

# Mad med mere

For svage ældre er det vigtigt at få den rigtige ernæring. Men mad handler ikke kun om ernæring. Det handler i lige så høj grad som nydelse og socialt samvær. Det er udgangspunktet for Ældre- og Handicapforvaltningens mad- og måltidspolitik.

» Mad. Det er et emne, der ofte optager os danskere lige så meget som vejret. Det kan derfor også være svært den dag, man ikke længere selv er i stand til at lave mad eller flytter på plejehjem, hvor andre står for menuen. Det forsøger Madservice Aalborg at tage højde for.

- Vi har både tilbud til dem, der har almindelig appetit, og til dem, der har sværere ved at spise. Vi har i den forbindelse bl.a. fokus på, at de mennesker, der har tygge- og synkebesvær, får de samme muligheder som os

andre. Vi laver fx et specielt rugbrød, som smelter via mundvand og derfor ikke kræver tyggefunktion. Derudover sørger vi for, at maden består af forskellige komponenter som kartofler, grøntsager og kød, ligesom vi andre får, forklarer Hanne Melgaard Juul, som er leder af Madservice Aalborg.

## Opgør med fordomme

Men der er også plads til mindre specialiserede opgaver, og her gør Madservice Aalborg en målrettet indsats for at gøre op med de fordomme, der er forbundet med at få mad fra et storkøkken.

- Vi bager alt brød og alle kager selv, ligesom vi selv laver maden. Den er ikke hentet op af en kasse. Samtidig kan både plejehjem og private vælge at få råvarerne leveret og selv tilberede maden, hvis de ønsker det. Og så er det vigtigt for os, at den enkelte har valgfrihed. Hvis man vil have en spegepølsemad til morgenmad, får man det, og rejemadder er ikke forbeholdt weekenden, men kan sagtens fås hver dag.

Generelt har gruppen af mennesker, som får mad fra os, dog behov for meget energi - især til mellemmåltiderne,

Susanne H. Knudsen  
Colourbox og Madservice Aalborg



Madservice Aalborg fik for nylig overrakt Det Økologiske Spisemærke i bronze på Foodexpo 2016. Bronzemærket er dokumentation for, at over 30 pct. af de føde- og drikkevarer, som Madservice Aalborg bruger i produktionen, er økologiske. Det sker for at opfylde Aalborg Kommunens politik om økologi og bæredygtighed. Midlerne til at handle økologisk er fundet ved at mindske madspild.





og det lægger vi stor vægt på. Forskningen siger, at 50 pct. af det den daglige energi skal komme fra mellemmåltider, så det er vigtigt med mindst seks måltider om dagen, påpeger Hanne Melgaard Juul.

### Udgangspunkt for en god alderdom

Men mad handler også om andet og mere end ernæring. Og det er der ved at komme stigende fokus på.

- Vi har i mange år overset nydelser og det sociale aspekt. Det at vi spiser sammen, er for de ældre og svage lige så vigtigt som at få kalorier nok, og det har hidtil været underprioriteret, forklarer professor Bent Egberg Mikkelsen fra Klinisk Institut på Aalborg Universitet, som bl.a. samarbejder tæt med Aalborg Universitetshospital omkring forskning i ernæring til netop denne målgruppe. Men også politisk har man fået øjnene op for, at mad er afgørende for en god og sund alderdom. I forbindelse med den ældre milliard, som kommunerne fik ved årsskiftet, har der

løbende været fokus på kvaliteten af den mad, ældre får.

- Det er derfor vigtigt at have visioner på området og at vide, hvad man vil med den mad, man sender hjem til borgerne. Det kan kommunerne gøre ved at lave en mad- og måltidspolitik. Min klare anbefaling i den forbindelse er dog, at man samtidig sørger for at lave nogle konkrete handleplaner, så man ved, hvad man gør, og hvordan man følger op, understreger Bent Egberg Mikkelsen.

### Masser af livskvalitet

Det arbejde har Aalborg Kommune allerede taget hul på. Sidste år vedtog Ældre- og Handicapudvalget en mad- og måltidspolitik, og nu arbejdes der på at udmønte den i konkrete initiativer. Målgruppen for den nye politik

er mennesker, der bor på plejehjem, og dem, der modtager madservice fra Aalborg Kommune, og politikken opstiller i den forbindelse rammerne for en god kvalitet på madområdet. Omdrejningspunktet er her mad som rehabilitering, det gode måltid og involvering af borgere og netværk.

- Helt konkret handler det om, at maden skal smage godt og se lækker ud. Men derudover har vi også fokus på hele rammesætningen omkring et måltid. Vi ved fx, at beboerne på plejehjem tilbringer megen tid hjemme, og måltiderne betyder derfor meget i den del af livet. Det skal vi anerkende, siger rådmand i Ældre- og Handicapforvaltningen Thomas Krarup.

Derfor skal borddækning og hygge i forbindelse med et måltid i centrum, så det føles mere hjemligt at sætte sig til bords på plejehjemmene.

- Samtidig skal vi gøre måltidet til en social begivenhed for dem, der har mulighed for det. Ensomhed handler nemlig ikke kun om at bo alene. Man kan også godt føle sig isoleret på et plejehjem. Her er måltidssituationen en god anledning til at mødes. Det skal vi dyrke noget mere. Jeg håber derfor også, at medarbejderne vil være med til at motivere beboerne til at spise sammen. Men vi skal selvfølgelig respektere dem, der ikke har lyst eller mulighed for at spise med andre. Jeg er dog sikker, at der er masser af livskvalitet at hente her, og det koster ikke noget, fastslår Thomas Krarup.



#### FAKTA:

- Mad- og måltidspolitikken løber fra 2015-2020