



# Mad- og måltidspolitik for Haderslev Kommune



Haderslev

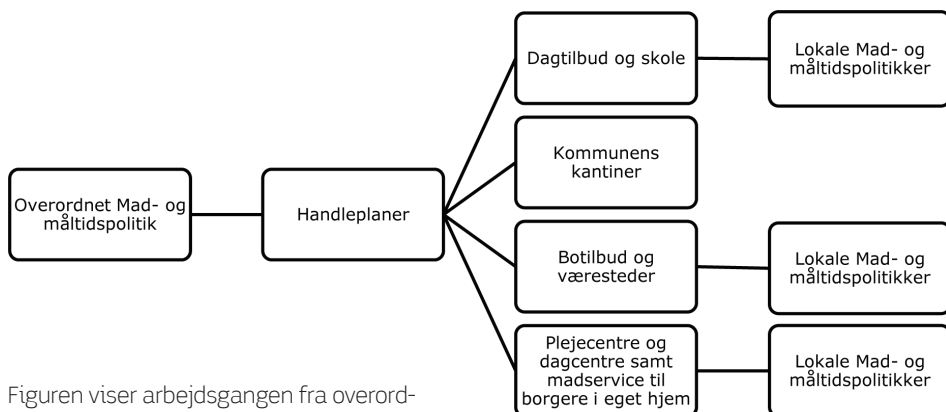
# Baggrund

Mad- og måltidspolitikken for Haderslev Kommune udspringer af den gældende Sundhedspolitik for kommunen, og skal danne baggrund for indsatser omkring dels den mad, der medbringes, spises eller produceres i de kommunale institutioner, og dels de fysiske rammer, hvori måltidet nydes. Det er Haderslev Kommunes ønske at sætte fokus på maden og måltidets betydning for borgernes sundhed og trivsel, samt øge fokus på de omgivelser, hvor måltidet indtages i.

Sunde mad- og måltidsvaner har, i samspil med blandt andet fysisk aktivitet, stor betydning for at fremme og bevare et godt helbred, og for at forebygge overvægt, underernæring og livsstile relaterede sygdom-

muskel- og skeletsygdomme, samt tab af funktionsevne. Derudover spiller sunde mad- og måltidsvaner en central rolle for tandsundheden.

Overordnet set skal Mad- og måltidspolitikken fremme, at det sunde valg er det nemme valg i Haderslev Kommune. Strukturelle indsatser, som mindsker tilgængeligheden af usunde fødevarer og øger tilgængeligheden af sunde fødevarer, er til gavn for alle. Mad- og måltidspolitikken tager udgangspunkt i Fødevestyrelsens gældende kostråd, samt "Anbefalinger for den danske institutionskost".



Figuren viser arbejdsgangen fra overordnet Mad- og måltidspolitik til lokal mad- og måltidspolitik.

# Målgruppe

Denne mad- og måltidspolitik skal ses som den overordnede ramme for de handleplaner, der efterfølgende udarbejdes på følgende områder: Dagtilbud og skoler, kommunens kantiner, botilbud og væresteder samt madservice

til ældre. Den overordnede Mad- og måltidspolitik og områdets handleplan skal derefter danne grundlag for udarbejdelsen af de lokale Mad- og måltidspolitikker i den enkelte enhed – se figur på modsatte side.

## Fokus område

- Maden skal leve op til Fødevarestyrelsens kostråd samt ernæringsanbefalingerne for de forskellige aldersgrupper, jævnfør ”Anbefalinger for den danske institutionskost”
- Maden tilberedes af gode råvarer og gerne fra bunden
- Herunder anbefales anvendelse af årstidens råvarer, madens anretning og appetitligheden af maden
- Frisk vand skal være let tilgængeligt
- Måltidet bør serveres, tilbydes eller indtages i omgivelser, der fremmer lysten til at spise.
- Herunder vægtes tid og ro til at nyde måltidet, definitionen af et godt spise-miljø, bordskik og hygiejne
- Borgere/brugere bør, så vidt det er muligt og relevant, inddrages i aktiviteter omkring måltidet, bl.a. i selve madlavningsprocessen, opdækning og afrydning af borde, hvorved kendskabet til og oplevelser omkring måltidet højnes
- Desuden bør der være lokale drøftelser af holdningsmæssige spørgsmål som anvendelse af økologiske råvarer, omtanke for miljøet i forhold til madspild, ernæringsfaglighed blandt køkkenpersonale, personalets deltagelse og videreformidling af måltidets sociale betydning og den lokale madkultur
- Med viden om vanskeligheden ved at behandle overvægt, skal forebyggelse af overvægt hos børn indgå i de relevante lokale mad- og måltidspolitikker som specielt vigtigt
- Borgere/brugere bør være fysisk aktive i henhold til Sundhedsstyrelsens anbefalinger om fysisk aktivitet. Hvis dette ikke kan lade sig gøre, bør borgere/brugere vær fysisk aktive i det omfang, deres helbredstilstand tillader det.



Ved behov for råd og vejledning, kontakt kostkoordinator Winnie Holm Lorenzen på mail [wini@haderslev.dk](mailto:wini@haderslev.dk) eller telefon 7434 0342

Haderslev Kommune, 2015



**Haderslev**

Haderslev Kommune

Gåskærgade 26-28

6100 Haderslev

Telefon 74 34 34 34