|  |
| --- |
| **Mat och måltid****Rutin för mat och måltid på grupp- och servicebostäder inom LSS** |

**Rätten till självbestämmande**

Alla vuxna människor har rätt att bestämma hur de vill leva sina liv och det gäller naturligtvis också människor som bor i en gruppbostad. Att ha en funktionsnedsättning innebär dock att det kan vara svårare att förstå konsekvenser av olika livsstilsval och att hålla fast vid hälsosamma vanor. Därför är det viktigt med stöd i vardagen. Här har medarbetare i verksamheten en mycket viktig, och ibland svår, roll.

I det hälsofrämjande arbete i gruppbostäder kan två etiska principer komma i konflikt med varandra. En moralisk skyldighet att respektera allas rätt att fritt bestämma över sig själva och en moralisk skyldighet att inte skada, att minska och förebygga lidande och att främja välbefinnande.

**Syfte**Att underlätta för att förbättra hälsan för kunder som bor på grupp- eller servicebostad. Det gäller både i de fall man äter gemensamma måltider eller då medarbetarna ger stöd till måltider i kundens egen lägenhet.

**Krav på verksamheten**

* Kunderna ska utifrån behov och önskemål ha möjlighet att välja mellan att laga mat och äta i sin egen lägenhet eller i de gemensamma lokalerna.
* Kundernas önskemål om tider för måltider ska respekteras så långt som möjligt.
* Maten ska vara variationsrik och näringsmässigt rätt sammansatt.
* Ett övervägande ska göras om ekologisk mat prioriteras.
* Kunden ska ha möjlighet att delta vid inköp och matlagning.
* Kosten ska anpassas individuellt.
* Medarbetarna ska motivera kunden till hälsosamma val i sin vardag.
* Dygnsfastan får inte överstiga elva timmar.
* Verksamheten ska följa gällande lagstiftning och föreskrifter för livsmedels- och mathantering.

**Ansvarsfördelning**

 **Ansvarig chef**
Utveckla det hälsofrämjande arbetet kring mat och hälsa.
Implementera rutinen bland medarbetarna och följa upp följsamheten.

**Kontaktman**

* Uppmuntra och stimulera till bra kosthållning.
* I samråd med kunden underlätta för bra matvanor genom att erbjuda stödjande fysiska och sociala miljöer och ge möjligheter till att göra hälsosamma val i vardagen.
* Enligt överenskommelse beskriva hur måltiderna ska utformas i genomförandeplanen. Där ska önskemål och behov i samband med måltidssituationen framgå.

**Alla medarbetare**

* Ha ett professionellt förhållningssätt till mat och måltider. Det innebär att de råd som ges av medarbetare ska utgå från officiella kostråd.
* Ge stöd genom att vara förebilder, inspirera och visa på bra alternativ i vardagen. Stöd till hälsosamma vanor måste dock alltid ges med största respekt för individens rätt till självbestämmande.
* Involvera kunderna i matlagningen och i andra sysslor kring måltiderna, se detta som en självklar och naturlig del i de dagliga rutinerna för såväl medarbetare som kunder.