



Kristianstads
kommun



www.kristianstad.se

Matsvinn inom äldreomsorgen

Sammanfattning

Denna rapport redogör för en mindre matsvinnundersökning i Kristianstad, bestående av fem besök på olika äldreboenden. Bakgrunden är en tidigare mätning som visat att serveringssvinnet på omsorgsboendena i kommunen uppgår till 119 g/portion i snitt. Syftet med undersökningen var därmed att studera serveringssvinnet och försöka ta reda på om, och i så fall hur, denna form av matsvinn går att minska framöver.

De genomförda observationerna och samtalen med omsorgspersonalen på de besökta boendena visar bland annat att nästan alla matrester efter serveringen slängs och att de största volymerna utgörs av kolhydrater. Alla äldre ges möjlighet att välja maträtt och det generella intrycket hos personalen är att de boende äter tillräckligt. Maten serveras i många fall direkt på tallrik och personalen kommunicerar mer eller mindre regelbundet med köken.

Baserat på insikterna från besöken, i kombination med riktlinjer från olika handböcker om matsvinn och måltider, presenteras en möjlighetsmatris över olika åtgärder för Kristianstads kommun att utgå ifrån i det fortsatta arbetet. Åtgärder som bedöms vara "lågt hängande frukter" eller vara av avgörande strategisk betydelse är bland annat att ändra portionsberäkningarna och minska mängden kolhydrater, att börja mäta allt matsvinn regelbundet, samt att göra en svinnsatsning med tydliga och lättillgängliga riktlinjer för när och hur äldreboendena bör ta tillvara på överbliven mat.

© Kristianstads kommun, januari 2022

Foto omslag: Claes Sandén

Undersökningen ingår i projektet Fossilbränslefria kommuner 2.0, som delfinansieras av Europeiska regionala utvecklingsfonden.



EUROPEISKA
UNIONEN
Europeiska
regionala
utvecklingsfonden

Innehåll

1. Inledning.....	4
1.1. Ett projekt inom Fossilbränsle fria kommuner 2.0	4
1.2. Rapportens struktur	5
2. Tillvägagångssätt i undersökningen	5
2.1. Avgränsningar, förarbete och val av boenden.....	5
2.2. Observationer och intervjuer	6
3. Mer mat i magen – för ökad livskvalitet och minskade kostnader	7
3.1. Aktuella mål och styrdokument.....	7
3.2. Samhällsnyttor med minskat matsvinn i äldreomsorgen	9
4. Nulägesbeskrivning av måltidsverksamheten i Kristianstad	9
4.1. Organisation, kök och leveranser.....	9
4.2. Meny och valmöjligheter	10
4.3. Mätningar av matsvinn	11
5. Metoder för minskat matsvinn	11
5.1. Mer mat i magen	11
5.1.1. Se över måltidsfördelningen över dygnet	11
5.1.2. Återkoppling till kök och påverkan på matsedel	12
5.1.3. Laga eller värm mer mat på avdelningen	13
5.1.4. Maten serveras vid bordet.....	14
5.1.5. Omsorgsmåltider med personalen.....	14
5.2. Mindre mat i soporna.....	14
5.2.1. Flexibla beställningar	15
5.2.2. Servera i omgångar	15
5.2.3. Använd en referensportion	16
5.2.4. Planera för rester	16
5.2.5. Ge bort mat som blir över	17
6. Utmaningar i Kristianstad och förslag på vägar framåt	17
6.1. Gemensamma nämnare och möjligheter	17
6.2. Förslag på åtgärder	18
6.2.1. Ändra portionsberäkningarna.....	18
6.2.2. Börja mäta svinnet	19
6.2.3. Gör en svinnsatsning	19
6.2.4. Lyft måltidsfrågan på strategisk nivå.....	20
6.2.5. Hela åtgärds paketet med deluppgifter och ansvar.....	21
6.3. Övriga åtgärder: en vision, två frågetecken och tre återvändsgränder.....	22
6.3.1. Laga eller värm mat på avdelning – en vision för framtiden.....	22
6.3.2. Karottservering och omsorgsmåltider – värt att diskutera mer?.....	22
6.3.3. Måltidsfördelning, servering i omgångar och att ge bort mat – tre återvändsgränder..	23
7. Avslutande kommentarer	23
Bilaga 1: Insikter från Gävleborg.....	25
Bilaga 2: Insikter från Helsingborg.....	27
Bilaga 3: Checklista för besök.....	28

1. Inledning

Kristianstads kommun har länge arbetat aktivt med att minska matsvinnet i de kommunala verksamheterna. Flertalet insatser har riktats mot skolor och förskolor, där det genomsnittliga matsvinnet idag är ca 44 g/portion (siffror från höstterminen 2020). Inom äldreomsorgen har insatserna historiskt sett varit färre och det är idag en utmaning att en näringsmässigt fullvärdig portion serveras, men att matgästen inte äter hela portionen. Mätningar genomförda 2019 visar att serveringssvinnet på omsorgsboenden i Kristianstad uppgår till 119 g/portion i snitt, medan det nationella medianvärdet för motsvarande svinn är 76 g/portion.¹ Dessutom tillkommer en viss mängd kökssvinn och tallrikssvinn. Det ansågs därför hösten 2021 motiverat att undersöka detta matsvinn närmare för att ta reda på om och i så fall på vilket sätt det går att minska.

Faktaruta: Matsvinn²

Matsvinn är mat som hamnar i soporna, men som hade kunnat ätas om den hanterats på annat sätt. Det kan till exempel vara mat som blivit över på en buffé, mat som blivit för gammal eller råvaror som slängs på grund av onödig ansning. Generellt finns det tre typer av matsvinn inom en måltidsverksamhet: köks-, serverings- och tallrikssvinn.

- **Kökssvinn:** Det matsvinn som uppstår i köket. Detta svinn kan i sin tur delas upp i tre olika delar: lagringssvinn, beredningssvinn och tillagningssvinn.
- **Serveringssvinn:** Mat från serveringen som inte nått matgästens tallrik och som slängs för att den inte kan tas tillvara.
- **Tallrikssvinn:** Allt som skrapas av från tallriken.

Matsvinnet skiljer sig från oundvikligt matavfall – bestående av till exempel ben, skal och kaffesump – som är sådant som vi inte kan äta alls. I praktiken kan dock delar av det oundvikliga matavfallet inkluderas i matsvinnsmätningar, för att underlätta vägningen.

1.1. Ett projekt inom Fossilbränslefria kommuner 2.0

Matsvinnprojektet som redovisas i denna rapport är del av Kristianstads kommuns åtaganden inom Fossilbränslefria kommuner 2.0. Projektet Fossilbränslefria kommuner 2.0 löper år 2019-2022 och består av fem olika arbetspaket som syftar till att de anslutna kommunerna ska minska sin klimatpåverkan. Detta sker dels genom en övergång till fossilfri energi i den egna verksamheten, dels genom åtgärder som minskar indirekt klimatpåverkan från konsumtion av produkter och tjänster.³ Matsvinn är ett område som

¹ Livsmedelsverket, 2021. *Matsvinn i kommunala förskolor, skolor och äldreboenden. Kartläggning av matsvinnet 2020.*

<https://www.livsmedelsverket.se/globalassets/publikationsdatabas/rapporter/2021/1-2021-nr-22-matsvinn-i-kommunala-forskolor-skolor-och-aldreboenden.pdf>

² Livsmedelsverket, 2020. *Handbok för minskat matsvinn – för verksamheter inom vård, skola och omsorg.* <https://www.livsmedelsverket.se/publikationer/sok-publikationer/material/handbok-for-minskat-matsvinn-for-verksamheter-inom-vard-skola-och-omsorg>

³ Länsstyrelsen. *Fossilbränslefria kommuner i Skåne.* <https://www.lansstyrelsen.se/skane/miljo-och-vatten/energi-och-klimat/projekt/fossilbranslefria-kommuner.html>

faller inom den senare kategorin av åtgärder och genomförs inom det arbetspaket som kallas klimatsmart offentlig konsumtion.

1.2. Rapportens struktur

Avsnitt två beskriver undersökningens avgränsningar, urval och tillvägagångssätt. I avsnitt tre sätts matsvinnprojektet i sitt sammanhang. Avsnittet redogör för aktuella mål och styrdokument inom området, samt visar på de samhällsnyttor som finns med att minska matsvinnet inom just äldreomsorgen. Avsnitt fyra ger sedan en övergripande nulägesbeskrivning av måltidsverksamheten i Kristianstads kommun gällande organisation, meny och mätningar.

I det femte avsnittet listas metoder för minskat matsvinn som finns rekommenderat för äldreboenden i olika handböcker eller riktlinjer och det beskrivs i vilken grad dessa används av de undersökta boendena. Det sjätte och avslutande avsnittet summerar sedan insikterna från besöken och beskriver vilka möjligheter som finns för det fortsatta matsvinnarbetet inom äldreomsorgen i Kristianstads kommun. Olika åtgärder bedöms utifrån uppskattad genomförbarhet och potentiell effekt, vilket resulterar i ett rekommenderat åtgärds paket och ett antal bortprioriterade områden.

2. Tillvägagångssätt i undersökningen

Matsvinnprojektet har initierats av kommunledningskontoret och utvecklats av representanter från måltidsenheten på gemensam service och från avdelningen för tillväxt och hållbar utveckling, med stöd från omsorgsförvaltningen. De tjänstepersoner som deltagit i framtagandeprocessen är: Johanna Åström, praktikant i klimatstrategi, Nina Schack, kostekonom gemensam service måltid, Sara Martinsson, enhetschef gemensam service måltid, Magnus Lund, planeringsstrateg klimat på tillväxt och hållbar utveckling, Kajsa Aldman, planeringsstrateg miljö på tillväxt och hållbar utveckling, Laura Brhel, verksamhetsutvecklare vård- och omsorgsboende, Ulrika Olsson, verksamhetschef vård och omsorgsboende. Rapportförfattare och undersökare är Johanna Åström.

2.1. Avgränsningar, förarbete och val av boenden

Undersökningen gäller lunchservering inom äldreomsorgen i Kristianstads kommun och mer specifikt serverings-/mottagningskök. Hemtjänsten och demensavdelningar är inte inkluderade. Fokus är på personalens perspektiv ute på avdelningarna och hur de ser att man skulle kunna minska matsvinnet, samt vilka förutsättningar som finns rent praktiskt för måltidsarbetet.

Grundläggande referenser innefattar bland annat följande dokument:

- *Nationella riktlinjer för måltider i äldreomsorgen. Ordinära och särskilda boenden – hemtjänst och äldreboenden.* Livsmedelsverket, 2019.
- *Matsvinn i kommunala förskolor, skolor och äldreboenden. Kartläggning av matsvinnet 2020.* Livsmedelsverket, 2020.

- *Handbok för minskat matsvinn – för verksamheter inom vård, skola och omsorg.* Livsmedelsverket, 2020.

Utöver styrdokumentet och handböckerna har material även inhämtats från olika sidor på Naturvårdsverket.se och Livsmedelsverket.se.

Förarbetet har också inkluderat samtal med Helsingborgs stad och region Gävleborg i syfte att ta del av konkreta exempel på hur man kan arbeta med matsvinn inom äldreomsorgen. Insikter från dessa samtal och mer information om deras genomförda projekt återfinns i bilaga 1 och 2.

Urval av boenden skedde genom frivillig anmälan. Fem enheter meddelade att de kunde ta emot besök och delta i undersökningen. Målet var att försöka få en variation mellan stad och landsbygd, mellan höga och låga resultat i senaste matsvinnsmätningen, samt att täcka in de olika typer av kök som finns. De anmälda boendena och deras variation gällande ort, typ av kök och resultat i matsvinnsmätningen 2019 finns listade i tabell 1.

Tabell 1. Undersökta boenden i matsvinnsprojektet.

Boende	Ort	Typ av kök	Resultat 2019
Almhaga	Färlöv	Tar emot kyld huvudkomponent och tillagar egna tillbehör.	Under snitt
Hjärtebacken 2	Kristianstad (Gamlegården)	Får varm, komplett måltid levererad.	Över snitt
Skogåsa	Everöd	Får varm, komplett måltid levererad.	Under snitt
Skärdalshemmet västra	Kristianstad (Vä)	Tar emot kyld huvudkomponent och tillagar egna tillbehör.	Över snittet
Tollaregården	Arkelstorp	Varm, komplett måltid från eget kök.	Nära snitt

2.2. Observationer och intervjuer

Alla boenden besöktes under lunchtid, mellan klockan 11:00 och ca 13:30, på varierande veckodagar under december månad år 2021. Under denna tid fick personalen frågor om beställningsförfarande, servering, hälsa och aptit hos de äldre, samt vad som händer med mat som blir över. Det gjordes också direkta observationer och noteringar av vad som skedde i måltidsmiljön.

Intervjufrågorna och checklistorna som användes vid besöken finns i bilaga tre. Dokumentet användes som stöd för att täcka viktiga aspekter på matsvinnsfrågan, men alla frågor ställdes inte på alla boenden och ordningsföljd samt exakt formulering på frågorna varierade mellan besöken. Oftast var det 1-2 personer i personalen som svarade

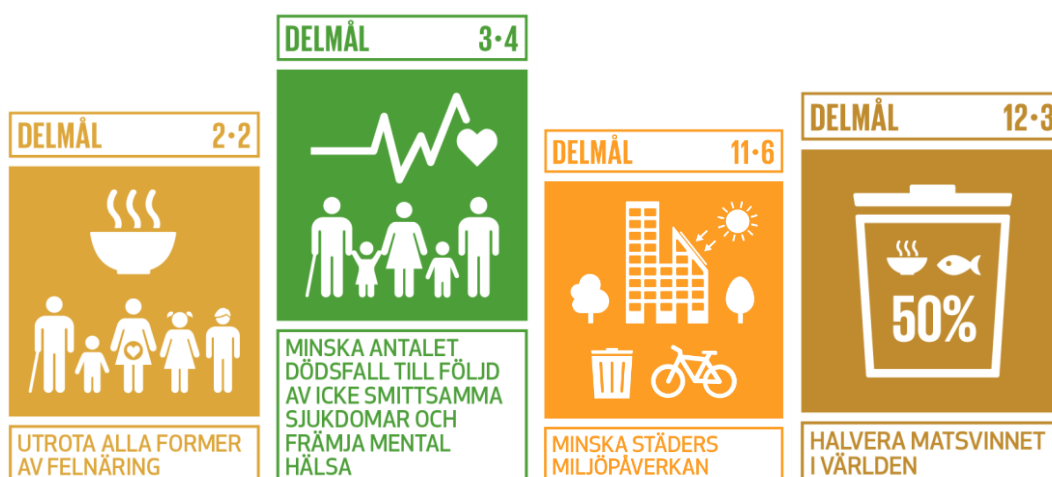
på majoriteten av frågorna, vilket gör att de åsikter som uttrycks i resultatet speglar individuella medarbetare och är inte nödvändigtvis direkt representativa för avdelningen eller boendet.

3. Mer mat i magen – för ökad livskvalitet och minskade kostnader

I detta avsnitt sätts matsvinnprojektet i sitt sammanhang. Avsnittet redogör för aktuella mål och styrdokument inom området, samt visar på de samhällsnyttor som finns med att minska matsvinnet inom just äldreomsorgen.

3.1. Aktuella mål och styrdokument

Matsvinn är en prioriterad fråga på både global, nationell och lokal nivå. I Agenda 2030⁴ finns flertalet delmål som är aktuella när det gäller matsvinn och äldres hälsa, däribland 2.2 som handlar om att avskaffa alla former av febernärning och 12.3 som gäller en halvering av matsvinnet.



Figur 1. Globala mål med relevans för matsvinn inom äldreomsorgen.

Mål 12.3 har i sin tur arbetats in i de svenska miljömålen genom två nationella etappmål för minskat matsvinn. Det första målet gäller livsmedelsförluster tidigt i kedjan och det andra målet handlar om att den totala mängden matsvinn ska minska, mätt i mängd livsmedelsavfall.⁵ På nationell nivå finns också *Fler gör mer - Handlingsplan för minskat matsvinn 2030*, framtagen av Livsmedelsverket i samarbete med Naturvårdsverket och Jordbruksverket.⁶ Några av de åtgärdsförslag som är särskilt aktuella att lyfta här är

⁴ Globala målen. <https://www.globalamalen.se/>

⁵ Sveriges miljömål. *Etappmålen*. <https://www.sverigesmiljomal.se/etappmalen/>

⁶ Livsmedelsverket, 2019. *Fler gör mer - Handlingsplan för minskat matsvinn 2030*. <https://www.livsmedelsverket.se/publikationer/sok-publikationer/artiklar/2018/2018-fler-gor-mer-handlingsplan-for-minskat-matsvinn-2030>

åtgärd 3 och 17, vilka betonar kommuners ansvar att genomföra matsvinnsmätningar och att skapa en trivsamt och lugn måltidsmiljö.

I Sverige finns även *Nationella riktlinjer för måltider i äldreomsorgen*, utfärdade av Livsmedelsverket.⁷

Riktlinjerna utgår från den så kallade måltidsmodellen som består av sex fokusområden och ger ett helhetsperspektiv på bra måltider. För respektive område finns ett antal riktlinjer och Livsmedelsverket rekommenderar bland annat:



Figur 2. Måltidsmodellen från Livsmedelsverket.

- Samsyn och tvärprofessionell samverkan i hela måltidskedjan (för **integrerade** måltider)
- Omsorgsmåltider där personalen deltar aktivt i själva måltiden (för **trivsamma** måltider)
- Måltiderna utgår från matgästernas vanor och önskemål (för **goda** måltider)
- Måltiderna täcker behovet av näring och energi, med extra energi och protein till dem med nedsatt aptit (för **näringsriktiga** måltider)
- Svinnet i kök, vid servering och från tallrikar minimeras (för **miljösmarta** måltider)
- Konsistensanpassad mat hanteras med särskilt noggrann hygien (för **säkra** måltider)

På lokal nivå finns Kristianstads kommuns vision Vi lyfter tillsammans och Strategisk färdplan 2021-2024, som lyfter trivsel för äldre respektive hållbarhet som strategiskt viktiga områden:

”Den äldre befolkningen går in i en trygg och berikad livsfas, som en del av det goda livet.”

”Hållbarhet, utifrån ett ekologiskt, socialt och ekonomiskt perspektiv ska genomsyra hela Kristianstads kommun.”

Kristianstad har även utarbetat en nutritionshandbok som vänder sig till alla som arbetar inom omsorgsförvaltningen.⁸

⁷ Livsmedelsverket, 2019. *Nationella riktlinjer för måltider i äldreomsorgen. Ordinära och särskilda boenden – hemtjänst och äldreboenden.*

https://www.livsmedelsverket.se/globalassets/publikationsdatabas/broschyer-foldrar/riktlinjer_for_maltider_aldreomsorgen.pdf

⁸ Kristianstads kommun. *Nutritionshandbok.* <https://www.kristianstad.se/sv/kommun-och-politik/kommunens-organisation/forvaltningar/omsorg/omsorgens-handbocker/handbocker/nutritionshandbok/>

3.2. Samhällsnyttor med minskat matsvinn i äldreomsorgen

Att minska matsvinnet ses ofta som en kostnads- och miljöbesparing. Men det kan vara fel sätt att se på saken, åtminstone inom kommunala verksamheter:

”Är det så att mat slängs för att det lagas för mycket mat? Svaret är nej, även om det förstås förekommer. (...) Maten är planerad utifrån ett givet antal matgäster, och utifrån deras specifika energi- och näringsmässiga behov. Därför bör matsvinnet i offentlig sektor inte i första hand ses som en miljöbelastning eller en kostnadsfråga, utan som uteblivet intag av energi och viktiga näringsämnen.”⁹

Att maten hamnar i soporna istället för i magen innebär därmed en risk för undernäring och försämrad livskvalitet för den äldre, vilket i sin tur orsakar ökade samhällsekonomiska kostnader när vårdbehovet ökar:

”Undernäring medför mycket lidande, ett ökat vårdbehov och höga samhällskostnader. Undernäring leder bland annat till minskad muskelmassa, vilket ökar risken för fallskador, minskad funktionsförmåga och möjlighet att klara sig själv. Även den psykiska hälsan kan försämrans.”¹⁰

Att se matsvinnet som ett hälsoproblem på detta sätt är avgörande för att sätta in rätt åtgärder. Matsvinn handlar inte enbart om optimering av portionsstorlekar och effektiva flöden i tillagningsköken, utan minst lika mycket om måltidsmiljön och logistiken kring måltidssituationen. I det senare fallet har omsorgschefer ett stort ansvar. Så ”(m)ed andra ord är god kommunikation och samverkan mellan kök/måltidsverksamheten och kärnverksamheten helt avgörande för att kunna minska matsvinnet.”¹¹

4. Nulägesbeskrivning av måltidsverksamheten i Kristianstad

Här ges en övergripande nulägesbeskrivning av måltidsverksamheten i Kristianstads kommun gällande organisation, meny och mätningar.

4.1. Organisation, kök och leveranser

Sedan den 1 januari 2021 har gemensam service (GS) – som en del av kommunledningskontoret – ett övergripande verksamhetsansvar för måltidsverksamheterna inom Kristianstads kommun. Avdelningen består bland annat av en kostekonom och åtta olika

⁹ Måltidsbloggen. *Hur jobbar din kommun med matsvinn? Nu kan du jämföra dig med andra!* <http://maltidsbloggen.se/2021/11/hur-jobbar-din-kommun-med-matsvinn-nu-kan-du-jamfora-dig-med-andra/>

¹⁰ Livsmedelsverket, 2019. *Nationella riktlinjer för måltider i äldreomsorgen. Ordinära och särskilda boenden – hemtjänst och äldreboenden.*

https://www.livsmedelsverket.se/globalassets/publikationsdatabas/broschyrer-foldrar/riktlinjer_for_maltider_aldreomsorgen.pdf

¹¹ Se fotnot 9.

enhetschefer med ansvar för olika skolor, förskolor och omsorgsboende. Det finns för närvarande ingen dietist på avdelningen.

I Kristianstads kommun finns ett tjugotal vård- och omsorgsboenden, varav några är i form av demensboenden. Ett tiotal av dessa boenden har storkök och restaurang i anslutning till verksamheten. Övriga boenden som inte har eget kök får mat levererat från storköken. Leveransförfarandet kan se ut på två olika sätt:

- **Kyld huvudkomponent** levereras till boendet och mottagningsköket slutbereder samt tillagar tillbehör på egen hand.
- **Varm och komplett måltid** levereras till boendet.

Varje boende och avdelning bestämmer sedan själva hur maten ska serveras: om maten portioneras ut direkt på tallrikar eller om det ställs upp karotter på borden så att de boende får ta själva.

4.2. Meny och valmöjligheter

Matsedeln för äldreomsorgen är baserad på svensk husmanskost och boende kan välja mellan två lunchrätter: dagens eller alternativ. Det finns även möjlighet att komplettera måltiden med råkost och att välja frukt eller tillagad dessert. Dessutom kan maten anpassas utifrån specialkost eller konsistens. Det finns dock ingen specifik e-kost (se faktaruta) som alternativ, utan all mat som serveras ska vara energität och proteinrik.

Faktaruta: E-kost för äldre

E-kost är mat som är anpassad för undernärda och/eller äldre med nedsatt aptit. Det är en mindre portion, där andelen kolhydrater hålls nere och andelen protein och fett ökas. Den minskade aptiten gör att många äldre får i sig för lite energi och extra fett är ett enkelt sätt att öka energiintaget utan att behöva äta mer. Äldre har dessutom ett högre proteinbehov än yngre och det är av stor vikt att säkerställa detta intag, då protein är kritiskt för muskelmassan, immunförsvaret, sårhäkning och rehabilitering. Livsmedelsverket rekommenderar därför en anpassad tallriksmodell (figur 3) med små kraftfulla måltider med mycket energi och protein inom äldreomsorgen.¹²



Figur 3. Tallriksmodellen för personer med nedsatt respektive normal aptit. Livsmedelsverket, 2019.

¹² Livsmedelsverket, 2019. *Nationella riktlinjer för måltider i äldreomsorgen. Ordinära och särskilda boenden – hemtjänst och äldreboenden.*

https://www.livsmedelsverket.se/globalassets/publikationsdatabas/broschyrrer-foldrar/riktlinjer_for_maltider_aldreomsorgen.pdf

4.3. Mätningar av matsvinn

I dagsläget görs enbart regelbundna mätningar av kökssvinnet och det så kallade "restaurangsvinnet" – bestående av serveringssvinn och tallrikssvinn – på de äldreboenden som har storkök i Kristianstad. Matsvinnet från storköken vägs under två veckor varje halvår. Sedan hösten 2021 har alla kök i kommunen dessutom tillgång till Mashies svinnmodul, vilket möjliggör en gemensam uppföljning och redovisning för kökssvinnet inom både förskola, skola och omsorg.

Serverings- och tallrikssvinn som uppstår på alla boenden som tar emot mat mäts inte systematiskt ännu, men måltidsavdelningens ambition är att utveckla detta arbete framöver. Påtryckningarna att mäta matsvinnet blir allt större från nationell nivå, i syfte att säkerställa måluppföljning av miljömålen (se avsnitt 3.1. ovan). Livsmedelsverket har bland annat utvecklat en nationell mätmetod som alla offentliga aktörer förväntas använda och önskar en totalredovisning för två veckor per år, där alla typer av matsvinn mäts inom samtliga förskole-, skol- och omsorgsverksamheter.¹³

5. Metoder för minskat matsvinn

I det här avsnittet beskrivs ett urval av de matsvinnsmetoder som finns rekommenderat för äldreboenden i olika handböcker eller riktlinjer. Det redogörs för i vilken grad dessa används av de undersökta boendena i Kristianstads kommun och hur förutsättningarna ser ut i verksamheterna.

Tolkningen av matsvinnsmetoder är här bred och innefattar till exempel förbättringar av den sociala situationen kring måltiden. Den första sektionen, "Mer mat i magen", listar metoder som fokuserar på måltiden i stort medan sektionen "Mindre mat i soporna" fokuserar på metoder för serveringen och för att undvika att mat ska behöva slängas.

5.1. Mer mat i magen

Förutsatt att matportionerna inom omsorgen är anpassade efter de äldres energi- och näringsmässiga behov så ska det inte bli någon mat över. Om det ändå blir mat över, kan följande åtgärder vara aktuella för att i första hand försöka öka de äldres aptit och ätande.

5.1.1. Se över måltidsfördelningen över dygnet

På grund av dålig aptit orkar många äldre inte äta en normalportion. Mindre portioner, med lite högre energi- och proteininnehåll, som kompletteras av flera matiga mellanmål är därför att föredra för många.¹⁴ Att minska portionsstorleken vid huvudmål och arbeta mer aktivt med servering av mellanmål kan således vara en metod för att minska matsvinnet,

¹³ Livsmedelsverket. *Nationell metod för mätning av matsvinn*.

https://www.livsmedelsverket.se/matvanor-halsa--miljo/maltider-i-var-d-skola-och-omsorg/matsvinn-i-storkok/matsvinnmatning-i-storkok#M%C3%A4tprotokoll_f%C3%B6r_matsvinn

¹⁴ Livsmedelsverket, 2020. *Handbok för minskat matsvinn – för verksamheter inom vård, skola och omsorg*. <https://www.livsmedelsverket.se/publikationer/sok-publikationer/material/handbok-for-minskat-matsvinn-for-verksamheter-inom-var-d-skola-och-omsorg>

särskilt om portionsberäkningen tidigare varit i överkant. Generellt är det även bra att erbjuda måltider som består av många komponenter och/eller flera rätter, eftersom de äldre då kan fortsätta äta trots att de är "mätta" på en smak och tiden för måltiden blir längre. Denna variation kan uppnås genom att servera exempelvis aptitretare och dessert till maten eller att addera enkla tillbehör som saltgurka och vispad grädde.¹⁵

Aptitretare förekommer inte på någon av de undersökta avdelningarna i Kristianstad, men dessert ingår i matsedeln och serveras dagligen efter middagen. Det erbjuds också mellanmål eller fika, men innehåll och hur ofta de serveras varierar. Eftermiddagsfika, i form av exempelvis vetelängd eller annan sötsak, är vanligt på samtliga besökta avdelningar. Matig kvällsfika ges på Tollaregården, Skärdalshemmet västra och har även införts på Hjärtebacken under hösten. På Almhaga och Skogåsa finns inga gemensamma rutiner för mellanmål utöver eftermiddagsfikat, utan de boende ber om frukt, macka eller dylikt när det passar dem. De besökta avdelningarna på Almhaga, Skärdalshemmet västra och Tollaregården försöker, eller har försökt, att även servera "sängfösare" / "kvällshot" senare på kvällen för att minska nattfastan. Men denna typ av mellanmål har inte varit populär bland de boende. Att "många äldre vill ha sina rutiner" sedan tidigare kan vara en förklaring, enligt personalen på ett boende, som också beskrev att "vi äter ju hela tiden" är en vanlig kommentar hos de som flyttar in.

"Det är vanligt att boende säger 'vi äter ju hela tiden' när de precis flyttat in."

5.1.2. Återkoppling till kök och påverkan på matsedel

Maträtterna i omsorgen bör utgå från de äldres vanor och önskemål.¹⁶ Återkoppling från personalen, som arbetar närmast de boende, tillbaka till köket är därmed av största vikt. Den kan exempelvis ske genom skriftliga noteringar på menyer eller i anteckningsböcker som finns i anslutning till den levererade matvagnen. Det som bör kommuniceras är hur mycket som gått åt, hur många som åt och vad de tyckte.¹⁷

På de undersökta avdelningarna i Kristianstad upplever personalen generellt att de äldre får maträtter som de tycker om, tack vare möjligheten att välja mellan två middagsrätter. Men vid ett par besök ges det exempel på tillbehör eller rätter som de boende inte gillar och där personalen gärna hade sett någon form av justering i matsedeln. Intrycket är dock att denna typ av utvecklingsfrågor generellt inte lyfts i avdelningarnas kommunikation med köken och att de äldre har ett begränsat inflytande över matsedeln, även om det ges några exempel på dialog som personalen har försökt föra med antingen egna mottagningskök eller levererande tillagningskök. Avdelningarnas återkoppling gäller istället främst "akuta" ärenden som behöver lösas kortsiktigt, till exempel saknade matkomponenter i leverans eller sämre kvalitet på någon specifik måltid. Vem som har

¹⁵ Livsmedelsverket, 2019. *Nationella riktlinjer för måltider i äldreomsorgen. Ordinära och särskilda boenden – hemtjänst och äldreboenden.*

https://www.livsmedelsverket.se/globalassets/publikationsdatabas/broschyren-foldrar/riktlinjer_for_maltider_aldreomsorgen.pdf

¹⁶ Se fotnot 15.

¹⁷ Livsmedelsverket, 2020. *Handbok för minskat matsvinn – för verksamheter inom vård, skola och omsorg.* <https://www.livsmedelsverket.se/publikationer/sok-publikationer/material/handbok-for-minskat-matsvinn-for-verksamheter-inom-var-d-skola-och-omsorg>

kontakt med köken varierar därmed beroende på vem som arbetar den aktuella dagen och mycket av kommunikationen sker över telefon eller vid direktkontakt. På Skärdalshemmet västra och Almhaga har kostmötena med Charlottesborgsköket "runnit ut i sanden" och den bok som brukade hänga på matvagnen till Skogåsa för skriftlig återkoppling till köket finns inte längre kvar. På Hjärtebacken och Tollaregården finns det dock fortfarande anteckningsböcker i anslutning till matvagnarna för att personalen ska kunna ge återkoppling och enligt Skärdalshemmet västra skickar Charlottesborgsköket ibland ut enkäter för feedback. Eventuellt kan dessa förändringar vara en effekt av coronapandemin, men för personalen är det inte tydligt om så är fallet.

5.1.3. Laga eller värm mer mat på avdelningen

Att känna lukten av mat får det att vattnas i munnen på många. På ett äldreboende i Gävle kommun provade man att flytta maten och måltiden närmare de äldre genom att personalen själva lagade middagen till de boende under en period. Resultaten visade bland annat att de äldre åt mer totalt sett över hela dygnet, att matsvinnet minskade med 60-70 procent totalt sett och att de äldre samlades i det gemensamma utrymmet nära köket när matdofterna började spridas.¹⁸ Att laga eller värma mer mat på avdelningen kan alltså vara ett sätt att öka aptiten och minska matsvinnet.

Faktaruta: Experimentet i Gävle¹⁹

År 2012 till 2015 genomförde Inköp Gävleborg – ett dåvarande upphandlingsförbund bestående av tio kommuner – en innovationsupphandling med fokus på de äldres måltidssituation. Inom ramen för den genomfördes ett pilotprojekt där personalen på ett äldreboende i Valbo i Gävle kommun fick laga maten under sex månader. Det genomfördes kunskapshöjande insatser, men inga extra ekonomiska medel tillfördes, och personalen fick sedan ansvara för att planera, beställa och laga middagen. Totalt var det tre avdelningar med personal och 27 boende som deltog i försöket.

På samtliga fem undersökta boenden i Kristianstads kommun så är dofterna från köken nästan obefintliga, då maten sällan tillagas eller värms i anslutning till de gemensamma utrymmena. Detta var förväntat för Skogåsa och Hjärtebacken som får mat levererad i värmeskåp från storkök, men mer förvånande för Almhaga och Skärdalshemmet västra som får kyld mat och därmed värmer maten på plats. Värmningen sker dock generellt inte på respektive avdelning utan i ett centraliserat mottagningskök, som i sin tur levererar maten ut till olika avdelningarna, och matdoften sprids således inte till de gemensamma utrymmena. Undantaget var möjligtvis Skärdalshemmet västra, där utvalda matkomponenter värms eller tillagas på avdelningarna vissa veckodagar. Det var också förvånande att det saknades matdoft på Tollaregården, med tanke på att det finns ett

¹⁸ Jonsäll & Petterssén, 2015. *Slutrapport innovationsupphandling X*.

<https://docplayer.se/20268266-Slutrapport-innovationsupphandling-x.html>

¹⁹ Se bilaga 1 för mer information.

tillagningskök där, men köket var avskilt från avdelningarna och istället i anslutning till träffpunkten.

5.1.4. Maten serveras vid bordet

Att servera maten i karotter på bordet, så att de äldre själva får lägga upp sin mat, främjar interaktioner och samtal när man skickar maten mellan varandra. Det ökar delaktigheten i måltiden och är att föredra framför servering på tallrik. Även om matens huvudkomponent inte kan serveras på fat, så kan oftast något tillbehör placeras på bordet.²⁰

Hur maten serveras på de undersökta avdelningarna i Kristianstad varierar. På Skogåsa och Almhaga serveras all mat på tallrikar av personalen, som går ut med den på brickor till de boende som vill äta på rummet och till de som valt att sitta i matsalen. På Skärdalshemmet västra serveras maten delvis på tallrikar och delvis i karotter till de som sitter vid de olika borden i det gemensamma utrymmet, medan Tollaregården vanligtvis enbart har karottservering till samtliga vid bordet. På Hjärtebacken har serveringen nyligen övergått från tallrik till karotter för de som sitter i matsalen, i syfte att testa om boende äter mer än när personalen lägger upp (för mycket) mat. Den enda gemensamma nämnaren för samtliga avdelningar är att de boende som äter på rummet får maten serverad direkt på tallriken och inte själva hämtar eller lägger upp på sin bricka.

5.1.5. Omsorgsmåltider med personalen

När personal deltar i måltiden – genom så kallade omsorgsmåltider – är det bra ur flera hänseenden. Exempelvis kan personalen bidra till att konversationen flyter, att alla kommer till tals och att de vid bordet känner sig delaktiga.²¹ Det ökar trivselen och har därmed potential att minska matsvinnet.

Ingen av de undersökta avdelningarna hade personal som åt en mindre smakportion tillsammans med de äldre och på fyra av fem avdelningar deltog personalen inte alls i måltiden. De satt inte med vid bordet när de boende åt, med undantag för när de hjälpte enskilda individer med ätandet. Men även i dessa fall satt inte personalen ner under hela måltiden utan bara under kortare perioder. Det enda boendet som betonade personalens sociala deltagande i måltiden var Tollaregården, där det fanns rutin i att assistera de boende med uppläggning från karotter och att sitta med vid bordet.

5.2. Mindre mat i soporna

Om det fortfarande uppstår matsvinn efter att det satts in åtgärder för att de äldre ska äta mer, så finns det ytterligare metoder för att minimera matsvinnet. Åtgärdernas syfte är att öka mängden mat som kan sparas i kylskåp och skapa bra förutsättningar för att kunna ta tillvara på matresterna i ett senare skede. Det handlar alltså främst om att maten inte ska hamna i soporna; vems mage som får maten och när är inte i fokus.

²⁰ Livsmedelsverket, 2019. *Nationella riktlinjer för måltider i äldreomsorgen. Ordinära och särskilda boenden – hemtjänst och äldreboenden.*

https://www.livsmedelsverket.se/globalassets/publikationsdatabas/broschyer-foldrar/riktlinjer_for_maltider_aldreomsorgen.pdf

²¹ Se fotnot 20.

5.2.1. Flexibla beställningar

Ett beställningssystem som möjliggör separat beställning av olika komponenter och flexibel portionering gör att matsvinnet minimeras, jämfört med när allt måste beställas i ett "paket".²² På det sättet kan omsorgspersonalen beställa mat i en mängd som faktiskt äts upp, utifrån preferenserna på just sin avdelning.

Beställningssystemet i Kristianstads kommun är redan idag relativt flexibelt: varje matkomponent beställs för sig och boendena kan justera volymerna genom att lägga till eller ta bort portioner. Detta används mer eller mindre aktivt av de undersökta avdelningarna. På Tollaregården brukar personalen till exempel beställa färre portioner sallad och potatis för att det bättre ska motsvara hur mycket de äldre äter. Samtidigt vill man inte dra ned volymerna "för mycket" heller, eftersom mindre volymer kan göra att de äldre inte vågar ta mat i lika hög utsträckning. Det har hänt, vid specialkost och liknande,

"Det är svårare att beställa färre portioner av panerad fisk eller kycklingklubba, jämfört med pyttipanna till exempel."

att någon boende frågar "är det bara jag som ska äta detta?" för att försäkra sig om att inte råka ta för mycket. Även på Almhaga har personalen försökt justera beställningarna till det egna mottagningsköket, som tillagar kolhydrater och grönsaker på plats, och föra en dialog kring volymerna som serveras per portion. På de tre

övriga boendena är det oklart i vilken grad man justerar mängden portioner och det poängteras på Skärdalshemmet västra att det kan vara svårt att beställa mindre av vissa maträtter, exempelvis panerad fisk eller kycklingklubba, där det är "en bit per person".

5.2.2. Servera i omgångar

För att minimera matsvinn så är det lämpligt att fylla på mat efter hand och bara ställa fram så mycket som går åt.²³ Det kan handla om att värma en kantin i taget eller att använda mindre karotter och servera mer vid behov.

Samtliga undersökta avdelningar i Kristianstads kommun får maten levererad i en kantin eller skål per komponent. Maten läggs sedan upp på tallrikar och i karotter utifrån personalens bedömning av vad som kommer att gå åt. Generellt är man väl medveten om vikten av att inte lägga upp för mycket mat, eftersom det kan få de äldre att uppfatta tallriken som oaptitlig, men man serverar inte aktivt i omgångar för att minimera svinnet. Det som blir kvar i kanten är kvar för att det blev över efter portioneringen eller för att man ska kunna ge påfyllning om någon boende skulle efterfråga det – inte för att det ska kunna serveras i en andra omgång. Detta är, baserat på observationerna, rimligt för många måltider. Med tanke på att de boende själva beställer maträtt utifrån de två alternativen som finns, samt att de kanske har olika former av konsistensanpassad mat och olika tillbehör, så skapar detta nämligen en serveringssituation för personalen med många olika

²² Livsmedelsverket, 2019. *Nationella riktlinjer för måltider i äldreomsorgen. Ordinära och särskilda boenden – hemtjänst och äldreboenden.*

https://www.livsmedelsverket.se/globalassets/publikationsdatabas/broschyer-foldrar/riktlinjer_for_maltider_aldreomsorgen.pdf

²³ Livsmedelsverket, 2020. *Handbok för minskat matsvinn – för verksamheter inom vård, skola och omsorg.* <https://www.livsmedelsverket.se/publikationer/sok-publikationer/material/handbok-for-minskat-matsvinn-for-verksamheter-inom-var-d-skola-och-omsorg>

kärl men med relativt få portioner i. Att servera maten i omgångar i en sådan situation skulle troligen innebära en orimlig handpåläggning i många fall.

5.2.3 Använd en referensportion

Ett tips för minskat matsvinn är att lägga upp en ”mall” för en normal portion, så att den ätande kan välja mellan en liten, normal och stor portion utifrån den referensen.²⁴ På detta sätt kan den äldre få en portion som passar dennes aptit, behov och preferenser.²⁵

Ingen av de fem besökta avdelningarna i Kristianstads kommun använder referensportioner vid serveringen, men anpassar ändå portionsstorlekarna i viss mån utifrån vem som serveras och kan till exempel servera två istället för tre järpar till en person som de vet äter lite. Personalen har alltså en uppbyggd kunskap kring, och erfarenhet av, olika personernas aptit och preferenser som de utgår från under serveringen. De boende tillfrågas efter behov och frågorna gäller snarare vilka tillbehör eller vilken dricka som önskas än hur mycket mat som ska läggas upp. Ett undantag verkar vara efterrätten, där intrycket från observationerna är att personalen inte anpassar portionsstorleken i lika hög grad och att en ”standardportion” ges till alla.

5.2.4. Planera för rester

Mat som blivit över och sparats i kylskåpet eller frysen kan tas tillvara på flera olika sätt: den kan ätas som den är, utgöra en del av ett mellanmål eller bli en komponent i en ny rätt som soppa, gryta, pytt eller sallad.²⁶ För att det ska vara möjligt behöver personalen ha tid och kompetens att dels kyla ner maten på ett säkert sätt, dels komponera och tillaga något utifrån resterna som finns att tillgå. Kanske behövs även rutiner för matbeställning och menyplanering ses över, så att det finns utrymme för rest dagar och liknande.

På samtliga fem undersökta boenden i Kristianstad var matresterna i kylskåp och fryser begränsade: under besöken slängdes all mat som blev över efter serveringen. Enligt personalen händer det att man lägger undan exempelvis köttbullar, prinskorv, kallskuret eller liknande för att använda som (kallt) pålägg på mackor, men att alla andra rester hamnar i soporna eftersom att ”vi inte får spara och värma upp igen”. Personalen upplever att de på grund av livsmedelshygieniska skäl inte får/kan ta tillvara på rester i någon större grad och att de är tvungna att slänga det som blir över. Detta stämmer för mat som redan har värmts upp en gång, exempelvis huvudkomponenterna och sås från Charlottesborgsköket samt kvällsmaten som värms ute på avdelningarna, men nylagad mat som varmhållits och levereras varm kan i teorin tas tillvara så länge det enbart är personalen som varit i kontakt med den. Det finns dock

”Det skulle gå att spara mer, men samtidigt är det svårt när allt redan är beställt och man inte vet om, eller hur mycket, det kommer att bli över.”

²⁴ Nordiska ministerrådet, 2012. *Kasta mindre mat - Guide till miljövänlig och lönsam köksdrift.* <https://www.norden.org/sv/publication/kasta-mindre-mat>

²⁵ Livsmedelsverket, 2020. *Handbok för minskat matsvinn – för verksamheter inom vård, skola och omsorg.* <https://www.livsmedelsverket.se/publikationer/sok-publikationer/material/handbok-for-minskat-matsvinn-for-verksamheter-inom-var-d-skola-och-omsorg>

²⁶ Se fotnot 25.

begränsade incitament för personalen att spara resterna eftersom "det kommer nytt hela tiden" och det inte finns någon avsatt måltid i matsedeln för rester. På tisdagar är det visserligen "Husets meny" på kvällen, men det är snarare ett tillfälle för tillagningsköken att använda sina rester än för avdelningarna att använda det som finns i kylskåp och frysar. Undantaget är Skärdalshemmet västra, där boendet och Charlottesborgsköket delat upp ansvaret för "Husets meny" på varannan vecka.

5.2.5. Ge bort mat som blir över

Om det blir mat över, som fortfarande är ätlig, kan den skänkas till ideella organisationer och socialt utsatta.²⁷ Detta ställer dock krav på att maten kyls ner, förpackas och transporteras på ett korrekt sätt.

Att skänka överbliven mat är inget som görs i praktiken på någon av de fem undersökta avdelningarna i Kristianstads kommun. Men på ett boende lyftes det som en potentiell åtgärd för att minska matsvinnet.

6. Utmaningar i Kristianstad och förslag på vägar framåt

Detta avsnitt inleds med en övergripande summering av vad de fem undersökta avdelningarna i Kristianstad har gemensamt och vilka möjligheter som finns till att förbättra matsvinnarbetet, utifrån de redovisade matsvinnsmetoderna i avsnitt fem. Med hänsyn till genomförbarhet och uppskattad effekt ges ett antal förslag på åtgärder.

6.1. Gemensamma nämnare och möjligheter

Trots att de fem undersökta äldreboendena har olika förutsättningar när det gäller leverans av mat och har olika rutiner för måltidssituationen, så finns det samtidigt många gemensamma nämnare. Dessa kan summeras till följande punkter:

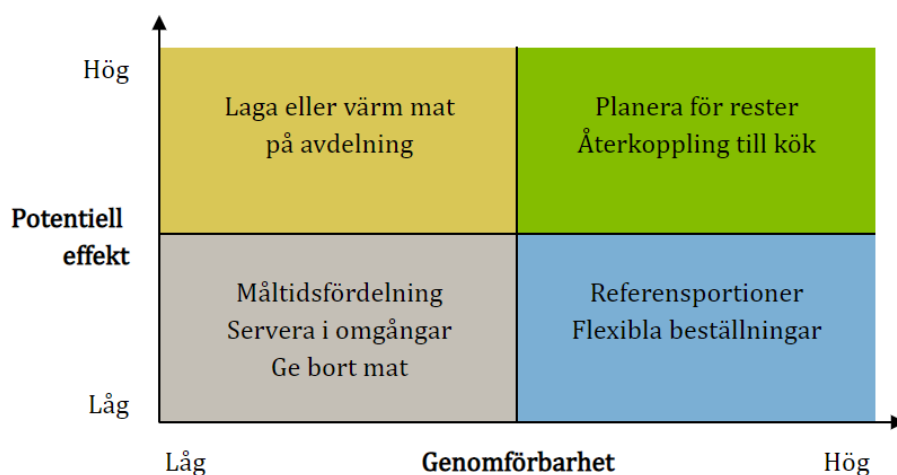
- **Alla äldre ges möjlighet att välja maträtt** till middagen samt anpassa den utifrån sina preferenser och behov. Personalen tar upp beställningarna minst 1 vecka i förväg och hjälper till med ifyllandet om det behövs.
- **Personalen kommunicerar regelbundet med sina kök** när det till exempel saknas komponenter i leveransen eller om någon maträtt skulle ha sämre standard än vanligt. Men forum för systematisk dialog kring övergripande kvalitet och utveckling av måltidsverksamheten verkar saknas.
- **Det generella intrycket hos personalen är att de äldre äter tillräckligt och det finns få eller inga fall av undernäring.** Många är måna om att säkerställa ett tillräckligt högt intag av energi/fett hos de boende, medan protein och andra näringsämnen hamnar i skymundan.
- **Maten serveras i många fall direkt på tallrik** och användningen av karotter är begränsad. Personalen deltar sällan i måltiderna.
- **I princip alla matrester slängs efter serveringen.** Personalen har en "får inte spara"-mentalitet och tror att de på grund av livsmedelshygieniska skäl inte

²⁷ Nordiska ministerrådet, 2012. *Kasta mindre mat - Guide till miljövänlig och lönsam köksdrift.* <https://www.norden.org/sv/publication/kasta-mindre-mat>

får/kan ta tillvara på rester. Den mat som det slängs mest av är kolhydrater (potatis, pasta, ris) och ibland även grönsaker.

Utifrån dessa iakttagelser, samt de resultat som framkommit i avsnitt fem, har de olika metoderna för minskat matsvinn sorterats in i en matris utifrån deras uppskattade genomförbarhet och potentiella effekt i Kristianstads kommun (se figur 4). Matrisen visar därmed på vilka möjligheter som finns till att förbättra matsvinnarbetet framöver.

Figur 4. Möjlighetsmatris för matsvinn och måltid i Kristianstads kommun.



6.2. Förslag på åtgärder

Baserat på möjlighetsmatrisen (se figur 4) och de samlade insikterna från matsvinnbesöken har ett antal åtgärdsförslag tagits fram. Dessa bedöms vara "lågt hängande frukter" gällande genomförbarhet eller vara av avgörande strategisk betydelse för det fortsatta arbetet med matsvinn och måltider i äldreomsorgen i Kristianstads kommun. Fokus är på det gröna och det blåa fältet. En samlad översikt av åtgärderna samt förslag på deluppgifter och ansvarsfördelning finns i slutet av detta delavsnitt.

6.2.1. Ändra portionsberäkningarna

I inledningen av denna rapport konstaterades det att matsvinn i offentlig sektor oftast inte är ett symptom på att det produceras för mycket mat, utan snarare att det hamnar för lite mat i magen hos de ätande. Men i Kristianstad verkar detta inte stämma helt. Personalen på de besökta boendena upplever att de äldre oftast äter bra - ändå blir det mat över. Framst handlar det om kolhydrater och i viss mån även grönsaker som behöver slängas. Att matresterna har just denna fördelning - det vill säga att det är vissa komponenter som slängs och inte "hela" portioner - indikerar att det främst är volymerna av kolhydrater som är problematiska och inte själva maträtterna eller smaken.

Idag är portionerna beräknade för 75+ år och att de äldre äter en normalportion. Portionerna tar alltså inte hänsyn till aktivitetsnivån hos de boende och det faktum att de rimligtvis rör sig mindre än exempelvis äldre som bor kvar hemma. Att ändra portionsberäkningarna känns därför som ett naturligt första steg för att minska

matsvinnet och knyter delvis an till "återkoppling till kök" i möjlighetsmatrisen, men det är egentligen en grundförutsättning för en svinnsmart organisation och antogs vara utgångsläget när undersökningen började.

6.2.2. Börja mäta svinnet

För att aktivt kunna arbeta vidare med matsvinnfrågan inom äldreomsorgen i Kristianstads kommun så krävs det mätning. Matsvinnsmätningar är som tidigare nämnts viktiga för att säkerställa uppföljning av de nationella miljömålen, men framförallt för att skapa motivation och för att rikta insatserna rätt.

"Arbetet måste vara enkelt och praktiskt organiserat, uppfattas som meningsfullt och ge resultat. Ställ därför upp tydliga mål för arbetet och arbeta in goda registreringsrutiner för hur mycket matavfall som kastas och hur stort matsvinnet är. Att kunna se att arbetet ger effekt är kanske det som ger medarbetarna bäst motivation för att minska matsvinnet."²⁸

Genom att mäta allt svinn – och inte enbart kökssvinn som idag – minskar man risken att förflytta problemet i kedjan eller att arbetet av misstag leder till att de äldre äter mindre mat. Mätningen av serveringssvinnet som genomfördes 2019 är ett illustrativt exempel: utan kompletterande siffror på tallrikssvinnet är det extremt svårt att dra slutsatser om vilka boenden som har mest respektive minst svinn, eftersom lågt serveringssvinn i praktiken kan ha inneburit att personalen "öst på" med mat på tallrikarna istället för att spara det i kantinerna och att det ändå hamnade i soporna efter en omväg via tallrikarna.

6.2.3. Gör en svinnsatsning

På samtliga besökta boenden i kommunen så fanns det en stark "får inte spara"-mentalitet. Intrycket från besöken är att det saknas tydlig information om vad man får eller inte får göra med matresterna och att personalen därmed tar det säkra före det osäkra. Den första stora utmaningen, på vägen mot en svinnsmart äldreomsorg i Kristianstad, är därför att skapa tydliga riktlinjer för när och hur avdelningarna kan ta tillvara på överbliven mat. Förslagsvis konkretiseras riktlinjerna med ett antal utvalda råvaror/maträtter som boendena kan prioritera – till exempel potatis, grönsaker eller gröt – och hur de kan skapa nya mellanmål/maträtter av dessa matrester. Ytterligare ett förslag är att informera om metoden för referensportioner och uppmuntra boenden till att använda den vid servering av dessert, eftersom det skulle kunna ge relativt stor effekt på svinnet och ge ökade

Den första stora utmaningen är att skapa tydliga riktlinjer för när och hur avdelningarna kan ta tillvara på överbliven mat.

²⁸ Nordiska ministerrådet, 2012. *Kasta mindre mat - Guide till miljövänlig och lönsam köksdrift*. <https://www.norden.org/sv/publication/kasta-mindre-mat>

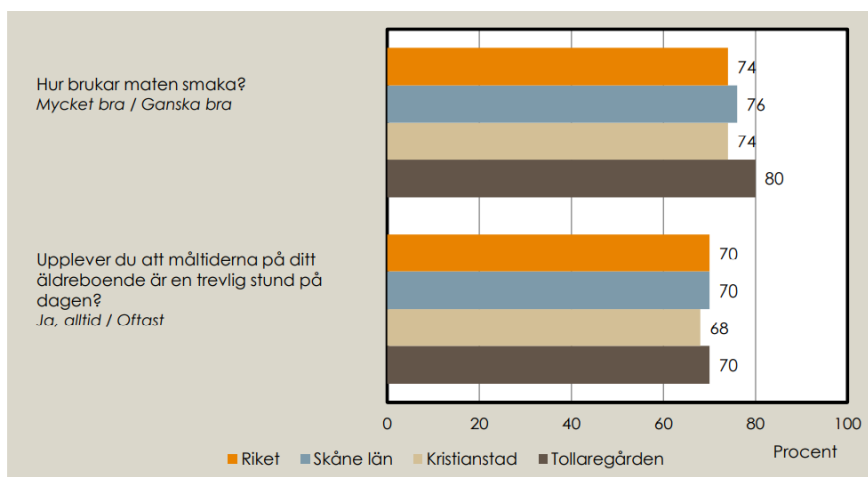
möjligheter att spara det söta till senare. På detta sätt får boendena hjälp i att omsätta riktlinjerna till praktik och att komma igång med sitt matsvinnarbete i små steg.

I samband med denna information och kompetensutveckling så behöver det också skapas utrymme för rest dagar/-mellanmål i beställningar och matsedel. GS Måltid kan förslagsvis kommunicera möjligheterna till flexibla beställningar av mat och i samråd med boendena se över möjligheterna till mer "restmåltider" på matsedeln. Boendena kan på egen hand minska sina beställningar av mellanmål och använda rester i högre grad.

6.2.4. Lyft måltidsfrågan på strategisk nivå

Denna rapport har tidigare betonat att matsvinn inte enbart handlar om optimering av portionsstorlekar och genomtänkt servering, utan minst lika mycket om den sociala måltidsmiljön och andra förutsättningar för ätandet. De föreslagna åtgärderna ovan – vilka fokuserar på maten snarare än måltidssituationen – bör därför kompletteras med fortsatta diskussioner av mer övergripande karaktär. Denna insikt stärks av resultaten från kvalitetsundersökningen *Vad tycker de äldre om äldreomsorgen? 2020*, som indikerar att de äldre i Kristianstad är mer nöjda med maten och lite mindre nöjda med måltidssituationen. Cirka 74 % tycker nämligen att maten smakar mycket bra eller ganska bra, medan 68 % tycker att måltiderna alltid eller oftast är en trevlig stund på dagen (figur 5).

Figur 5. Andel positiva svar inom området mat och måltidsmiljö för äldre.²⁹



Redan idag sker det återkoppling från boendena till köken och denna kommunikation är fortsatt viktig i arbetet framöver, i kombination med den kontinuerliga dialogen mellan köken och GS Måltid. Intrycket är dock att den strategiska förankringen kan förbättras och att diskussionerna kan bli mer utvecklingsinriktade/framåtblickande. Frågan behöver ha en naturlig plats på agendan, under såväl boråd som i olika chefsgrupper, och kräver samarbete mellan kommunens förvaltningar.

²⁹ Socialstyrelsen. *Så tycker de äldre om äldreomsorgen 2020. Resultat för Kristianstad Tollaregården*. https://www.kristianstad.se/globalassets/dokument/omsorg-och-hjalp/senior-aldre/kvalitetsundersokningar/vard_omsorg_boende/2020/kvalitetsundersokning_tollaregarden_2020.pdf

6.2.5. Hela åtgärdspaketet med deluppgifter och ansvar

Förslag på ansvarsfördelning för respektive åtgärd, samt förtydligande av deluppgifter och kompletterande kommentarer.

Tabell 2. Förslag på åtgärder för fortsatt arbete med matsvinn inom äldreomsorgen i Kristianstad.

Åtgärd	Deluppgift	Ansvar	Prioritet	Kommentar
Ändra portionerna	<i>A) Beakta lägre aktivitetsnivå och dra ned på kolhydraterna.</i>	GS Måltid	1	
Börja mäta svinnet	<i>A) Ta fram registreringsrutiner och informationsmaterial.</i>	GS Måltid	2	Hämta lärdomar från Helsingborg (se bilaga)
	<i>B) Informera personal och genomföra mätningar.</i>	OMS	2	
	<i>C) Ge återkoppling på resultat och belöna framsteg.</i>	GS Måltid	2	
Gör en svinn-satsning	<i>A) Inför och kommunicera tydliga riktlinjer kring matrester, utifrån SKR:s uppdaterade livsmedelsregler.</i>	GS Måltid och OMS	2	Stöd från kommunens livsmedelsinspektörer?
	<i>B) Prioritera några utvalda råvaror/rätter och ge stöd.</i>	GS Måltid	3	Dela recept och tips på hur t.ex. överblivna grönsaker kan användas i smoothies.
	<i>C) Informera om referensportioner som metod och inför som rutin vid dessertservering.</i>	GS Måltid och OMS	3	
	<i>D) Säkerställ utrymme för restdagor/-mellanmål i beställningar och matsedel.</i>	GS Måltid och OMS	2	

Lyft måltidsfrågan	A) Återupprätta kostmöten mellan boenden och kök.	GS Måltid och OMS	3	Dialog finns i viss mån ändå, men kan finnas fördelar med att den formaliseras och att alla boenden arbetar på ett liknande sätt.
	B) Arbeta vidare med måltiderna som en del av kvalitetsarbetet på chefsnivå.	OMS	2	
	C) Samarbeta kring måltidsfrågan över förvaltningsgränserna.	GS Måltid och OMS	2	

6.3. Övriga åtgärder: en vision, två frågetecken och tre återvändsgränder

De åtgärder som finns i det gula och det grå fältet i möjlighetsmatrisen (figur 4) bedöms vara svåra att genomföra och/eller ha liten effekt i Kristianstads kommun utifrån de förutsättningar som finns idag. Dessa kommenteras kort nedan, ihop med två åtgärder som beskrevs i avsnitt fem men som aldrig placerades in i matrisen.

6.3.1. Laga eller värm mat på avdelning – en vision för framtiden

Att flytta matlagningen närmre de äldre och de gemensamma utrymmena är inget som görs i en handvändning, men har potential att ge stora effekter på matsvinnet baserat på erfarenheterna från Gävleborg. På två av de fem besökta boendena i Kristianstad togs detta upp som en möjlig åtgärd och personalen var positiv, men såg också hinder. På ena boendet sa man att "det vore fantastiskt, men det kommer aldrig ske" och på det andra flaggade man för att alla i personalen kanske inte är bekväma med att laga mat.

Trots att denna åtgärd kan tyckas omöjlig i dagsläget, kan det dock vara värt att hålla dörren öppen för den i framtiden. För att behålla valmöjligheten kan det behövas aktivt arbete för att bevara/utveckla förutsättningar för matlagning, till exempel genom att säkerställa att all om- och nybyggnation sker utifrån flera scenarion för måltidsorganisationen.

6.3.2. Karottservering och omsorgsmåltider – värt att diskutera mer?

Det två åtgärderna som inte sorterades in i möjlighetsmatrisen (figur 4) var dels att servera mer mat i karotter på borden, dels att införa fler omsorgsmåltider där personalen sitter ner vid borden och deltar i det sociala när de äldre äter. Detta eftersom att både genomförbarhet och effekt var svår att uppskatta, när förutsättningar skiljde sig så pass mycket åt mellan olika boenden. Men det är onekligen två åtgärder som har betydelse för den sociala dimensionen av måltiden och som förmodligen bör diskuteras mer. Vad skulle

de äldre tycka om sådana förändringar? Vad kan man lära av varandra inom kommunen? Kanske kan man ha en provperiod och utvärdera resultaten?

6.3.3. Måltidsfördelning, servering i omgångar och att ge bort mat – tre återvändsgränder

Kristianstads kommun och de besökta boendena arbetar redan idag relativt aktivt med sin måltidsfördelning, vilket gör att graden av ytterligare genomförande och kvarvarande potentiell effekt bedöms som låg. Dessert ingår till exempel alltid till middagen och flera av de besökta boendena jobbar för att minska nattfastan på olika sätt, samt erbjuder ofta extra tillbehör i form av grädde och liknande. Med det sagt så finns det vissa hinder kring nattfastan som behöver lösas och det finns utrymme för förbättringar gällande mellanmål.

När det gäller servering i omgångar och att ge bort överbliven mat så bedöms trösklarna för genomförande vara höga i förhållande till den potentiella effekten. Utifrån besöken och gjorda observationer är det svårt att se hur maten skulle kunna ställas fram på annat sätt med tanke på mängden kantiner och den begränsade mängden ätande på varje avdelning. Undantaget är portioneringen av desserter, där det verkar finnas utvecklingsmöjligheter enligt tidigare avsnitt. När det gäller att skänka mat, så är detta tillåtet så länge kommunen inte stör marknaden ur ett konkurrensperspektiv eller går emot de upphandlingsavtal som kan finnas.³⁰ Det råder dock ändå viss osäkerhet kring vad som är tillåtet eller ej och logistiken blir mer omfattande i jämförelse med att verksamheterna tar tillvara på matresterna på egen hand, vilket försvårar ett eventuellt genomförande.

7. Avslutande kommentarer

Denna rapport redogör för en mindre matsvinnundersökning, bestående av fem besök på olika äldreboenden i Kristianstads kommun, och är därmed mycket begränsad i sin omfattning. Resultaten ger en fingervisning om nuläget och vilken förbättringspotential som finns, men är inte heltäckande eller fullständigt representativ för allt som sker ute i verksamheterna. Matsvinn är dessutom en komplex fråga som kräver olika avvägningar och är tätt sammanflätat med äldres hälsa, livskvalitet och sociala liv. Jag vill därför poängtera att rapporten bör ses som ett discussionsunderlag och som en karta med ett antal olika ledtrådar eller vägar framåt. Resultaten och de föreslagna åtgärderna är ingen absolut sanning. Mitt mål här har varit att ge min bild av situationen baserat på mina iakttagelser och samtal med personalen, samt försöka vara så tydlig som möjligt med vilka gemensamma drag jag sett ute på avdelningarna.

Jag vill också säga några ord om biogas – ett ämne som inte getts utrymme ovan, men som är högst relevant. I Kristianstads kommun blir utsorterat matsvinn nämligen till biogas och kan bland annat användas som förnybart drivmedel till bilar. Det är positivt, men produktionen av biogas får inte användas som en ursäkt för att inte minska matsvinnet.

³⁰ Måltidsbloggen. *Kommunala verksamheter får sälja, skänka och ta emot överbliven mat.*
<http://maltidsbloggen.se/2018/08/kommunala-verksamheter-far-salja-skanka-och-ta-emot-overbliven-mat/>

Varje kilo matsvinn ger under produktionen upphov till 1,6 kg koldioxid³¹ och rötning till biogas är relativt lågt prioriterat i resurshierarkin för livsmedel.³² I det fortsatta arbetet med matsvinn är detta viktigt att poängtera för personal och andra berörda. Det är också värt att, i ett större perspektiv, fundera på vilka andra incitament som finns för att slänga eller spara mat inom äldreomsorgen och att eventuellt justera dessa.

Slutligen så vill jag rikta ett stort tack till vårdpersonalen som vänligt tog emot mig på avdelningarna och delade med sig av sin vardag.

³¹ Livsmedelsverket, 2020. *Handbok för minskat matsvinn – för verksamheter inom vård, skola och omsorg*. <https://www.livsmedelsverket.se/publikationer/sok-publikationer/material/handbok-for-minskat-matsvinn-for-verksamheter-inom-var-d-skola-och-omsorg>

³² Livsmedelsverket. *Resurshierarki för livsmedel*. <https://www.livsmedelsverket.se/foretagande-regler-kontroll/regler-for-livsmedelsforetag/matsvinn-foretag/skanka-bort-mat/resurshierarki-for-livsmedel>

Bilaga 1: Insikter från Gävleborg

År 2012 till 2015 genomförde Inköp Gävleborg – ett dåvarande upphandlingsförbund bestående av tio kommuner – en innovationsupphandling med fokus på de äldres måltidssituation. Inom ramen för den genomfördes ett pilotprojekt där personalen på ett äldreboende i Valbo fick laga maten till de äldre under sex månader. Man ville undersöka möjligheten att få en bättre måltidssituation genom att flytta maten och måltiden närmare de äldre. Det genomfördes kunskapshöjande insatser med personalen, men inga extra ekonomiska medel tillfördes, och personalen fick sedan ansvara för att planera, beställa och laga middagen. Totalt var det tre avdelningar med personal och 27 boende som deltog i försöket.

De resultat som summerats i slutrapporten³³ är att:

- Äldre åt mer totalt sett över hela dygnet.
- Alla äldre gick generellt upp i vikt, de med lägst utgångsvikt ökade mest.
- Personalen i stort tyckte det kändes meningsfullt att laga och ta ansvar för hela måltidssituationen (endast två av ca 30 medarbetare antydde att de inte tyckte att det var roligt att laga mat).
- Personalen utbytte recept med varandra som också sedan ledde till ett utökat samarbete i form av att hjälpas åt med vikarier vid bortavaro.
- Äldre samlades i det gemensamma utrymmet närbeläget till köket när dofter från köket började spridas.
- Matsvinnet minskade med 60-70 % totalt sett.
- Lösningen blev inte dyrare för kommunen, tvärtom fanns ett överskott motsvarande 20 % av tilldelad budget under projektidens gång.
- Kommunen har efter projektet beslutat att all om- och nybyggnation skall möjliggöra för personalen att laga mat.

Via nätverk fick jag kontakt med Sigrid Pettersén som var projektledare för satsningen i Gävleborg och är engagerad i frågan om äldres måltidssituation. Vi pratades vid den 22 oktober och hon beskrev bland annat att:

- Innan försöket hade det hänt att man fått slänga allt fläsk vid en middag, eftersom det varit för hårt för de äldre att äta på grund av stekningen och värmehållningen. Besvikelsen var stor. När personalen sedan lagade maten under pilotprojektet kunde de i högre grad välja maträtter som de äldre tyckte om och anpassa den.
- Facket hade ringt upp för att man lät personalen laga mat, men det finns inte några avtal eller andra hinder som förhindrar det.
- Många kommuner har (omedvetet) gjort sig beroende av matleverantörer av olika slag, eftersom många boenden saknar kök.
- Insatser för äldres måltidssituation gynnar samhället i stort, men kostnader och vinster fördelas snett mellan kommuner och regioner: kommunerna betalar för insatserna, men det är regionerna som sparar pengar när de äldre inte behöver

³³ Jonsäll & Pettersén, 2015. *Slutrapport innovationsupphandling X*.
<https://docplayer.se/20268266-Slutrapport-innovationsupphandling-x.html>

söka vård i lika hög utsträckning för exempelvis fallskador till följd av undernäring och minskad muskelmassa. Försök görs nu för att ta fram en beräkningsmodell för vad så kallade "mjuka värden" ger för effekter och hur dessa fördelar - till exempel färre brutna höftleder orsakade av fall - sedan kan omräknas till pengar.

- Innan projektet fanns viss oro hos personal för hur de skulle hinna med matlagningen, men efteråt sa ingen att de inte haft tid till sina andra uppgifter. Matlagningen bidrog inte till stress utan snarare till glädje och meningsfullhet.

Bilaga 2: Insikter från Helsingborg

Under första halvåret av 2021 genomförde Helsingborgs stad ett projekt med fokus på matsvinn i äldreomsorgen. Syftet var att kartlägga och mäta hur matsvinnet såg ut på fyra olika vårdboenden, samt att undersöka hur och vad som kan göras för att minska matsvinnet i äldreomsorgen.³⁴

Via nätverk fick jag kontakt med Emma Johansson, som är svinnovatör och var den som drev projektet i Helsingborg i våras. Vi pratades vid den 15 oktober och hon delade med sig av följande lärdomar:

- Fokus för projektet var att hitta lösningar för en smidig och hållbar mätning av matsvinn. Det togs bland annat fram en lathund i pdf och en tillhörande video³⁵ som tydligt förklarade hur mätningarna skulle gå till.
- Den viktigaste lärdomen från projektet var att ha tålamod och att personalen måste få öva på mätningarna genom att göra dem flera gånger. Videon var till stor hjälp.
- Andra framgångsfaktorer var att arbeta med medvetenheten ("oj var det 3 kg?"), att hitta nyckelpersoner ute på boendena som kunde stötta kollegorna och att knyta an projektet till klimatfrågan samt påverkan på barns och barnbarns framtid.

Emma Johansson tipsade också om andra inspirerande exempel och viktiga riktlinjer:

- Livsmedelsriktlinjerna från SKR är uppdaterade och det är inte förbjudet att behålla mat längre. Vad som gäller för olika kök och olika moment i mathantering finns på hemsidan.³⁶
- Norrtälje och vårdbolaget Tiohundras arbete med att justera beställningar, göra måltidsmiljön trevlig och återkoppla.³⁷ Hon som är miljöchef där heter Anna-Lena Carling.
- Göteborg och boendet Sekelbo, där pengar som sparades på minskat matsvinn kunde användas till finare kött och vin etc. De har bland annat tagit fram en checklista med åtgärder.³⁸
- Malmö och deras sätt att kartlägga vårdboendens matsvinn med hjälp av Google Forms, som är enklare att använda än exempelvis Excel. Drivs av måltidsutvecklaren John Kenne.

³⁴ Helsingborgs stad. *Emma brinner för att minska matsvinnet.*

<https://vardochomsorg.helsingborg.se/emma-brinner-for-att-minska-matsvinnet/>

³⁵ Youtube. *Instruktioner för att mäta matsvinn Svinnovatör VT 21.* <https://youtu.be/dxNyzL5gzQM>

³⁶ SKR. *Hantering av livsmedel.* <https://skr.se/offentligsakermat/hanteringavlivsmedel.33074.html>

³⁷ SVT. *Norrtälje går i bräsch – kastade 20 ton mindre mat.*

<https://www.svt.se/nyheter/lokalt/stockholm/fick-ned-matsvinnet-med-40-procent>

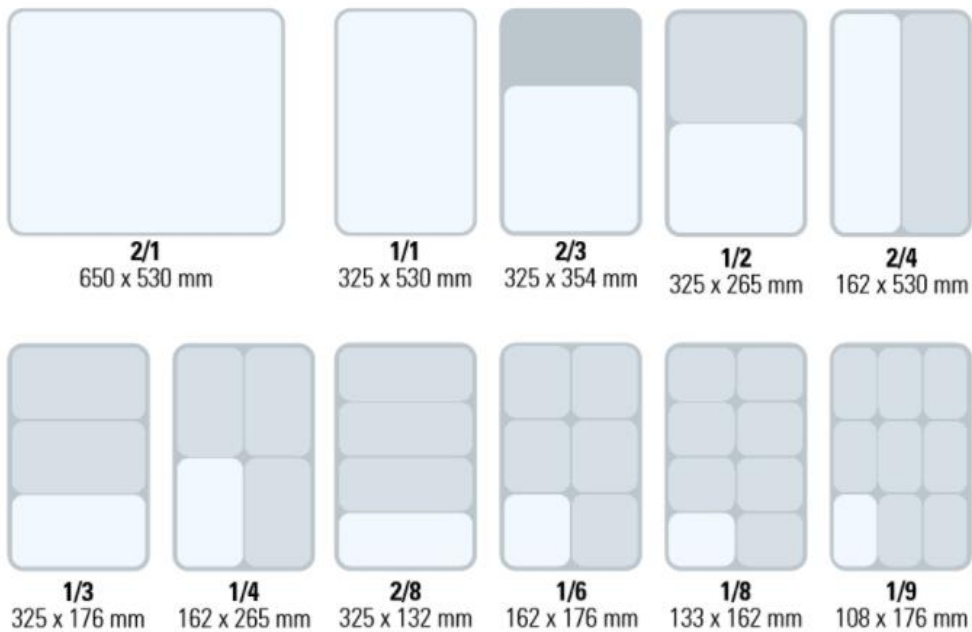
³⁸ Göteborgs stad. *Förebygg avfall på äldreboende. Praktiska tips och exempel.*

<https://goteborg.se/wps/wcm/connect/672a9965-5a2f-4463-b734-87e88d4cc579/F%C3%B6rebygg+avfall+p%C3%A5+%C3%A4ldreboendet+checklista.pdf?MOD=AJPERES>

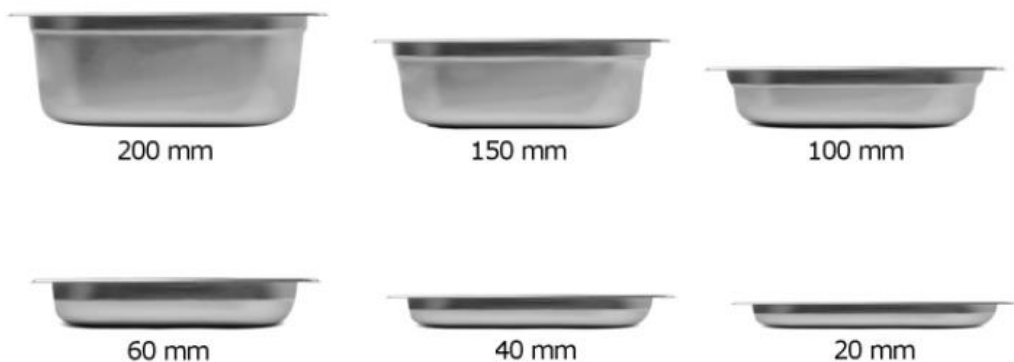
Servering

Några avdelningar får kall huvudkomponent och värmer samt slutbereder med tillbehör (potatis och grönsaker), resterande får varma färdiga måltider. Observera:

- I vilka kärl tas maten emot: storlek på kantiner?
- Hur fördelar personalen sig under måltiden?
- Används karotter eller tallriksservering?



DJUP



Karotter:

- Storlek på skålar, tallrikar och serveringsbestick/-utrustning?
- Ställs allt fram eller plockas det fram nya skålar efter hand?

Tallrik:

- Får äldre ange önskad storlek?
- Används en referensportion?

1. Vad tycker du skulle behövas, för att ni skulle kunna minska maten som behöver slängas efter serveringen?

Vad tror du om följande alternativ:

- A. Att värma i omgångar? Mindre kantiner?
- B. Vid karotter: Mindre karotter och servera i omgångar?
- C. Vid tallriksservering: Träna medarbetare på att ta upp beställningar/gör en mall för en "normalportion" och använd den för att bestämma liten, normal eller stor portion?

Rester

Går ej att skicka tillbaka rester.

1. Vad händer med mat som blir över?
2. Hur arbetar ni med rensning i kylskåp och frys m.m.?
3. Vad tycker du skulle behövas, för att ni skulle kunna ta tillvara på mer rester när de väl hamnat i kylskåpet eller frysen?

Vad tror du om följande alternativ:

- A. Idag är det kökets meny 1 kväll i veckan -> i dialog bestämma att använda rester från avdelningen istället?
- B. Använda resterna till mellanmål i högre grad?

Summering

Viktigaste utmaningarna och möjligheterna.

- Vilken åtgärd tycker du skulle vara **enklast** för er avdelning att börja med, för att försöka minska matsvinnet och få de äldre att äta mer?
- Vilken åtgärd tror du skulle ha allra **störst effekt** på matsvinnet och de äldres måltidssituation? Vad skulle behöva förändras och vilket stöd skulle behövas för att den ska gå att genomföra?

För mer information

Avdelningen för tillväxt och hållbar utveckling

Magnus Lund
Tel: 044 - 136160



Kristianstads
kommun

Kommunledningskontoret |
Avdelningen för tillväxt & hållbar utveckling
Johanna Åström |
www.kristianstad.se | kommun@kristianstad.se