise som afsæt for udviklingen af mere omsorgsfulde og velduftende institutioner.

Hvad ser visitator - og hvad gør hun? v/ Jonna Vigsø

Dette oplæg handler om visitatorens centrale rolle som den person, der skal være med til at oversætte kommunens kospolitik og kvalitetsstandarder til konkrete ydelser til ældre, som har problemer med at lave mad. Hvilke muligheder er der for at udvikle de tilbud, der er i dag indenfor de politiske rammer? Jonna Vigsø fortæller kort om to forskellige projekter, der ene havde fokus på de småtspisende ældre, det andet omfattede blandt andet madklubber for demensramte borgere.



Eftermiddagens workshops



Vælg én af følgende workshops. På tilmeldingsskemaet angives en 1. og 2. prioritet. Workshoppen styres af en tovholder fra Social & SundhedsSkolen. Efter oplægget er der erfaringsudveksling og -opsamling i workshoppen.

Workshop 1: Er beboerne ikke for dårlige til at lave mad?

Oplægsholdere fra Kastaniehaven i Give: Social- og sundhedsassistenter Mette Westergaard og Susanne Madsen suppleret af centerleder Emma Winther og souschef Marie Rud. I Kastaniehaven laves al mad af plejepersonalet i de 8 boenheder. Hver boenhed har sin egen kostkasse og styrer selv økonomien. I workshoppen vises en lille film om Kastaniehaven, og der fortælles, hvordan plejepersonalet dagligt arbejder med begrebet "inddragelse". Hvad vil det sige at deltage i madlavningen? Hvordan får de svageste beboere glæde af, at der laves mad i huset? Hvordan kan vi i medarbejdergruppen hjælpe hinanden, så vi hele tiden har fokus på at inddrage beboerne i det liv, de daglige aktiviteter giver mulighed for?

Workshop 2: Hvordan får vi tid og råd til at tilberede maden i leve- og bomiljøet?

Oplægsholder fra Mellemtoft i Holstebro: Plejebiblioteker Mette Hendriksen.

Leve- og bomiljøet Mellemtoft har været igennem en lang udviklingsproces, som startede med, at al maden blev tilberedt fra bunden. Efter en periode med udbragt, rådgibtberedt mad er det nu endt med en mellem løsning, hvor maden modtages halvt tilavet og derefter færdigtberedes i boenhederne. Mette Hendriksen fortæller om erfaringerne med de tre forskellige løsninger - både med hensyn til økonomi og hvad det har betydet for beboere og personale.

Workshop 3: At holde samtalen ved bordet i gang - en ny opgave for plejepersonalet

Oplægsholdere: Social- og sundhedshjælper Nanna Jeppesen og social- og sundhedsassistent Hanne Kristensen, Sjørup Fældecenter.

Arbejdet i leve- og bomiljøet stiller nye krav til personalets socialpædagogiske fægtighed. Nanna og Hanne fortæller, hvordan måltidets sociale indhold og samtalen ved middagsbordet i leve- og bomiljøet er en professionel opgave, som kræver personalets fægtige omtanke og opmærksomhed for at lykkes. De præsenterer en model, som illustrerer, hvordan man kan arbejde med at forberede den gode samtale om og omkring maden.



Eftermiddagens workshops



Workshop 4: Ernæringsassistenter i levebo-miljøet

Oplægsholdere: Køkkenleder Susanne Therkelsen; Den kommunale madordning i Norddjurs Kommune og ernæringsassistent Anette Tilsted, Leve-bomiljø Fulsgangsgården, Grenaa. For at imødekomme den udfordring det er på samme tid at skulle sikre ernæringsrigtig mad af god kvalitet til lavest mulige pris, samt beboernes medinddragelse omkring maden, har man her valgt at ansætte ernæringsassistenter i levebo-miljøerne.

Ernæringsassistenterne har det daglige overblik på det ernæringsmæssige område i to bo-fællesskaber og samarbejder med køkkenet om indkøb og klargøring af maden. I oplægget fortælles ud fra en køkkenfaglig synsvinkel om samarbejdet med plejepersonalet og beboerne.

Workshop 5: Mere mad i maven - ved fælles hjælp

Oplægsholder: Køkkenleder Lene Dale

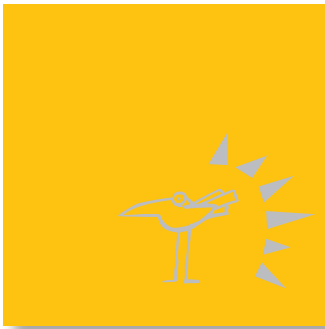
Lene Dale fortæller med baggrund i sit arbejde som køkkenchef på Hermann Koch Gården i København om at se hver enkelt beboer som helt specielt, og om hvordan man ved fælles hjælp finder frem til, hvad der giver "mad i maven" for lige præcis den person. Hun giver mange bud på, hvordan køkkenet og plejen kan arbejde sammen, hvordan beboerne kan inddrages i madplanerne og køkkenarbejdet på et almindeligt plejehjem, og hvordan maden kan produceres, så den "rammer bredt i minderne".

Endelig giver Lene Dale ideer og inspiration til, hvordan man kan arbejde med kost- og serveringspolitik, involvere bruger-pårørende-rådet og andre samarbejdspartnere gennem fæks, temadage om maden. Hermann Koch Gården var et af de københavnske plejehjem, som deltog i forskningsprojektet: "Det velduftende plejehjem".

Workshop 6: Madlavning i madklubber

Oplægsholdere: Brigitte Højlund, Social & SundhedsSkolen, Herning.

I workshoppen formidles erfaringer fra forskellige madklubber for hjemmeboende pensionister rundt omkring i landet. Hvad skal der til, for at det lykkes? Hvem er interesserede i at deltage i fælles madlavning og fællesspisning, og hvad kommer der ud af det? Madlavning som sundhedsfremme og forebyggelse.



TEMA 1.

Madlavning i leve-bomiljøet og på plejehjemmet

Madlavning skaber liv i hverdagen på plejehjemmet – men hvem bestemmer menuen, og er kvaliteten i orden? Kan plejepersonalet løfte opgaven med at inddrage de svageste beboere? Kommer der til at gå for lang tid med at lave mad? KAN plejepersonalet lave mad? Hvad med hygiejnen, når beboerne skal med i køkkenet? Hvordan bliver samtalen ved bordet en professionel opgave?

Det er nogle af de spørgsmål, der blev holdt oplæg om og drøftet i de efterfølgende workshops. Der blev udvekslet mange gode ideer, nogle af dem præsenteres her kort.

De har titlerne:

- Langsom madlavning giver tryghed og ro
- Beboerne inddrages i beslutninger om maden
- Personaletimer til madlavning betales over kostkassen
- Samtalen ved bordet er en professionel opgave
- Der er brug for beboernes ressourcer
- Fælleskasse til spontan mad
- Pårørende laver mad i leve-bo-miljøet



Idé-beskrivelse
Ældres mad og
måltider



Hvad går ideen ud på?

”Langsom madlavning” giver tryghed og ro om eftermiddagen

Hvordan gør I?

Ét personale har hovedansvaret for madlavningen og går i gang i god tid. Måltidet bygges op over flere timer. Det er godt med en steg i ovnen!

Ved sygdom og mangel på personale vælges nemmere løsninger. I enkelte tilfælde kan der hentes hjælp fra køkkenet i dagcentrets café.

Man prøver generelt at undgå ”panik” omkring maden, men tager det stille og roligt.

Hvilke erfaringer har I med ideen?

De langstrakte forberedelser trækker beboerne til: Der foregår noget i fællesrummene om eftermiddagen, og det virker hjemligt og hyggeligt.

Der er mindre uro.

Ro og god tid mindsker faren for, at madlavning bliver en stress-faktor for personalet.

Hvem kan kontaktes angående ideen?

Kastaniehaven, Give
Rudbækshøj, Middelfart

Kommentarer, spørgsmål og vurdering fra ekspertpanelet:

- God idé, det giver fylde i dagen.
- Bekymring: Der er personale, der ikke magter madlavning.
- Udfordring: De unge og uerfarne må oplæres af de trænede husmødre – måske en mentor-ordning?
- Langsom madlavning er det optimale, men der er ikke sat tid af til at være langsom!
- Godt for både personale og beboere, at der er god tid. Beboerinddragelse kræver tid, især i starten.



Idé-beskrivelse
Ældres mad og måltider



Hvad går ideen ud på?

Beboerne inddrages i beslutninger om maden

Hvordan gør I?

Madplanen udarbejdes i samarbejde med beboerne.

Der er flere modeller:

- Beboerne bestemmer en ret på skift
- Personalet opsamler ideer under måltidet, når man snakker om maden
- Personalet kommer med forslag (eventuelt lidt provokerende, hvis der ikke rigtig er nogen, der har en mening)
- Husrådet drøfter kostpolitikken i huset

- Der spørges hver morgen, hvad den enkelte vil have til morgenmad i dag
- Når beboere er med på indkøb, har de ansvaret for pungen og betalingen
- Beboerne bruges som "levende kogebøger", som personalet spørger til råds

Hvilke erfaringer har I med ideen?

Gladere, mere aktive beboere.

Hvem kan kontaktes angående ideen?

Sjørup Ældrecenter
Kastaniehaven, Give
Rudbækshøj, Middelfart

Kommentarer, spørgsmål og vurdering fra ekspertpanelet:

- Ja, hvad ellers?
Ingen andre kan jo vide, hvad de gerne vil spise!
- Det burde være en menneskeret at beboere i leve-bo-miljøer er med i beslutninger om maden, men det er nødvendigt at bevare at fastholde det som et fokusområde for at bibeholde aktive beboere.
- Ideen om at have et husråd i hver boenhed er genial i forhold til at dele ansvaret ud til pårørende og beboere.
- Beboere og personale bør lade sig inspirere af madplaner fra andre steder – for ikke at køre fast i de samme planer.



MERLIV -VEGANETVÆRKET



Idé-beskrivelse
Ældres mad og måltider



Hvad går ideen ud på?

Personaletimer til madlavning betales over kostkassen

Hvordan gør I?

Beboerne betaler et beløb ind til dækning af ekstra personaletimer til madlavning sammen med kostpengene. (p.t. 1100 kr./måned)

Hver boenhed har ansvar for deres egen kostkasse og køber selv ind. Husrådet (beboer, pårørende, personale) reviderer regnskabet og drøfter overordnet maden i huset.

Hvilke erfaringer har I med ideen?

Politikerne skal bakke leve-bo-tankens op og acceptere, at kostprisen også dækker personaletimer.

Det giver en sund økonomi, så der også bliver plads til lidt spræl i dagligdagen.

Det er vigtigt, at de pårørende bakker ideen med madlavning i huset op og synes, det er OK at betale ekstra for det.

Hvem kan kontaktes angående ideen?

Kastaniehaven, Give

Kommentarer, spørgsmål og vurdering fra ekspertpanelet:

- Det er et godt alternativ til at afskaffe madlavning i leve-bo-miljøerne. Den samlede kostpris behøver ikke blive højere end kostprisen for beboere på traditionelle plejehjem.
- Samarbejdet med de pårørende vil sikkert også smitte af på andre ting end maden.
- Super god idé, som skaber mulighed for at inddrage madlavning som en del af hverdagen, hvilket er med til at holde de ældre så "friske" så længe som muligt. Vigtig pointe, at politikerne skal bakke ideen op.



MERLIV -VEGANERNETVÆRKET

Idé-beskrivelse
Ældres mad og
måltider



Hvad går ideen ud på?

Samtalen ved bordet er en professionel opgave

Hvordan gør I?

Et personalemedlem har ansvar for hygge, ro og samtale ved bordet. Det sociale indhold i måltidet er en professionel opgave, der er lige så vigtig som plejeopgaverne.

Det betyder, at måltidets sociale indhold overvejes på forhånd. At den, der har ansvaret for måltidet, har tænkt over, hvordan deltagerne er placeret, hvordan en samtale kan komme i gang netop i dag med netop denne gruppe beboere, hvordan måltidet starter og slutter osv.

En personalegruppe har arbejdet med et "samtaletæ", en slags mindmap til udvikling af samtalemener ved bordet med udgangspunkt i maden.

Et "madspil" kan også sætte snakken i gang: Der nævnes 3 ingredienser – man skal så gætte retten.

Hvilke erfaringer har I med ideen?

- Måltidet varer længere, der spises mere, det er mere hyggeligt og berigende for alle parter.
- "Det handler om at stille de rigtige spørgsmål på de rigtige tidspunkter."
- Hele personalegruppen skal arbejde målrettet med det og prioritere det som en professionel opgave.
- Madspillet har givet inspiration til menuen.

Hvem kan kontaktes angående ideen?

Sjørup Ældrecenter
Åstedparkens Ældrecenter, Borris
Kastaniehaven, Give

Kommentarer, spørgsmål og vurdering fra ekspertpanelet:

- God idé, de fleste har en mening om mad.
- Kan være med til at forebygge undervægt.
- Stiller krav til medarbejderne, måske for store krav for nogle?
- Hvad er lederens rolle i forhold til, at denne opgave prioriteres?
- Det er vigtigt at sikre, at personalet sidder med ved bordet og reelt spiser sammen med beboerne.
- Pas på med rulleborde – de har det med at snige sig ind!

Litteratur

Aktivitetstræet: "Livsbetingelser, kultur og miljø" kap.5. Gads Forlag 2004
"Du er dem, du spiser sammen med" Jens Kofod, Fødevarerdirektoratet 2000
"Det pædagogiske måltid" DemensNyt nr. 28 2002
"Måltidspiloter styrker appetitten", FOA-bladet februar 2004
"Et måltid skal have en vært" Køkkenliv nr. 16, 2006



Idé-beskrivelse
Ældres mad og måltider



Hvad går ideen ud på?

Der er brug for beboernes ressourcer

Hvordan gør I?

Personalet:

- Spørger beboerne til råds om madlavning
- Får beboerne til at smage maden til
- Gør sig "usynlige" – sætter f.eks. tallerkener og bestik frem og forsvinder – og så går beboerne selv i gang
- Beder direkte beboerne om hjælp, hvis der er sygdom eller travlhed
- Afviser aldrig en beboer, som tilbyder sin hjælp

Hvilke erfaringer har I med ideen?

Når beboerne oplever, at der er brug for deres hjælp, får de flere ressourcer.

Det giver større selvtillid og glæde.

Hvem kan kontaktes angående ideen?

Sjørup Ældrecenter
Kastaniehaven, Give

Kommentarer, spørgsmål og vurdering fra ekspertpanelet:

- En god idé at synliggøre/sætte fokus på at udgangspunktet altid må være beboernes ressourcer. Hvordan måles det?
- Der er behov for at sætte fokus også på personalets aktiviteter, så der bliver plads til beboerne – dvs. man skal passe på ikke at ødelægge små initiativer til aktivitet.



MERLIV -VEGANETVÆRKET

Idé-beskrivelse
Ældres mad og måltider



Hvad går ideen ud på?

Fælleskasse til spontan mad

Hvordan gør I?

Beboerne indbetaler 100 kr. om måneden til en fælleskasse, som kan bruges til ekstra småindkøb, hvis man f.eks. lige får lyst til pølser, pandekager eller koldskål en dag, hvor det ikke er på menuen.

Hvilke erfaringer har I med ideen?

Det giver mulighed for impulsivitet – plads til "det fik vi lige lyst til".

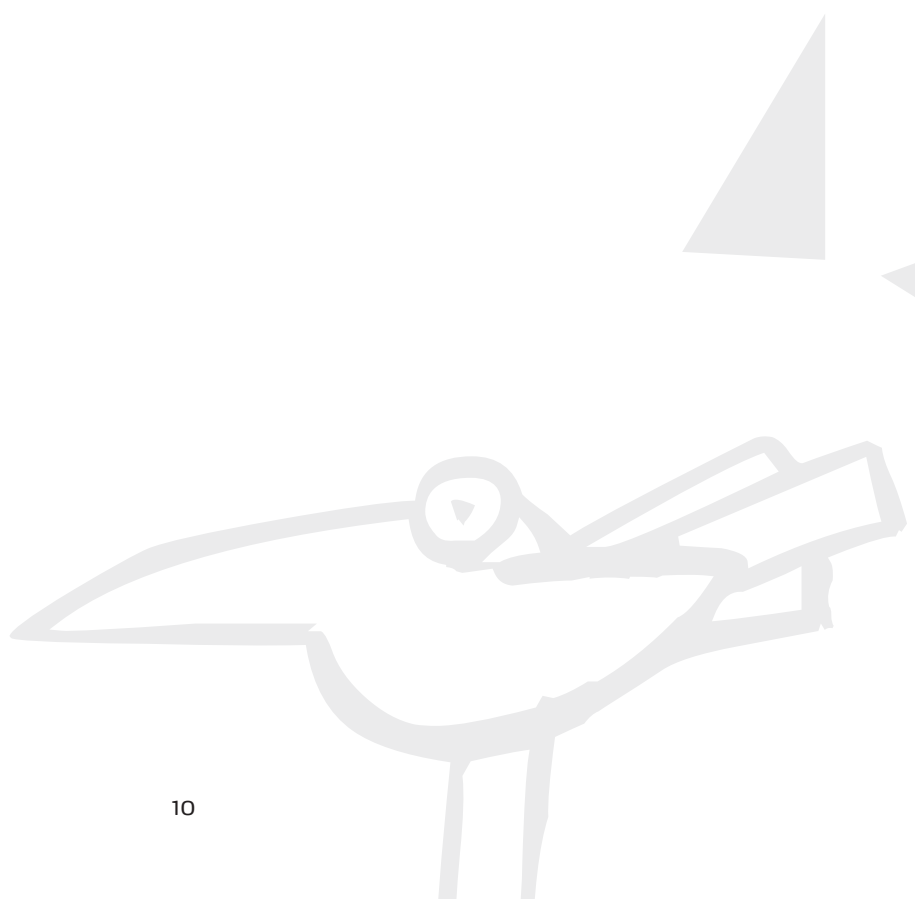
Småindkøb giver ture ud i byen med beboerne.

Hvem kan kontaktes angående ideen?

Nørregades Plejehjem, Herning

Kommentarer, spørgsmål og vurdering fra ekspertpanelet:

- En dejlig simpel idé, der kan give megen glæde ved at inddrage beboerne i små indkøb og tage stilling til hvad de har lyst til.
- God måde at praktisere nogle af ideerne fra leve-bo-miljøet på.
- Vigtigt at være opmærksom på at det reelt er beboernes (og ikke personalets) behov og sikre at beboerne inddrages mest muligt.



Idé-beskrivelse
Ældres mad og
måltider



Hvad går ideen ud på?

Pårørende laver mad i leve-bo-miljøet

Hvordan gør I?

En pårørende med særlig interesse eller kompetencer indenfor madlavning laver mad til hele huset en gang imellem.

Hvilke erfaringer har I med ideen?

Man skal være opmærksom på, at råvarer og hygiejne er OK, men i øvrigt "ha' lidt is i maven og ikke male fanden på væggen".

Det giver variation i menuen, aflaster personalet og er en konkret opgave, hvor de pårørende kan involveres i og bidrage til indhold i hverdagslivet i leve-bo-miljøet.

Hvem kan kontaktes angående ideen?

Mellemtoften, Holstebro
Centerleder Mette Henriksen

Kommentarer, spørgsmål og vurdering fra ekspertpanelet:

- Vi skal være opmærksomme på ikke at skræmme pårørende og andre frivillige væk med for store krav.
- Hygiejnekrav skal også overholdes af de frivillige – hvordan sikres det?
- Det er en god idé med en gæstekok i boenheden det frigør ressourcer og skaber liv.





TEMA 2.

Madlavning i hjemmeplejen

Hvad gør visitator, når det opdages, at et gammelt menneske er ved at opgive at lave mad efter et sygdomsforløb? Eller når manden, der aldrig har sat sine ben i køkkenet, pludselig bliver alene? Standardløsningen er udbragt mad eller henvisning til at spise på det nærmeste ældrecenter.

Hjælp til madlavning i eget hjem er blevet en meget sjælden ydelse i den kommunale hjemmepleje. Men der findes mennesker, for hvem den udbragte mad eller ældrecentrets kantine ikke er den bedste løsning. For hvem det giver livskvalitet, indhold og tilfredshed selv at stå for den varme mad eller i hvert fald dele af den. Hvordan skabes der muligheder for det? Det kræver blandt andet at kommunen har en gennemarbejdet kostpolitik, og at kvalitetsstandarder og ydelser giver mulighed for fleksibilitet.

I det følgende præsenteres et par meget forskellige bud på løsninger.

De har titlerne:

- Madklub for hjemmeboende demensramte
- ADL-træning i stedet for udbragt mad
- Madlavningsgruppe for enkemænd
- Frivillige laver mad til fællesspisning i dagcentret



Idé-beskrivelse
Ældres mad og
måltider



Hvad går ideen ud på?

Madklub for hjemmeboende demensramte

Hvordan gør I?

- Visitationen tog udgangspunkt i til lejligheden udarbejdede kvalitetsstandarder med fokus på ernæring. Der blev arbejdet med fleksible ydelser i forhold til de demensramte.
- I madklubben mødtes en gruppe demensramte borgere to gange om ugen i et lokalt dagtilbuds lokaler.
- Personalet som var ansat i projektet var social- og sundhedshjælpere, ergoterapeuter og en smørrebrødsjomfru. Personalet sørgede for indkøb. Borgerne tilberedte maden sammen med personalet, de spiste sammen og ryddede op sammen.

Hvilke erfaringer har I med ideen?

Projektet var en stor succes. Efter projektets afslutning var der ikke ressourcer til at køre det videre. Erfaringerne fra projektet publiceres i en rapport.

Hvem kan kontaktes angående ideen?

Demenscentret Pilehuset, København

Kommentarer, spørgsmål og vurdering fra ekspertpanelet:

- God idé, en skam den ikke kunne fortsætte.

Litteratur

Projekt Giv Tid 2006-2007. Afsluttende Rapport.

"Fleksible tilbud styrker kontakten til demente" SALUS/DSR: Nr. 4/2006.



Idé-beskrivelse
Ældres mad og
måltider



Hvad går ideen ud på?

ADL-træning i stedet for udbragt mad

Hvordan gør I?

I forbindelse med visitationen henvises til kommunens ergoterapeut, hvis det skønnes, at borgeren kan få glæde af et træningsforløb.

Ergoterapeuten undersøger borgerens færdighedsniveau og hvor stor betydning, madlavning har for borgeren.

Herefter planlægges sammen med borgeren et træningsforløb, som kan vare op til ½ år. Ergoterapeuten kommer i hjemmet 1-3 gange om ugen og søger i forløbet evt. om hjælpemidler i forbindelse med madlavning.

Hvilke erfaringer har I med ideen?

Borgeren skal have lyst og tro på, at det nytter.

Målet skal være klart og tydeligt for borgeren og alle samarbejdspartnere omkring borgeren, og der skal være loyalitet i forhold til, at alle arbejder efter at nå dette mål sammen med borgeren.

Tæt samarbejde med social- og sundhedshjælperne og -assistenterne er en forudsætning for, at borgeren når målet.

Projektet har ført til mere tilfredse borgere og sparede hjemmehjælpstimer.

Hvem kan kontaktes angående ideen?

Karen Andersen 89 15 20 71 eller molak@randers.dk

Kommentarer, spørgsmål og vurdering fra ekspertpanelet:

- God idé, giver selvværd og flere ressourcer og succesoplevelser for borgeren.
- Hvis alt sundhedspersonale sætter borgeren i centrum i forhold til madlavning, og der er mulighed for et tæt tværfagligt samarbejde omkring et træningsforløb, vil mange af vore borgere selv kunne lave deres egen mad eller gøre det med støtte af plejepersonalet. Men det kræver både ledelsesmæssig og politisk opbakning.

Litteratur

Projektet er omtalt i fagbladet Ergoterapeuten nr. 6/2007.



Idé-beskrivelse
Ældres mad og måltider



Hvad går ideen ud på?

Madlavning for enkemænd

Hvordan gør I?

I forbindelse med dødsfald henviser hjemmeplejen til ældrecentrets madlavningsgruppe, hvis der er interesse for at lære at lave mad.

En gruppe på 6-8 mænd mødes en formiddag om ugen i ældrecentrets køkken. De starter med at drikke kaffe og udveksle madlavningsoplevelser fra ugens løb, så planlægges dagens arbejde (personalet har købt ind) – og det besluttet, hvad menuen skal være næste gang.

Kørsel skal bevilges via visitationen, men ellers er det den medarbejder, der står for gruppen, som tager stilling til, hvem der kan komme med.

Hvilke erfaringer har I med ideen?

- Det er vigtigt, at køkkenet er godt indrettet med højdeindstillelige borde og plads til kørestole m.m.
- Hjemmeplejen skal være opmærksom på at hjælpe til at lære at lave mad kan være en løsning, og at den skal tilbydes meget hurtigt. Er der først bevilget udbragt mad, kommer man ikke i gang selv.
- Erfaringen er at mændene får lyst til og mod på at lave mad og bage der hjemme. Der er ingen, der får udbragt mad. Det sociale sammenhold er en meget motiverende faktor i gruppen.

Hvem kan kontaktes angående ideen?

Egetoft Aktivitet og træning, Egtved
Ingrid Laudal

Kommentarer, spørgsmål og vurdering fra ekspertpanelet:

- Et rigtig godt tilbud, som også kan være med til at skabe netværk og kontakt til andre. Bare det var et tilbud alle steder!
- Alternative ideer til madlavningsgrupper for mænd:
"Herreretter": Gule ærter, stegte ål, sild og snaps
"Den søde tand": Kager og desserter for diabetikere
"Fiskegruppen": Fisketure og madlavning
(Højagercentret i Jelling, Munkebo-centret, Næstved)

Litteratur

"Enkemænd skal jo også leve" Politiken 4.2.2007.



Idé-beskrivelse
Ældres mad og måltider



Hvad går ideen ud på?

Frivillige laver mad til fællesspisning i dagcentret

Hvordan gør I?

To faste "damer" laver mad til fællesspisning en gang om måneden. Der deltager 25-30 af dagcentrets gæster. Nogle af dem hjælper med borddækning og oprydning. Personalet handler ind.

Hvilke erfaringer har I med ideen?

Ordringen er meget populær.

Hvem kan kontaktes angående ideen?

Aktivitetscentret Sundtoppen, Horsens

Kommentarer, spørgsmål og vurdering fra ekspertpanelet:

- Har de frivillige hygiejne-kursus?
- God idé, som vi selv har tænkt på at tage op, udelukkende med hjælp fra frivillige.
- God idé at inddrage de frivillige – det betyder hjælp til selvhjælp for flere. Måske bliver menuen også lidt mere varieret med folk udefra.





TEMA 3.

Madlavning set fra en køkkenfaglig synsvinkel

Madlavning er ikke længere noget, som alle kvinder bare kan. Og slet ikke når det bliver en professionel opgave. Derfor har det rundt omkring givet mange problemer, at plejepersonalet fik ansvaret for maden i leve-bo-miljøet. Her kan være brug for personale med en køkkenfaglig baggrund, som kan bidrage med ideer til, hvordan det kan blive både overkommeligt, rentabelt og sundt. Det handler om et tværfagligt samarbejde, som kan udbygges til glæde for begge parter – om at "nedbryde muren mellem køkkenet og spisestuen".

For den hjemmeboende ældre, der stadig gerne vil lave noget af sin mad selv, kan mere fleksible løsninger og halvfabrikata i forbindelse med den udbragte mad være vejen frem.

I det følgende præsenteres et par af de gode køkkenfaglige ideer fra temadagen:

- Flex-menuer: Individuelt sammensatte måltider
- Halvfabrikata til madlavning i leve-bo-miljøet
- Ernæringsassistenter i leve-bo-miljøet



Idé-beskrivelse
Ældres mad og måltider



Hvad går ideen ud på?

Flex-menuer: Individuelt sammensatte måltider

Hvordan gør I?

Flex-menuen giver borgeren mulighed for selv at vælge, hvordan den udbragte mad sammensættes ved at kombinere forskellige muligheder for:

1. Hovedretter (forskelligt kød og forskellige sovse)
2. Tilbehør (ris, kartofler, pasta, brød)
3. Grønt (kogte, stegte, marinerede, rå)

Hvilke erfaringer har I med ideen?

Ideen er under indførelse, der er ikke mange erfaringer, men mange positive forventninger.

Det bliver lettere at tilgodese den enkeltes smag og lyster, og lettere at lave mad til f.eks. borgere med anden etnisk baggrund.

Næste skridt (endnu ikke indført) er, at borgerne kan vælge halvfabrikata (ex. rørt fars, panerede fisk etc.) og selv færdigtilberede maden.

Hvem kan kontaktes angående ideen?

Leder af Byens Mad, Inga Ager, Århus

Kommentarer, spørgsmål og vurdering fra ekspertpanelet:

- Spændende idé, især "næste skridt", der giver nye muligheder for borgerne, som efter et træningsforløb kan tilbydes en meget mere fleksibel ordning – i stedet for at være henvist til supermarkedets fede halvfabrikata.
- Jeg kan se en fare i, at bestillingssedlen bliver for uoverskuelig for nogle af vore mentalt dårlige borgere, måske kan der visiteres støtte til at bestille mad, hvis vi skal bevare valgfriheden for vore borgere.
- Ideen kan også bruges i leve-bo-miljøer, så beboerne kan inddrages i dele af madlavningen.
- Det ville være rigtig godt for kunderne, hvis det kan gennemføres.



MERLIV -VEGANETVÆRKET



Idé-beskrivelse
Ældres mad og
måltider



Hvad går ideen ud på?

Halvfabrikata til madlavning i Leve-bo-miljøet

Hvordan gør I?

Leverandøren leverer delvist tilberedt mad, hvoraf noget blot skal varmes. Der er opskrifter med.

Kartofterne skrælles stadigt i leve-bo-miljøet.

Leverandøren laver en madplan for en uge ad gangen men er lydhør overfor forslag til sammensætning af menuen.

Hvilke erfaringer har I med ideen?

Efter at have prøvet forskellige løsninger: Mad fra bunden og færdiglavet varm mad udefra - er man nået frem til denne løsning som ideel, fordi den kombinerer forskellige fordele:

- Personalet får bedre tid til andre gøremål
- "Hjemligheden" og duften af mad bevares
- Beboerne kan stadig inddrages i madlavningen
- Beboerne sikres en god, alsidig kost, lavet af professionelle

Hvem kan kontaktes angående ideen?

Plejeboligerne Mellemtoft, Holstebro

Plejeboligleder Mette Hendriksen

Kommentarer, spørgsmål og vurdering fra ekspertpanelet:

- Et godt alternativ, hvis der ikke er personale- og beboerressourcer til at lave maden fra bunden.
- En god idé, som sikrer madens kvalitet.
- Det er let at gå til for en afløser.
- En god ting, når tiden ikke er til madlavning fra bunden.
- Fisk bør være frisk!



Idé-beskrivelse
Ældres mad og måltider



Hvad går ideen ud på?

Ernæringsassistenter i leve-bo-miljøet

Hvordan gør I?

Ernæringsassistenten er ansat i to forskellige leve-bo-miljøer med 15 timer til hver og har det daglige overblik og ansvar for maden og hygiejnen i køkkenet.

Den varme mad leveres fra et storkøkken, evt. som halvfabrikata (f.eks. en steg, som kan puttes i ovnen i leve-bo-miljøets køkken).

Beboerne inddrages, der hvor det er muligt, bl.a. i forhold til opskrifter, kartoffelskrælning og tilsmagning af maden.

Hvilke erfaringer har I med ideen?

- Det giver en hjemlig atmosfære, at der er én, der arbejder i køkkenet og sørger for maden.
- Den køkkenfaglige baggrund giver større fleksibilitet, flere løsningsmuligheder og bedre økonomi, end når plejepersonalet har ansvaret.
- Plejepersonalet kan få professionel hjælp og vejledning ift. maden.

Hvem kan kontaktes angående ideen?

Fuglsanggården, Grenå

Køkkenleder Susanne Therkelsen

Kommentarer, spørgsmål og vurdering fra ekspertpanelet:

- Spændende at inddrage faggrupper med specialviden om madlavning. Social- og sundhedspersonalet kan koncentrere sig om at have fokus på at inddrage beboerne i planlægning, indkøb og madlavning. Meget sundhedsfremmende for både vore småtspisende og overvægtige borgere.
- Alternativ idé: En kostfaglig konsulent, der kan bistå med vejledning til plejepersonalet, som laver maden.
- Ernæringsassistenten må være meget fleksibel, hvis timerne skal udnyttes godt.
- God idé, hvis der er råd til det.

Litteratur

"Måltidskultur i 15 små hjem" Økonomaen nr.1/2004

"Fire store familier" Økonomaen nr. 3/2004

"Køkkenassistenter i leve-bo-miljøer" Lederforum nr.1/2006

"Når hverdagslivet flytter med" Fag og Arbejde okt. 2005



MERLIV -VEGANETVÆRKET





Social & SundhedsSkolen