

Måltidschecklista

I god tid före måltid

- Utse en måltidsansvarig för den aktuella måltiden.
- Bestäm vilka/vilken personal som matar respektive omsorgstagare med matningsbehov.
- Ta reda på vem/vilka som har omsorgsmåltid.
- Fråga omsorgstagare om någon vill vara delaktig i måltidens förberedelser.

Före måltid

- Presentera maten visuellt på menytavlan, med bild eller demonstrationsportion.
- Vid servering i avdelningskök eller lägenhet; förvärm tallrikar och serveringsfat för varm mat i ugn 60 grader under 30 minuter.
- Duka bordet i enlighet med vad som serveras. Kom ihåg tillbehör och kryddställ. Tag bort allt som inte har med måltiden att göra.
- Förbered serveringsvagn med serveringsbestick, tillbehör, drycker och sådant som behövs vid servering.
- Tänd belysning över borden.
- Stäng av TV och radio. Om så önskas kan musik spelas.
- Duka fram mat i karotter på bordet eller på serveringsvagn.

Under måltid

- Hälsa alla välkomna till måltiden.
- Kontrollera så att alla sitter bekvämt och bra, undvik om möjligt sittande i transportrullstol.
- Presentera mat och dryck muntligt vid servering
- Låt omsorgstagare välja vilken mat, dryck och hur stor portion som önskas. De som kan servera sig själva ska uppmuntras till detta. De omsorgstagare som blir serverade bör få se mat och dryck genom att man t ex kör fram serveringsvagn till bordet.
- Fråga alla om de vill ha mer mat och dryck.
- Inget arbetsprat, buller eller oljud hörs, disk väntar tills måltiden är avslutad
- Först när alla vid bordet har ätit färdigt dukas mattallrik undan och dessert serveras. Presentera dessert och låt omsorgstagare välja portionsstorlek
- Servera kaffe på maten till de som önskar

Efter måltid

- Avdukning sker när alla har ätit upp desserten. På så sätt blir det mindre spring.
- Tag tillvara på den mat som ska sparas. Förpacka, märk upp och ställ in i kylskåp eller frys.
- Diska kantinerna som ska skickas tillbaka till köket. Lägg på locket innan de ställs in rena i kylvagnen.

Måltidschecklista

Vad är en omsorgsmåltid

Vid en omsorgsmåltid deltar personalen aktivt i måltiden tillsammans med omsorgstagarna vid matbordet för att utföra individanpassat måltidsstöd. Det kan innebära att understödja det sociala samspelet mellan personerna runt bordet. Om det utförs professionellt kan det resultera i begriplighet, hanterbarhet och meningsfullhet under måltiden. Personalen fyller en viktig funktion för att kompensera för olika individers omsorgsbehov, t ex förstärka syn- och hörselintryck, spegla måltiden eller motivera till ätande. Vid omsorgsmåltid äter personalen av samma maträtter på samma sorts porslin och i motsvarande portionsstorlek som omsorgstagarna. Att mata en person är inte en del av arbetsuppgifterna vid omsorgsmåltid, utan det bär en separat arbetsuppgift som kräver fullt fokus på den som får matningsassistans.

Omsorgstagares delaktighet

Uppmuntra omsorgstagare att vara delaktiga i förberedelser av måltiden. Det kan t ex innebära att omsorgstagaren är med och dukar, bereder sallad, bakar bröd eller viker servetter. Det man behöver ta hänsyn till är basala hygienrutiner. Omsorgstagaren tvättar och spritar händerna, sätter vid behov upp håret, kavlar upp ärmarna, bär förkläde och tar av smycken och klocka.

Dukning

En trevlig dukning ger måltiden ett stort mervärde. Kontrastduka i så stor utsträckning som möjligt för att skapa tydlighet. Använd med fördel bordstabletter eller duk för att minimera bordsskrammel och ge ett ombonat intryck. Dekoration i form av blommor eller LED-ljus är positivt. Se till så att det porslin som används är helt, kassera kantstötta glas och tallrikar. Salt, kryddor och tillbehör serveras med fördel på bordet. Om möjligt bör dryck, sallad och övriga komponenter i måltiden ur karotter på borden.

Servering

Beställ av båda maträtterna till varje måltid i stället för att försöka ta upp önskemål vid beställningen till köket två veckor innan servering. Det är viktigt att omsorgstagaren får se maten för att lättare kunna välja mellan de båda maträtterna vid servering, varför en serveringsvagn som körs fram till matbordet är att föredra om omsorgstagarna inte själva kan förse sig. Ge erbjudande om olika måltidsdrycker i samband med att maten serveras.

Sittställning vid måltid

De personer som kan sitta i en vanlig stol vid matbordet ska göra det. Att sitta i en transportstol medför att man vanligtvis sitter lågt. Då har man bordsskivan i bröst höjd, vilket gör det självständiga ätandet svårare. Dessutom hamnar man i en lägre nivå än sina bordsgrannar, vilket försvårar ögonkontakt.

Samtalsämnen vid måltiden

Under måltiden ska inte några vård- eller arbetsrelaterade samtal föras mellan personalen, utan de samtal som sker kring matbordet syftar till att ge ett mervärde för omsorgstagaren. Samtalsämnena kan med fördel beröra maten eller måltiden, aktiviteter under dagen, intressen, aktuella högtider eller andra händelser i samhället.