



v. Klinisk diætist Malene Iskov
Hamisgårdvej 5E
Hammelev
6500 Vojens
E-mail: diaetistteamet@mail.dk
Tlf. 22 23 05 90
Web: www.diaetist-iskov.dk

Sund mad og måltidskultur på virksomheden eller institutionen

Sundhedsfremme på virksomheder og i institutioner har rigtig stor værdi og effekt fordi vi er mange timer på vores arbejdsplads eller i institution og fordi vi som mennesker er meget påvirket af vores omgivelser. Rammerne betyder også meget for vores mulighed for at vælge et sundt liv. Ikke kun medarbejdere og elever, men også virksomheden og institutionen har en interesse i at medarbejdere og elever er sunde og raske og at de trives. Sygefraværet bliver lavere og medarbejdere og elever yder en større indsats.

En sundhedspolitik kan være en ramme om virksomhedens og institutionens sundhedsfremmende aktiviteter og derigennem hjælpe med at forbedre virksomhedens sundhedstilstand.

En vigtig brik i sundhedspolitikken er en sund Mad og måltidskultur. Et vigtigt omdrejningsredskab i denne indsats er en mad og måltidspolitik. En politik er dog intet værd før den omsættes til handling og bliver en integreret del af virksomhedens eller institutionens hverdag.

Diætistteamet har i 10 år arbejdet med at hjælpe virksomheder til en sundere mad og måltidskultur. EUC Syd har mange års erfaring i at uddanne ernæringsassistenter og gastronomer og har gennem flere år udbudt og gennemført kurser og efteruddannelse til levnedsmiddelområdet.

På baggrund af disse erfaringer og på baggrund af en fokusgruppe bredt sammensat af forskellige virksomheder er nærværende forslag blevet formuleret.

Diætistteamet deltager gerne i et uforpligtende møde hvor virksomhedens behov diskuteres, hvorefter der kan laves et konkret forslag og budget for samarbejdet. Nedenstående skal derfor kun betragtes som et oplæg. Som udgangspunkt er alt åbent og alt kan lade sig gøre ☺

Vi tager altid meget gerne imod ønsker, gode tips og ideer

Ledelsen	Kantinepersonale	Medarbejderne/ brugerne af kantinen/ elever på skolerne	Pædagoger/lærere
Der laves en aftale om samarbejde med Diætistteamet Samarbejds møde med Diætistteamet - Hvordan skal samarbejdet forløbe - Forventninger afdækkes - Udarbejdelse af tidsplan			
	Diætistteamet afdækker kantinen madtilbud sammen med kantineleder eller Diætistteamet er med en dag i køkkenet		
Udarbejdelse af mad og måltidspolitik eller diskussion og revision af den eksisterende			
	Undervisning af kantinepersonale	Ekskursion til 1-2 kantiner + undervisning af kantinepersonale	Fyraftensmøde Event i kantinen Skriftlig information af kunderne
Certifikat på at virksomheden samarbejder om en sund mad og måltidskultur 1 årigt bevis. Udstedes af Diætistteamet, EUC Syd og lokale aktører.			
Fornyelse af certifikat - Mad og måltidspolitik gennemgås og revideres hvis der er ændringer - virksomhedens mål for det kommende år diskuteres og formuleres og godkendes - Diplomet fornyes under forudsætning af at virksomhedens plan for det forgangne år er fulgt. Mindst 50% af kantinen personale skal have deltaget i de aftalte kurser.			
	Kurser, 2 dage på EUC Syd. Primært med fokus på sund madlavning	Ekskursion til 1-2 kantiner + undervisning af kantinepersonale	Fyraftensmøde i kantinen Event i kantinen eller andet sted på virksomheden
	Erfaringsudveksling med andre kantiner		Fyraftensmøde eller event omkring sundhed
Personlige sundhedsprofiler. Personlige diætsamtaler. Kurser i livsstilsændringer Kurser i kommunikation og konflikthåndtering Kurser i coaching			



Alle led i virksomheden eller institutionen skal på banen

Det er vigtigt, at alle på virksomheden involveres i indsatsen omkring en sund mad og måltidskultur hvis effekten af indsatsen skal nå ud til alle medarbejderne på virksomheden eller til eleverne i institutionen.

Udgangspunktet for Diætistteamets arbejde er, at hele virksomheden kommer på banen, og at man har forståelse og respekt for hinandens arbejdsområder.

Ledelsen

Virksomhedsledelsen/lederen laver til en start en sammen med Diætistteamet en aftale og en handleplan for hvordan indsatsen skal forløbe på virksomheden. Hvad skal der arbejdes med og hvem skal involveres og hvilke ressourcer vil virksomheden stille til rådighed. Detaljeret tidsplan laves for 1 år af gangen. Efter 1 år laves en opsummering på indsatsen og der lægges en ny plan for det kommende år.

Kantinelederen kan med fordel involveres i planlægningen.

Kantinepersonale

Virksomhedens madtilbud afdækkes ved at Diætistteamet taler med kantinelederen om madtilbudet eller ved at Diætistteamet er med en dag i køkkenet. Fælles fokuspunkter findes.

Virksomhedsleder, Kantineleder, Medarbejder repræsentanter og evt. pæd/lærere + sekretær

Alle de relevante parter involveres i udarbejdelse af virksomhedens mad og måltidspolitik, der beskriver madtilbudet og rammerne omkring madtilbudet på virksomheden. Udgangspunktet for retningslinjerne er de nordiske næringsstofanbefalinger og Fødevarestyrelsens målsætninger for sund kantinemat. Diætistteamet gennemgår disse anbefalinger således at grundlaget for udarbejdelse af mad og måltidspolitikken laves på en fagligt baggrund.

Hvis ikke virksomheden i forvejen har en mad og måltidspolitik kommer Diætistteamet med et oplæg til diskussion hvorudfra der formuleres en endelig mad og måltidspolitik. Derefter er det gruppens opgave at føre diskussionerne videre til egne afdelinger.

Gruppen mødes igen efter kort tid hvor den endelige mad og måltidspolitik diskuteres og godkendes. Som forberedelse til mødet udsendes mad og måltidspolitikken til gennemlæsning.

Mad og måltidspolitikken laves handlingsorienteret og implementeres derefter i alle led i virksomheden i forhold til den handlingsplan virksomhedsledelsen har lavet.

Hvis virksomheden allerede har en mad og måltidspolitik samles gruppen i stedet for at diskutere og evt. revidere politikken og sætte den i relation til virksomhedens handlingsplan.

Virksomhedens mad og måltidspolitik er et vigtigt arbejdsredskab, der holdes aktiv bl.a. via en revidering 1 gang årligt af gruppen.

Kantinepersonale

Kantinens personale undervises i hvordan den beskrevne mad og måltidspolitik kan implementeres i madlavningen.

I undervisningen indgår den nyeste ernæringsfaglige viden, energiberegninger og tilberedningsmetodik i relation til implementeringen af mad og måltidspolitikken.

Undervisningen kan evt. tilrettelægges sammen med et virksomhedsbesøg til en kantine hvor der kan hentes inspiration.

Derefter arbejder kantinepersonalet med implementeringen af mad og måltidspolitikken under løbende supervision af Diætistteamet. Supervision sker som udgangspunkt på mail eller pr. telefon, men der kan laves andre aftaler. Diætistteamet er også gerne behjælpelig med energiberegning af udvalgte opskrifter.

I samarbejde med EUC Syd udbydes 2dages AMU-kurser af høj faglig kvalitet, som Kantinepersonalet med fordel kan deltage på. I 2009 udbydes 2 kurser. Det ene med fokus på Salat og salatbar og det andet med fokus på Fuldkorn.

Kursusgebyret er 110 kr. pr. dag og der ydes lønkompensation til køb af vikar.

Diætistteamet vil være til stede på kurserne og vil være til rådighed for supervision og rådgivning.

Diætistteamet udvikler og udbyder i samarbejde med EUC-Syd aktuelle kurser.

Medarbejderne, Lærere og pædagoger og elever

For at indsatsen optimeres er det vigtigt, at der også sker en information af virksomhedens øvrige medarbejdere. Det anbefales, at der både gives en skriftlig information og at der tilbydes fyraftensmøder eller events i kantinen, med ernæringsfagligt indhold. Igen er det vigtigt, at informationen gøres nærværende og relateres i forhold til medarbejdernes liv og hverdag.

Hvis der er lærere og/eller pædagoger i virksomheden, som har en pædagogisk opgave i virksomheden er det meget vigtigt, at der også sker en undervisning af denne gruppe, da de altid vil få en funktion som rollemodeller.

Eleverne undervises/informeres som udgangspunkt af lærere og pædagoger, men der kan også fint laves ernæringsundervisning, praktisk madlavning eller events i samarbejde med Diætistteamet.

Der kan også arbejdes med personlige sundhedssamtaler og kurser i livsstilsændringer.

Certifikat

Med en målrettet indsats hvor mad og måltidspolitikken udarbejdes, implementeres og fastholdes i fællesskab og kantinepersonalet løftes fagligt med mindst 1 årligt 2 dages-kursus på EUC-Syd, hvor det er muligt at opnå et Certifikat, som et synligt bevis på virksomhedens indsats.

Certifikatet udstedes for et år af gangen under arbejdsgruppens møde for den årlige revision og gennemgang af mad og måltidspolitikken.

Certifikatet er en vigtig brik i fastholdelse af indsatsen.

Certifikatet giver ret til at deltage på 2 årlige møder, der arrangeres af Diætistteamet hvor udgangspunktet er erfaringsudveksling med andre kantiner. Møderne afholdes på de tilmeldte virksomheder på skift og beværtning betales af den virksomhed der lægger lokaler til.

Dagsorden laves af Diætistteamet med input fra kantinerne og indholdet vil være udveksling af opskrifter, diskussion af menuplaner, forslag til events, udveksling af ideer til anretning og servering og andre aktuelle emner i relation til kantinernes hverdag. Møderne afholdes som fyraftensmøder kl. 15-17.00.

Certifikatet giver også ret til at stå nævnt på Diætistteamets hjemmeside med en kort beskrivelse af virksomhedens/institutionens indsats.

Diætistteamet og EUC-Syd har i år 2009 indgået et samarbejde med Sønderjysk kål. Sønderjysk kål sponsorerer en event i kantinen til virksomheder med certifikat. Eventens faglige fokus kål og eventen udføres af Diætistteamet i samarbejde med virksomheden/institutionen.

Værdi 5000 kr. Til gengæld påtrykkes logo for Sønderjysk kål på certifikatet for 2009 sammen med logo for virksomheden/institutionen, Diætistteamet og EUC-Syd.

Der er aftalt et begrænset antal events men der arbejdes aktuelt på flere sponsoraftaler med andre emner.