

Kommunala pensionärsrådet

26 mars 2026



Dagordning

1. Fastställande av dagordning
2. Föregående mötesanteckningar
3. Mat och måltider – Restauranger för målgrupp äldre samt matlag
4. Mat och måltider – Matabonnemang, priser och maxtaxa gällande kylda matlådor och måltider på särskilt boende
5. Mat och måltider – Dietistens uppdrag och nutrition för äldre
6. Fikapaus
7. Rapportering från referensgrupperna
8. Rådets årsrapport till kommunstyrelsen
9. Utvärdering - Arbetsgrupperna ersattes med referensgrupper på prov under 2025 – Beslut om arbetssätt framåt
10. Lägesbild köläge
11. Kultur- och fritidsförvaltningens revidering av riktlinjer för föreningsbidrag
12. Nästa rådsmöte 4 juni
13. Summering och avslutning

Mat och måltider

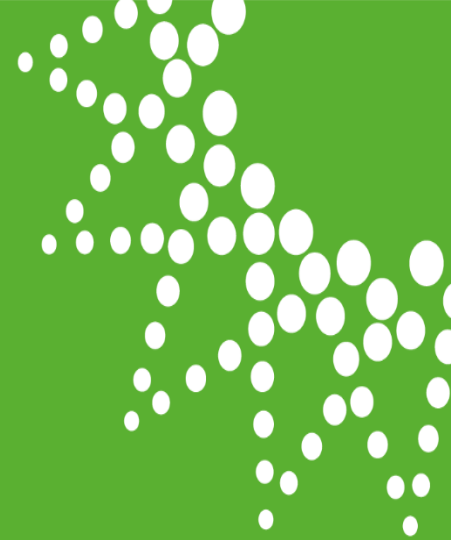
Restauranger för målgruppen
äldre samt matlag

Cecilia Jonsson





Eskilstuna
kommun



Mat och måltider i ordinärt boende

KPR 26 mars 2026

Goda hållbara möten

Måltidsservice för äldre i Eskilstuna

- **Matlådor:** hemleverans av färdiglagad mat 1 ggn/v (mer info i juni)
- **Måltidsstöd:** Stöd från hemtjänsten att värma och inta matlåda i hemmet
- **Matlag:** Mat intas i gemenskap med andra i hemtjänstens lokaler

Personer som genomgår rehabilitering kan i vissa fall beviljas biståndsbeslut om stöd vid *matlagning* i hemmet

Matlag

5 dagar per vecka:

Öster (ca 8 brukare/d)

Tunafors (ca 8 brukare/d)

Munktell (ca 20 brukare/d)

Kloster (ca 14 brukare/d)

7 dagar per vecka:

Strigeln (ca 23 brukare/d)

Västermalm (ca 22 brukare/d)

Fröslunda (ca 9 brukare/d)

Nyfors 1 (ca 7 brukare/d)

Restauranger för äldre

Servicenämndens beslut om nedläggning av de 5 öppna restaurangerna på Marielund, Åbacken, Måsta äng, Nålmakaren och Spångagården under 2023

Samverkan med Samhällskontraktet (MDU, Eskilstuna kommun och Västerås stad) i initiativet "Måltider och möten"

Planerad seniorrestaurang i samverkan med näringslivet på Nålmakaren - hinder

Mat och måltider

Matabonnemang, priser och maxtaxa gällande kylda matlådor och måltider på särskilt boende

Marie-Louise Pettersson



Mat och måltider

Dietistens uppdrag och nutrition för äldre.

Jonna Persson





Mat och måltider – Dietistens uppdrag och nutrition för äldre

Jonna Persson, leg. dietist

Goda hållbara möten

Dietist i Eskilstuna kommun



Anställd av vård- och omsorgsförvaltningen, kan i mån av tid även stötta upp andra verksamheter, bl.a. som rådgivande funktion mot Måltidsservice



Primärt uppdrag att stötta vård- och omsorgspersonal i nutritionsrelaterade frågor och erbjuda kompetensutveckling samt arbeta med verksamhetsutveckling med fokus nutrition



Undernäring är en prioriterad fråga



Arbetar strategiskt och övergripande, handhar ej individärenden – dietistresurs är inte skatteväxlat



Arbetar även förebyggande och är ute och möter målgruppen direkt

Kan bromsa
förloppet vid
demens

Bidrar till
livskvalité

Stimulerar alla
sinnen

Kan ge ökad
självständighet

Kan ge
ökad ork

Kan
förebygga
hjärtkärl-
sjukdom

Minskad risk
för depression

Gör oss
piggare
och
gladare

Minskad risk
för trycksår

Tillfälle för
samvaro och
gemenskap

Begränsar
förlust av
muskelmassa

Kan ge
struktur i
vardagen

Kan ge
bättre sömn

Kan
underlätta
återhämtning

Minskar
risken för fall

Sätter
guldkant
på tillvaron

Minskar risk för
undernäring

Främjar
hälsa

Men...

- Mat och måltider kan ibland vara förenat med olika svårigheter
- Bakomliggande sjukdom, sväljsvårigheter, ensamhet, motoriska svårigheter, smakförändringar, trötthet och kognitiv svikt är alla exempel på faktorer som kan leda till ätproblem och nedsatt aptit
- Viktigt att vård- och omsorgspersonal har god kunskap kring detta och kan fånga upp det i ett tidigt skede och att rätt stöd sätts in
- Målgruppen behöver också stärkas i vad man själv kan göra för att förebygga ätproblem, vad man ska vara uppmärksam på och när man ska söka hjälp för sina besvär

Mat för äldre

Lägre energibehov men samma eller ökat näringsbehov

Vanligt med nedsatt aptit pga t.ex. nedstämdhet, ensamhet, förändrade smakupplevelser, sjukdom, smärta, läkemedelsbiverkningar, dysfagi

Även ekonomiska aspekter och svårigheter att handla/tillaga mat kan påverka matintaget negativt

Viktigt med flera små, näringstäta måltider utspridda över dagen för att förebygga undernäring

Energi- och näringsbehov för äldre

- Så länge god aptit och ork finns kan man till stor del följa de svenska kostråden som innebär en kost rik på grönsaker, frukt, fullkornsprodukter och fisk samt begränsat intag av rött kött, salt, socker, mättat fett och alkohol
- Energibehovet kan minska
- Visst ökat behov av protein – särskilt vid sjukdom eller återhämtning från sjukdom
- Ökat behov av D-vitamin



Tallriksmodellen för olika behov



Varför är undernäring en prioriterad fråga?

Vanligt förekommande problem bland äldre i Sverige och i Eskilstuna

Innebär en stor kostnad för samhället

- Kostnader för undernäring är ungefär dubbelt så stora som kostnader för övervikt
- Längre vårdtid och tidigare inflytt på boende

Innebär stort lidande för individen

- Ökad risk för bl.a. fall, trycksår, depression
- Svårt att klara sig själv i vardagen och försämrad livskvalité

Viktigt att arbeta förebyggande – små insatser kan göra stor skillnad

Små insatser som kan göra skillnad

- Att personal inom vård och omsorg är uppmärksam på tidiga tecken på undernäring och ätsvårigheter
- Att olika professioner samverkar och att alla vet sin uppgift
- Att åtgärder som sätts in följs upp regelbundet
- Insatser kring mat och måltider som kan göra skillnad:
 - Se över måltidsmiljön
 - Berika maten, många små måltider, minska nattfastan
 - Stöttning vid ätsvårigheter
 - Personcentrering och delaktighet
- För att detta ska kunna ske behöver personal kontinuerlig utbildning

Vad dietist kan bidra till för målgruppen äldre



Bidra till ökad kunskap kring undernäring och andra nutritionsrelaterade frågor genom utbildning till vård- och omsorgspersonal



Bidrar till att belysa vikten av god nutrition i olika sammanhang i kommunen



Bidra till ökad kunskap hos målgruppen genom föreläsningar på mötesplatser, till föreningar och i andra hälsoprojekt samt information om kost på kommunens plattformar



Samverkar med måltidsservice och framför synpunkter från både målgruppen och personal

Samarbete med SEF

- Samverkar med Måltidsservice i gemensamma frågor
- Gemensam målsättning att brukarna/kunderna ska vara nöjda med maten som serveras och att maten ska vara näringsriktig och god
- Kan stötta upp i frågor rörande t.ex. näringsinnehåll, näringsbehov och konsistensanpassning



Näringsinnehåll i maten som serveras



Maten som lagas av kommunen är näringsberäknade och ska uppfylla Livsmedelsverkets krav på energi- och näringsinnehåll för äldre



På vård- och omsorgsboende serveras alla måltider och ska täcka hela energi- och näringsbehovet



I ordinärt boende så bör man tänka på att även frukost och mellanmål behövs för att få i sig tillräckligt – en matlåda ska täcka ca 25-30% av dagsbehovet



Finns även bra matlådor från butiker och restauranger men näringsinnehållet kan variera mycket mellan olika alternativ

Hur dietistresursen bidrar till Målbild 2035



Stärker invånarnas möjligheter att leva ett tryggt och självständigt liv genom hälsofrämjande och förebyggande nutritionsinsatser



Lyfter nutritionens betydelse för hälsa genom samarbete med andra professioner, förvaltningar, regionen och föreningslivet



Bidrar till lärande genom att stärka vård- och omsorgspersonalens kompetens i kost, hälsa och förebyggande arbete



Ger medarbetare praktiska verktyg och arbetssätt för att skapa måltidssituationer som främjar individens självständighet, delaktighet och livskvalitet

Sammanfattning



- God mat, trevliga måltider och näringsrik kost är betydelsefullt för äldres hälsa, ork och livskvalitet samt för att förebygga sjukdom
- När äldre själva får ökad kunskap om hur maten kan främja hälsa stärks deras möjlighet att göra medvetna val kring kosten
- Med rätt kunskap kan personal tidigt upptäcka risker, förebygga undernäring och skapa trygga, säkra och meningsfulla måltider
- Kontinuerlig utbildning och att lyfta nutritionens betydelse i många sammanhang behövs

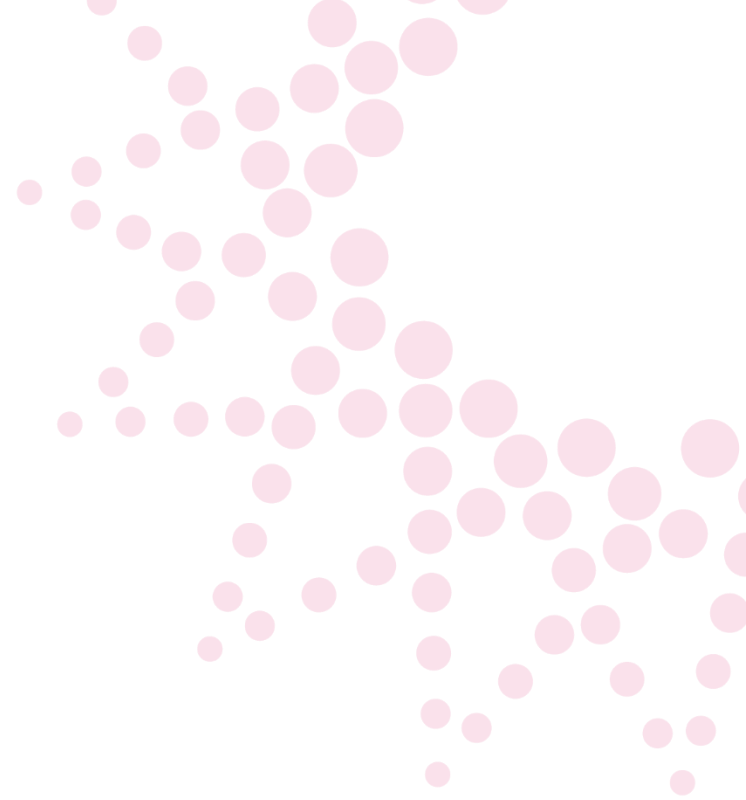
Frågor?



Tack för uppmärksamheten!



Paus



Rapportering från referensgrupperna

- a) Framtidens hemtjänst – insatser utan biståndsbedömning
- b) Digitala besök i hemtjänsten
- c) Personcentrerad vård

Rådets årsrapport till kommunstyrelsen

Rådets synpunkter:

- Kompletteringar
- Ändringar
- Ta bort
- Vad är bra med rapporten?

Utvärdering arbetsgrupper/referensgrupper

Under 2025 var arbetsgrupperna vilande och ersatta av referensgrupper. Förändringen har upplevts positiv, både från rådsmedlemmar och förvaltningarna.

Förslag: Referensgrupperna permanentas och ersätter arbetsgrupperna från och med 2026.

Köläget till KPR 26/3 2026 - Vård och omsorgsboende/särskilt boende

	Äldreomsorg					Demensboende						
År	2025	2025	2025	2025	2025	2026	2025	2025	2025	2025	2025	2026
Datum	9/1	18/3	28/5	22/8	17/10	26/3	9/1	18/3	28/5	22/8	17/10	26/3
Totalt antal i kö	14	16	14	1	12	30	9	6	4	16	11	40
Antal kvinnor	6	11	8	1	7	14	5	5	1	6	7	21
Antal män	8	5	6	0	5	16	4	1	3	10	4	19
Önskar flytt, har boende	20	19	15	15	14	17	17	16	8	9	14	24
Av ovanstående (15) önskas flytt till finskt boende	2	2	2	0	0	0	2	2	1	1	1	10
Korttids i väntan på boende	1	0	2	0	0	3	0	0	1	5	0	4
Beslut över 3 månader	0	1	0	0	0	14	0	1	0	0	0	10
Parboende/medboende (Eget beslut om SÄBO/utan eget beslut om SÄBO)	0/3	1/1	0/3	0/0	1/0	1/2	0/0	0/0	0/0	0/0	1/2	5/0



Köläget till KPR 26/3 2026 - Dagverksamhet för personer med demens

<i>År</i>	2025	2026					
<i>Datum</i>	5/11	26/3					
Kö till dagverksamhet för personer med demens	27	19					
Kö för utökning av antal dagar på dagverksamhet för personer med demens	7	8					

Kultur- och fritidsförvaltningens revidering av riktlinjer för föreningsbidrag

Rådets synpunkter

Nästa rådsmöte, den 4 juni 2026

Förslag från planeringsgruppen:

- Mat och måltider – Omlastningscentralens leverans av kylda matlådor
- Mat och måltider – Måltidsservice lägesrapport kring
 - a) Kylda matlådor
 - b) Måltider i särskilt boende
- Måltider i särskilt boende
- Budgetarbetet utifrån den demografiska förändringen

Tack för i dag!

Summering och avslutning

Nästa möte är den 4 juni



Det här fotot av Okänd författare licensieras enligt CC BY-NC-ND