



Den goda måltiden

Mat- och måltidspolicy
för Region Gotland



Innehåll

Den goda måltiden – Mat och Måltidspolicy för Region Gotland	5
Varför har Region Gotland en mat- och måltidspolicy?	6
Regionens mål om hälsa och miljö	6
Främja hälsa och välbefinnande	7
Bra mat	8
Vardaglig avkoppling	8
Kunskap och kompetens	9
Genomförande, uppföljning och ansvar	9
Måltidspusslet	11
Lästips	11





Den goda måltiden

Mat- och måltidspolicy för Region Gotland

Den goda måltiden, inom verksamheter som regionen ansvarar för, främjar hälsa och välbefinnande hos kunder och brukare samtidigt som de bidrar till långsiktig ekologisk, social och ekonomisk hållbar utveckling.

Den goda måltiden tillgodoser olika målgruppers behov av energi och näring enligt de Nordiska näringsrekommendationerna.

Den goda måltiden genomsyras av delaktighet, omtanke och förtroende.

Kompetens, fortbildning, samarbete och uppföljning säkerställer att policyn efterlevs.

Varför har Region Gotland en mat- och måltidspolicy?

Vad vi äter, när vi äter och hur våra måltider ser ut påverkar vår hälsa och vårt välbefinnande både idag och på lång sikt. Mat och måltider kan vara en källa till glädje, social kontakt och avkoppling. Regionen ansvarar för många verksamheter där mat och måltider är en viktig del. Barn och elever äter vanligtvis ett av dagens tre huvudmål och ofta även mellanmål i verksamheter som regionen ansvarar för. Den som på grund av ålder eller funktionsnedsättning behöver hjälp med maten äter kanske alla sina måltider med stöd av verksamhet som regionen ansvarar för. Detta gäller också för patienter inom den slutna hälso- och sjukvården. För många medarbetare i regionen är måltiden, antingen den äts i personalrestauranger eller som pedagogisk måltid i verksamhet, en viktig del i friskvårdsarbetet.

För alla dessa grupper klargör regionens mat- och måltidspolicy vilka förväntningar som är realistiska att ställa på offentligt finansierad mat och måltider. Policyn anger övergripande inriktning och ambitionsnivå för verksamheter med ansvar för mat och måltider för att säkra en likvärdig kvalitet för kunder och brukare. Region Gotland ska i all verksamhet erbjuda Den goda måltiden.

Den goda måltidens egenskaper definieras så här:

Den goda måltiden är för den enskilde individen tilltalande och hälsosam och intas i en trivsamt miljö. Den är miljö- och klimatanpassad¹, energieffektiv och bidrar till en hållbar utveckling².

1. I programmet används genomgående begreppet miljö/miljöanpassad. Det innefattar här även klimat/klimatanpassad.
2. Brundtland-kommissionens definition av hållbar utveckling: *En hållbar utveckling är en utveckling som tillfredställer dagens behov utan att äventyra kommande generationers möjligheter att tillfredsställa sina behov.*

Regionens mål om hälsa och miljö

I Region Gotlands Vision 2025 är ett av de övergripande målen att gotlänningarna ska ha bra hälsa och må bäst i landet. Dessutom ska hälsan vara jämlikt och jämställt fördelad. Det övergripande målet för miljön är att Gotland är en världsledande ö-region i miljö- och klimatfrågor. En regional mat- och måltidspolicy är ett redskap i arbetet med att tillämpa strategier och nå beslutade mål.

Syfte

Mat- och måltidspolicyn är ett styrdokument för berörda verksamheter för att erbjuda god och hälsosam mat med hänsyn taget till hälsa, miljöpåverkan samt god långsiktig resurshushållning. Policyn formulerar regionens övergripande åtagande när det gäller mat, bra matvanor som kan förebygga ohälsa och måltidsverksamhet med omtanke om olika gruppers behov.

Policyn är styrande vid inköp av livsmedel och upphandling av entreprenörer. Denna görs i enlighet med gällande EG-direktiv och lag (2007:1091) om offentlig upphandling samt Miljöstyrelsens rådets upphandlingskriterier för livsmedel respektive måltidstjänster. Policyn säkrar att val av livsmedel och upphandling av tjänster inom området sker ur ett ekologiskt och hälsofrämjande perspektiv inom givna ekonomiska ramar, för att bidra till en hållbar utveckling. Inriktningen är att närproducerade livsmedel i möjligaste mån ska erbjudas i verksamheter som regionen ansvarar för. Vidare kompletterar policyn lagar, nationella riktlinjer och rekommendationer kring mat, måltider och övrigt utbud av livsmedel inom regionens verksamheter.

Vad innebär policyn?

Policyn berör många människor inom viktiga områden i en stor verksamhet. Den förtydligas och konkretiseras därför på följande sidor.

Främja hälsa och välbefinnande

Den goda måltiden, inom verksamheter som regionen ansvarar för, främjar hälsa och välbefinnande hos kunder och brukare samtidigt som den bidrar till långsiktig ekologisk, social och ekonomisk hållbar utveckling



Maten ska tillagas av livsmedel med god kvalitet. Kvaliteten ska definieras genom krav i livsmedelsupphandlingen³. Minst motsvarande kvalitetsnivå ska gälla då måltidstjänster upphandlas på entreprenad. Detta ger en god kontroll av ingående ingredienser. För att säkra kvaliteten för personer som av olika skäl måste undvika vissa livsmedel ska medarbetare som hanterar mat, i alla led, ha goda kunskaper om matens innehåll. Urval av livsmedel ska säsongsanpassas, så långt det är möjligt med hänsyn till hälsa, miljö, ekonomi och kundernas/brukarnas behov och önskemål. Säsongsanpassning möjliggör även naturlig variation över året och anpassning till årets högtider.

Avgörande faktorer för Den goda måltiden är bland annat att följa avtal, val av livsmedel, tillagningssätt och transporter. Livsmedelsupphandlingen är en central del i regionens arbete med att minska miljöpåverkan från måltiderna i verksamheterna. Genom upphandling och måltidsplanering ska Region Gotland arbeta aktivt för att klimatanpassa måltider. Detta sker genom att till exempel säsongsanpassa menyn och öka andelen vegetariska måltider. Utöver det ska ökning ske av andelen närproducerade och ekologiskt producerade livsmedel som i sin tur stödjer ett jordbruk som bidrar till att nå flera nationella miljömål, bland annat en Gifffri miljö⁴.

En betydande del av matens negativa miljöpåverkan är det spill som uppstår när maten inte äts upp. Verksamheterna ska aktivt arbeta för att minska matsvinnet. Utbudet inom caféverksamheten samt för mellanmål ska utvecklas successivt i en hälsofrämjande och miljöanpassad inriktning i dialog med brukare och kunder.

3. Serviceförvaltningens avdelning för måltidsförsörjning

4. Mål och strategier anges i Miljöprogram för Ekokommun Gotland.

Bra mat

Den goda måltiden tillgodoser olika målgruppers behov av energi och näring enligt de Nordiska näringsrekommendationerna (NNR 12)

Hänsyn ska tas till olika gruppers speciella behov (medicinska och icke medicinska skäl) genom att fullgoda och likvärdiga alternativ, så långt det är möjligt, ska erbjudas den som är i behov av specialkost* och inte kan äta det som serveras.

Statens livsmedelsverk, SLV, är den centrala statliga myndigheten för livsmedelsfrågor och arbetar i konsumenternas intresse aktivt för säkra livsmedel, ärlighet i livsmedelshandlingen och bra matvanor. NNR 12, SLV samt Socialstyrelsens rekommendationer som lyfter fram matvanor som minskar risken för ohälsa, ligger till grund för all verksamhet med mat och måltider i Region Gotland. Utvecklingen kring livsmedels- och näringsfrågor ska följas kontinuerligt. Trender och aktuella debattfrågor ska hanteras fortlöpande i samråd mellan företrädare för berörda yrkesgrupper och verksamhetsansvariga.

*Riktlinjer är framtagna för förskola och skola i dokument *Riktlinjer för specialkost i förskola, grundskola och gymnasium* (Region Gotland 2015).

Vardaglig avkoppling

Den goda måltiden genomsyras av delaktighet, omtanke och förtroende

Den goda måltiden är inte bara en fråga om energi och rätt anpassade näringsämnen. Måltiden ska erbjuda en stunds avkoppling i vardagen. En förutsättning för att kunna uppskatta måltiden är att få avnjuta den i en lugn och trivsamt miljö, att maten är tillagad, upplagd och serveras på ett aptitligt sätt samt att service och bemötande är gott.

Alla som äter mat i verksamheter som regionen ansvarar för, ska ges möjlighet att lämna synpunkter och påverka mat och måltidsmiljö. Verksamheter som serverar mat och tillhandahåller livsmedel ska använda systematiska arbetsformer för brukarinflytande, i form av matråd eller andra former för delaktighet.

Medarbetare som stödjer brukare i eget hem ska i samband med inköp, tillagning/uppvärmning och servering av mat sträva efter en individuellt anpassad dialog med brukaren. Med respekt för den enskildes självbestämmande och integritet, ska brukaren, anpassat till sina unika förutsättningar, erbjudas kunskap om sambanden mellan mat, hälsa och miljö.

Kunskap och kompetens

Kompetens, fortbildning, samarbete och uppföljning säkrar att policyn efterlevs

För att kunna erbjuda Den goda måltiden till kunder och brukare ska medarbetare ha kunskap och kompetens för uppgiften. Det gäller den som handlar upp, planerar, lagar eller serverar mat och måltider. Det gäller också den som planerar och utformar måltidsmiljöer. Kunskaper behövs om matens betydelse för hälsa inklusive behovet av specialkost. Likaså om hur maten påverkar miljön i alla led, från produktion till tallrik. Kunskap behövs också om vad måltidsmiljö och bemötande betyder för individens välbefinnande och hälsoutveckling.

För att genomföra policyn ska medarbetare ha god kännedom om varför policyn finns och varför de olika delarna är viktiga. Det är ett ledningsansvar på alla nivåer att säkra och följa upp att medarbetare har kunskap om policyn och motiven för denna.

Ett redskap för att uppnå policyns syfte är upphandling av livsmedel och måltidstjänster. Upphandlingen syftar till att säkra kvalitet, ekonomi, miljökrav och etiska krav som exempelvis djurskydd och barnarbete för de livsmedel som serveras/tillhandahålls i regionens verksamheter. Det är ett ledningsansvar att upphandlade avtal följs samt att berörda medarbetare har kännedom om grunderna för Region Gotlands upphandlingspolicy.

Medarbetare inom måltidsverksamheten ska bidra med sin kompetens i det samlade hälsofrämjande arbetet i regionen.

Genomförande, uppföljning och ansvar

Mat- och måltidspolicyn omfattar regionens verksamheter för barn, elever, patienter, brukare, besökare och medarbetare. Policyn gäller även mat och måltider i sådan verksamhet som regionen handlar upp på entreprenad. Vidare omfattas livsmedelsutbudet i cafeterior/kiosker/automater i lokaler med verksamhet som regionen ansvarar för, till exempel ungdomsgårdar, skolor, arbetsplatser och liknande.

Respektive nämnd och styrelse ansvarar för att:

- utarbeta riktlinjer och rutiner i enlighet med policyns syfte; främja hälsa och välbefinnande, bidrar till långsiktig ekologisk, social och ekonomisk hållbar utveckling, tillgodoser olika målgruppers behov av energi och näring, genomsyras av delaktighet, omtanke och förtroende samt att kompetens och uppföljning säkrar policyns efterlevnad.
- policyn implementeras i berörda verksamheter genom att till exempel kartlägga vad som redan görs samt planerar och genomför åtgärder.
- policyn följs i upphandlingar och avtal samt med leverantörer av livsmedel och entreprenörer som erbjuder måltider.

Uppföljning sker genom:

- kund- och brukarundersökningar
- att kravställningar vid upphandling av livsmedel och måltider fullföljs
- att granska miljöeffekterna enligt anvisningarna i miljöprogrammet
- att dokumentera kompetensutvecklingsinsatser

>>

>> **Regionstyrelsen**

Regionstyrelsen ansvarar genom ledningskontoret för omvärldsbevakning och fortlöpande dialog med serviceförvaltningen av policyn.

Regionstyrelsen ansvarar genom serviceförvaltningen för att upphandling sker så att följsamhet till koncerngemensamma styrdokument garanteras.

Regionstyrelsen ansvarar genom ledningskontoret för övergripande uppföljning och eventuellt revidering av mat- och måltidspolicyn en gång per mandatperiod.



Måltidsmodell

SÄKER – Måltiderna serveras på ett livsmedelsäkert sätt. Det finns möjlighet att tvätta händerna före måltiden.

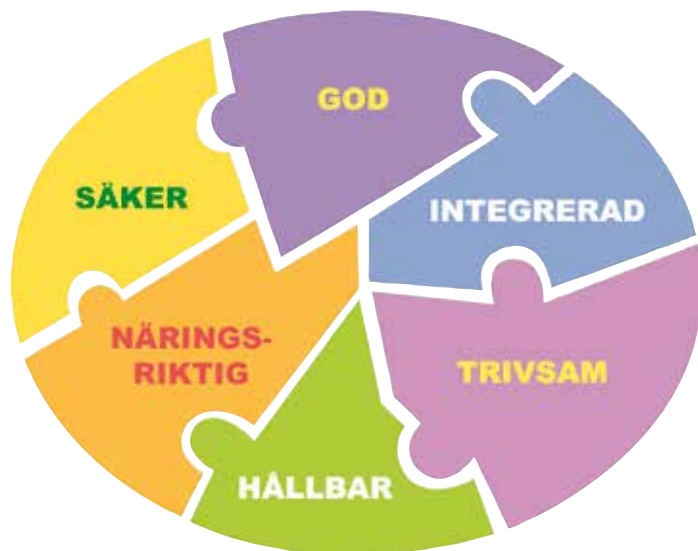
GOD – Maten ska vara väl tillagad, upplagd och serveras på ett aptitligt sätt.

INTEGRERAD – Det finns en samsyn om att måltiden är en del av verksamheten. Det finns också en flexibel måltidsorganisation som utgår från kundens behov och önskemål.

TRIVSAM – Möjlighet finns att äta enskilt eller tillsammans med andra i en trivsamt och avkopplande miljö. Måltiderna serveras och presenteras på ett aptitligt och lockande sätt.

HÅLLBAR – Maten och måltiderna tar hänsyn till miljö och klimat.

NÄRINGSRIKTIG – Måltiden omfattas av lagstiftningen.



Läs mer

Folkhälsoguiden
www.folkhalsoguiden.se
– *Stockholms läns webbplats för folkhälsofrågor*

Miljöstyrningsrådet
www.msrl.se
– *Nationellt anpassade verktyg, metoder samt vägledning för hållbar upphandling, miljöledning och miljörelaterad produktinformation*

Konsumentverket
www.konsumentverket.se
– *Information om miljösmarta matval som tar hänsyn till mat, hälsa och miljö*

Folkhälsomyndigheten
www.folkhalsomyndigheten.se
– *Nationell kunskapsmyndighet som verkar för effektiva metoder och strategier i folkhälsoarbetet*

Statens livsmedelsverk
www.slv.se
– *Lagar, direktiv, NNR 12, information om mat och hälsa samt mat och miljö*

Socialstyrelsen
www.socialstyrelsen.se
– *Statlig myndighet som värnar hälsa, välfärd och allas lika tillgång till god vård och omsorg*

Besöksadress Visborgsallén 19

Postadress 621 81 VISBY

Tel 0498-26 90 00

Hemsida www.gotland.se