



## Glostrup Kommunes overordnede mad- og måltidspolitik:

- er den overordnede ramme for måden at arbejde med mad og måltider i Glostrup Kommune
- omhandler borgere i alle aldre, dog først og fremmest borgere, hvor kommunen er involveret i forhold til mad og måltider
- gælder for de ansatte, der medvirker i forbindelse med borgere og ansattes mad og måltider samt ansatte, der har kontakt med borgerne med fokus på sundhed, og ansatte, der spiser i arbejdstiden
- tager udgangspunkt i de gældende officielle anbefalinger for mad, måltider, motion og mental sundhed samt overvægt og underernæring
- skal ses i sammenhæng med kommunens øvrige politikker og strategier

Mad, måltider og motion har betydning for sundhed, trivsel og forebyggelse af sygdom og svækkelse. Det spiller også en væsentlig rolle i forhold til læring, dannelse og identitet. Endvidere har det indflydelse på muligheder for fysisk og psykisk formåen samt deltagelse i sociale fællesskaber og ressourcer til udfoldelse og mestring af eget liv. Derfor har mad, måltider og motion stor betydning både for den enkelte og for samfundet.

Formålet med denne politik er således at bidrage til, at de mange fordele ved mad og måltider opnås. Det er vigtigt, at det sunde valg gøres til det nemme valg. Mad- og måltidspolitikken skal understøtte, at balancen mellem mental sundhed, fysisk aktivitet og ernæring målrettes den enkeltes behov, således at det gode helbred hos borgere og ansatte fremmes og bevares.

### Visionen

Mad- og måltidspolitikken bidrager til borgere og ansattes sundhed og trivsel. Politikken er med til at skabe bevidsthed, fælles ansvar og forståelse for mad og måltiders betydning for sundhed. Sundhed skal ikke ses som et mål i sig selv, men som et middel til en god livskvalitet.

## Derfor vil Glostrup Kommune prioritere:



### Gode råvarer i kommunens madtilbud

Råvarer af god kvalitet er fundament for det sunde og velsmagende måltid. Der tages ernærings, sanse-, miljø- og klimamæssige hensyn både ved indkøb, tilberedning, servering, opbevaring m.v. Dette sker bl.a. ved, at maden i størst muligt omfang tilberedes af årstidens, økologiske og/eller danske råvarer og der arbejdes aktivt for at minimere madspild. Det er også vigtigt, at tilsætningsstoffer undgås eller begrænses mest muligt.



Fotos: Colourbox

## Den gode ernæring

På kommunens institutioner og kommunale spisesteder, hvor der tilberedes/serve- res mad og drikke, er det muligt at tilpasse dette til den enkeltes ernæringsbehov, eksempelvis ved overvægt, underernæring eller tilstande, hvor der foreligger en lægeordineret diæt.

På øvrige steder, hvor kommunen er involveret i forbindelse med mad og måltider, skabes rammer og motivation, så den enkelte støttes i at tilpasse mad og drikke til det individuelle ernæringsbehov.

## Det gode måltidsmiljø

Mad og måltider opleves med sanser og følelser og påvirker både fysisk, psykisk og socialt. Derfor er der variation i farver, duft, konsistens og smag, og der er tid, ro og hyggelige rammer omkring måltiderne.

Ved fælles måltider sættes der rammer for måden at være sammen på, så det bidra- ger til den gode stemning og lysten til at smage.

Nogle skal have særlig kost eller har brug for hjælpemidler i forbindelse med måltiderne. Nogle spiser ikke bestemte fødevarer af religiøse årsager. Selvom der er variationer i, hvad eller hvordan den enkelte spiser, oplever alle, at de kan være en del af fællesskabet omkring måltiderne.

## Brugernes medbestemmelse

Alle relevante målgrupper har indflydelse på maden og rammerne omkring målti- derne. Der er respekt for den enkeltes smag og tilgang til sundhed, mad og måltider, samtidig med at der tages hensyn til helheden, lighed i sundhed og Glostrup Kommunes politikker og handleplaner.

I videst muligt omfang involveres borgerne i planlægning, indkøb, tilberedning og servering af maden.

## Basis for livslange sunde vaner

Med dialog, undervisning og oplysning støtter Glostrup Kommune borgerne i: At tage ansvar for egen sundhed, at inspirere andre borgere og at medvirke til at skabe sunde rammer for alle. Støtten prioriteres og tilpasses den enkeltes forudsætninger.

## Professionel tilgang

Personale tæt på borgerne og personale, der tilbereder/serverer mad, har kendskab til kommunens overordnede mad- og måltidspolitik.

Personalets kompetencer og viden om de officielle anbefalinger danner baggrund for at skabe dialog med borgerne om sunde valg og hensigtsmæssig sundhedsad- færd. Samtidig er der bevidsthed om vigtigheden af at tage udgangspunkt i den enkelte og at agere som bedst mulig motivator.

Personalet har viden om mad og drikkes betydning for sundhed, herunder bl.a. tandsundhed og dennes betydning for spisefunktionen.

Personalet har kendskab til kommunens sundhedstilbud og formår desuden at an- vende relevante værktøjer i arbejdet med opfyldelse af Mad- og Måltidspolitikken.

Den overordnede mad- og måltidspolitik danner rammen for udarbejdelse af de lokale mad- og måltidspolitikker. De lokale politikker skal udarbejdes i samarbejde med brugere/pårørende og skal udarbejdes for alle områder, der tilbereder eller serverer måltider samt på steder, hvor der indtages medbragt mad.

Glostrup Kommunes Mad- og Måltidspolitik er vedtaget af kommunalbestyrelsen den 8. juni 2016.