Hållbara måltider i Trosa kommun

Antagen av:	Kommunfullmäktige 2017-03-15 § 8, Dnr 2017/25
Dokumentkategori:	Styrdokument
Dokumenttyp:	Policy

Kultur-, fritids-, teknik- och servicekontoret

Innehållsförteckning

Vision **2**
Inledning **2**
Syfte 2
Övergripande mål 3
Genom samarbete skapar vi den goda måltiden! 3
Hållbara upphandlingar 4
Matens miljöpåverkan 4
Ät S.M.A.R.T. 4
FAMM 6
Från policy till verklighet 7
Andra relevanta styrdokument och källor 8

Vision

Trosa kommun erbjuder Sveriges bästa offentliga måltider där matglädjen, människan och miljön står i centrum.

Inledning

Ett hållbart samhälle är ett samhälle som kan behålla sin jämvikt gentemot naturen samtidigt som människor kan tillgodose sina behov. Hållbar utveckling består av tre delar; ekonomisk, social och ekologisk hållbarhet. Det är en process som handlar om att nå mänskligt välbefinnande med en fungerande ekonomisk utveckling samtidigt som de ekologiska systemen är i balans.

Trosa är en ekokommun som arbetar för ett hållbart samhälle. Maten vi äter är viktig på många olika sätt, måltiden förenar hälsa, miljö och social samvaro. Bra matvanor och goda måltidsstunder har betydelse för inlärning, koncentration och välbefinnande, det bidrar till en god hälsa genom livet och främjar livskvalitet i alla åldrar.

I Trosa kommun serveras varje dag ca 2 400 måltider inom den kommunala verksamheten. Matgäster och kunder i Trosa kommun skall känna en trygghet i att maten som serveras inte bara har rätt näringsinnehåll, är god och håller hög kvalitet, utan även har tillagats med omtanke om människan och miljön. I Trosa kommun värnar vi om den hållbara, offentliga gastronomin.

Hållbara måltider i Trosa kommun grundar sig på måltidsmodellerna S.M.A.R.T.[1] och FAMM[2] som tillsammans i stort omfattar helhetssynen på måltiden och dess betydelse för miljö, hälsa och välbefinnande. Policyn är framtagen med bred förankring i kommunen. En projektgrupp bestående av måltidschef, kommunekolog, skolchef, äldreomsorgschef samt respektive ordförande i HUM, TSN, VoO och Kseko har drivit arbetet.

Syfte

- Uppmärksamma måltidens betydelse för miljö, hälsa och välbefinnande
- Bidra till ett hållbart samhälle med välmående medborgare
- Verka för hållbara matinköp – ekologiskt, socialt och ekonomiskt

[1] S.M.A.R.T. står för Större andel vegetabilier, Mindre andel tomma kalorier, Andelen ekologiskt ökas, Rätt kött, rätt grönsaker och Transportsnålt. En måltidsmodell för både hälsosam och miljövänlig mat.
[2] FAMM står för Five aspect meal model, måltidens fem aspekter: Rummet, Mötet, Produkten, Styrsystemet och Stämningen.

Övergripande mål

De övergripande målen går i linje med Trosa kommuns kommunfullmäktigemål *Medborgarna ska vara nöjda med kommunens verksamheter, Trosa kommun ska vara en av landets 20 bästa utbildningskommuner, Äldreomsorgen ska ha nöjda kunder, Kommunens Folkhälsoindex* och *Kommunen ska ha en hållbar ekologisk utveckling.*

Trosa kommun ska

- *ha nöjda gäster och kunder*
- *ha engagerad och kompetent personal*
- *erbjuda måltider som är goda, näringsriktiga och säkra*
- *ha minst 60 % ekologiska och/eller närproducerade matvaror år 2018*
- *verka för hållbara upphandlingar*
- *minska miljöpåverkan från maten*
- *samverka mellan olika enheter/verksamheter för att sprida kunskap och engagemang kring måltiderna och maten*

Genom samarbete skapar vi den goda måltiden!

När måltider serveras inom kommunens olika verksamheter sker det med flera olika aktörer inblandade. Exempelvis kan en verksamhet tillaga maten, en annan distribuera den och en tredje servera. För att uppnå högsta möjliga kvalitet och måltidsupplevelse krävs samverkan, dialog och förståelse mellan dessa verksamheter.
Sammantaget bygger rekommendationerna då det gäller kost och måltider på *Nordiska näringsrekommendationer 2012*, samt Livsmedelsverkets råd ”*Bra mat i förskolan”, ”Bra mat i skolan” samt ”Bra mat i äldreomsorgen”.*

Maten och måltiden i skola och förskola

Det är många faktorer som påverkar hur väl måltiderna fungerar inom skola och förskola. För skolan finns ett verktyg som Livsmedelsverket tagit fram som heter ”*Skolmat Sverige”*. Verktyget är indelat i olika nivåer och bör årligen fyllas i i samverkan mellan skola och köket. Man kan med verktygets hjälp få en bild över hur väl skolmåltiden uppfyller de krav vi ställer och tydligöra vad vi kan behöva förbättra.
Det finns många goda möjligheter att använda maten och måltiden i skolans och förskolans pedagogik. Många ämnen kan kopplas till maten, t.ex. matematik, biologi, kemi, historia, geografi, samhällskunskap, hemkunskap och idrott. Inspiration till det arbetet finns på Livsmedelsverkets webb; slv.se, *Hej Skolmat!*
Elever och barn ska få kännedom och kunskap om policyn *”Hållbara måltider i Trosa kommun”* genom matråd eller liknande.
Den pedagogiska måltiden har stor betydelse för att skapa en lugn och trevlig måltidsupplevelse. En definition av vad det innebär att äta Pedagogisk måltid tas fram av Trosa kommun. All personal inom skola och förskola har ansvar för att skapa ordning och trivsel bland elever och barn.

Maten och måltiden i omvårdnaden
Måltiden inom omvårdnad t.ex. äldreomsorg/särskilt boende, hemtjänst och handikappomsorg är ofta en mycket viktig del av dagen och något som många ser fram emot. Omvårdnadspersonalen har ett ansvar för att skapa förutsättningar för en trevlig måltidsupplevelse. Att skapa variation genom att t.ex. duka olika beroende på vardag, fest och årstid förhöjer upplevelsen. Likaså att låta gäster och kunder delta i förberedelser inför måltiden där så är möjligt. Ett viktigt arbete inom äldreomsorgen är att aktivt arbeta för att förebygga och behandla undernäring. Undernäring bland äldre är kostsamt då det t.ex. skapar sämre livskvalitet, risken för fall ökar, längre rehabtider efter sjukdom.

Hållbara upphandlingar

Kommunen ska verka för hållbara upphandlingar för att öka andelen närproducerade och ekologiska produkter, samt främja god djurhållning, socialt ansvarstagande och minskade varutransporter. Krav bör ställas minst utifrån Upphandlingsmyndighetens Baskrav. Definition av begreppet *närproducerat* är framtagen och beslut är taget av politikerna i projektgruppen. Se dokument *Definition närproducerat Trosa kommun.*

Matens miljöpåverkan

Maten vi äter och producerar har stor påverkan på miljön och berör flera av de nationella miljömålen, bl.a. *Begränsad klimatpåverkan, Giftfri miljö, Ingen övergödning, Ett rikt odlingslandskap* och *Ett rikt växt- och djurliv*. Genom Hållbara måltider bidrar Trosa kommun till att uppfylla de nationella miljömålen.

- För att minska klimatpåverkan ska bl.a. köttkonsumtion och matsvinn minskas och inköp av vegetabilier säsongsanpassas.
- För att minska övergödningen ska bl.a. köttkonsumtion och matsvinn minskas och andelen ekologiska och miljömärkta produkter ökas.
- För att gynna den biologiska mångfalden ska bl.a. andelen naturbeteskött och andelen ekologiskt ökas.
- För att bidra till en giftfri miljö ska bl.a. andelen ekologiskt ökas.

Ät S.M.A.R.T.

För att inköpen av mat skall bli bättre för hälsan, miljön och ekonomin, bör de så långt som möjligt följa måltidsmodellen, Ät S.M.A.R.T. Modellen är framtagen av Centrum för tillämpad näringslära vid Stockholms läns landsting med stöd från Konsumentverket och Livsmedelsverket. Det är ett informations- och utbildningsmaterial som presenterar ett förslag på hur man kan äta både hälsosamt och miljövänligt grundat på forskning inom hälso- och miljöområdet. Ät S.M.A.R.T. bygger på de svenska näringsrekommendationerna i kombination med de svenska miljömålen.

Genom att äta S.M.A.R.T. kan vi minska övervikt, minska cancerrisk, minska hjärt- och kärlsjukdomar d.v.s. uppnå en bättre hälsa. Mer info finns på www.folkhalsomyndigheten.se

S.M.A.R.T. står för:

Större andel vegetabilier
Mindre andel tomma kalorier
Andelen ekologiskt ökas
Rätt kött, rätt grönsaker
Transportsnålt

Större andel vegetabilier
Den svenska köttkonsumtionen ökade med 28 % mellan 1995 och 2014. Kött en bra källa för järn och zink och vårt värdefulla odlingslandskap är beroende av betande djur. Men det går åt mycket mer resurser för att producera kött än att producera vegetabilier. Dessutom är utsläppen av klimatpåverkande växthusgaser betydligt högre per kilo kött än för vegetabilier. Även för hälsan finns det vinster med att äta mindre kött. Baljväxter som ärter, bönor och linser är ett bra alternativ som ger samma typ av näring som kött.

Mindre andel tomma kalorier
Tomma kalorier är mat som innehåller mycket energi i form av fett och/eller socker men lågt innehåll av andra näringsämnen, som vitaminer och mineraler. De tomma kalorierna orsakar utöver hälsoproblem även onödiga negativa miljöeffekter. När stora mängder tomma kalorier konsumeras, ökar risken att inte få i sig tillräckligt av den näring kroppen behöver. Konsumtionen av tomma kalorier är också ett resursslöseri för både miljö och ekonomi. Inom vården är dock behovet av energi- och näringstät mat ofta stort för att förebygga undernäring.

Andelen ekologiskt ökas
Ekologisk mat produceras utan kemiska bekämpningsmedel och konstgödsel. Inom ekologisk produktion tar man större hänsyn till djurens naturliga beteenden och få tillsatser är tillåtna i produkterna. Miljömärkt fisk (t.ex. KRAV-[3] eller och MSC-märkt[4]) kommer från hållbara bestånd och är fångad med skonsammare metoder.

Rätt kött, rätt grönsaker
Valet av kött och grönsaker har stor påverkan på miljön. Viltkött är ett miljövänligt alternativ men ofta kostsammare än kött från uppfödda djurslag. Konsumtionen av gris och kyckling bör minskas eftersom de föds upp på spannmål, som vi människor kan äta direkt. På så sätt konkurrerar de med människofödan utan att tillföra annan miljönytta. Nöt- och lammkött ger upphov till mer växthusgaser än kyckling och gris, men tillför andra viktiga miljötjänster. Nöt och lamm är betande djur och

[3] KRAV är en miljömärkning för mat, uppbyggd på ekologisk grund med särskilt höga krav på djuromsorg, hälsa, socialt ansvar och klimatpåverkan.
[4] MSC Marine Stewardship Counsils, en miljömärkning för certifierat hållbart fiske.

hjälper på så sätt till att bevara våra beteshagar och odlingslandskapets artrikedom och genom att äta gräs konkurrerar de inte med produktionen av vegetabilisk mat.

Det är viktigt att säsongsanpassa inköpen eftersom det ökar andelen frilandsodlade grönsaker. Frukt och grönsaker som får mogna på egen hand kräver mindre energi, innehåller mer näringsämnen och är ofta billigare. Produkter som efterfrågas utanför den naturliga växtsäsongen innebär en avsevärt ökad klimatpåverkan, ofta måste de transporteras från andra länder eller odlas i energikrävande växthus för att förlänga säsongen. Grövre grönsaker och rotfrukter ger mer näring, smakar mer och är mer resurssnåla än salladsgrönsaker som t.ex. tomat och gurka.

Transportsnålt
Livsmedel transporteras ofta mycket långt innan de når matgästen. Det är många faktorer som påverkar den miljö- och klimatpåverkan som transporterna har såsom avstånd, antal leverantörer, transporteffektivitet, standard på lastbilar, bränsle mm. Miljöpåverkan från transporterna minskas genom planerade körningar och att miljökrav på fordon och utbildning i sparsam körning ställs vid upphandling samt att den inköpta maten är närproducerad och säsongsanpassad.

FAMM

För en god måltidsupplevelse krävs att måltidens alla komponenter är av tillfredsställande kvalitet. FAMM står för *Five aspect meal model*. Arbetet med denna modell påbörjades av Inga-Britt Gustafsson, den första professorn i Måltidskunskap. På svenska talar vi om Måltidens fem aspekter; Rummet, Mötet, Produkten, Styrsystemet och Stämningen. Vi kan utifrån dessa aspekter analysera och planera vår verksamhet och skapa goda måltider utifrån våra förutsättningar.

Rummet
Rummet där måltiden serveras är viktig ur flera aspekter. Här påverkar arkitektur, möblernas design och färg, textilier och dekorationer, ljus och belysning, ljud och växter. Det är även viktigt att utrustning, bord och stolar är utformade på ett ergonomiskt riktigt sätt för att fungera för både gäster och personal. Planeringen av rummet, t.ex. logistiken vid serveringsdiskar och diskinlämning, har en stor påverkan på hur harmoniskt rummet upplevs samt för att undvika köbildning.

Mötet
Det är i mötet mellan människor som upplevelsen verkligen skapas. Här kan vi alla göra en skillnad. Vi kan välja hur vi bemöter våra gäster, kunder och kollegor. Vi kan välja att le mot våra medmänniskor och bemöta alla med intresse och respekt. Vi kan göra vårt bästa för att svara på frågor och skapa en god dialog med varandra. Våra kunder och gäster skall känna att de har möjlighet att vara med och påverka verksamheten, vilket kan göras i form av t.ex. matråd, kundmöten och enkäter. Goda relationer byggs med omtanke, omsorg, empati och engagemang.

Produkten
Kvaliteten på maten på tallriken beror på en mängd faktorer. Vi uppfattar även

smak och kvalitet på olika sätt utifrån vår kultur, kunskap och erfarenhet. Olika kundgrupper har olika krav på hur maten skall vara. Matsedelns utformning, råvarornas kvalitet och näringsvärde, tillagningstekniker, recept och hur vi sätter samman råvarorna för bästa möjliga smak påverkar självklart måltiden. Kunskap och erfarenhet hos kocken som lagat maten är en mycket viktig del för att kunna uppnå en god kvalitet på måltiden. Men även omsorgen vid själva serveringsögonblicket är avgörande. Att maten håller rätt temperatur, att maten ser aptitlig ut och läggs upp på ett inbjudande sätt.

Styrsystemet
I våra verksamheter har vi mycket vi måste förhålla oss till. Styrsystemet består av vår budget och verksamheten är organiserad och schemalagd på ett visst sätt. Det finns lagar och avtal som vi måste följa. Utöver det har vi flera interna och externa styrdokument att förhålla oss till, se kapitel *Andra relevanta styrdokument och källor*

Stämningen
En god stämning är ytterst viktig för en bra måltidsupplevelse. Stämningen är ett resultat av alla ovan beskrivna aspekter.

Från policy till verklighet

Genomförande
- Hela Trosa kommuns organisation har ett gemensamt ansvar för att måltidspolicyn *Hållbara måltider i Trosa kommun* följs.
- Alla nämnder ansvarar för att bryta ner visionen och de övergripande målen till mätbara mål och handlingsplaner anpassade till den egna verksamheten och att implementera dessa.
- Mål och handlingsplaner ska tas fram och följas upp kontinuerligt inom ramen för den ordinarie budget och målprocessen.

Utvärdering och uppföljning
Alla nämnder har ansvar för att uppfylla den del av policyn som berör den egna verksamheten och redovisar detta i årsbokslutet. Uppdatering, revidering och utvärdering av kostpolicy ska ske 2020 och därefter vart 4:e år.

Andra relevanta styrdokument och källor

Interna

- Kommunfullmäktigemål
- Fastlagd kurs för Trosa kommun
- Riktlinjer för Trosa kommuns miljöledningssystem
- Upphandling - och inköpspolicy för Trosa kommun
- Riktlinjer för folkhälsoarbetet i Trosa kommun
- Definition av närproducerat Trosa kommun
- Hälsosam förskola - Handlingsplan för förskolor i Trosa kommun
- Energi- och klimatplan för Trosa kommun

Externa

Regeringen

- Lagen om Offentlig Upphandling
- Livsmedelslagen
- Prop. 2009/10:165 Den nya skollagen - för kunskap, valfrihet och trygghet
- Skollagen SFS 2010:100: lagstadgade krav om att skolmaten skall vara näringsriktig
- Svensk livsmedelsstrategi, under utredning/arbete pågår

Livsmedelsverket

- Nordiska näringsrekommendationer 2012
- Bra mat i förskolan
- Bra mat i skolan
- Bra mat i äldreomsorgen
- Hitta ditt sätt att äta grönare, lagom mycket och röra på dig
- Lunch och lärande – skollunchens betydelse för elevernas prestation och situation i klassrummet. Livsmedelsverket Rapport 1- 2011, Lennernäs, M (2011)
- Miljöpåverkan från animalieprodukter - kött, mjölk och ägg. Livsmedelsverket Rapport 17-2013, Wallman, M et al. (2013)

Socialstyrelsen

- Socialstyrelsens föreskrifter och allmänna råd (SOSFS 2014:10) om förebyggande av och behandling vid undernäring
- Näring för god vård och omsorg, en vägledning för att förebygga och behandla undernäring
- Mat och måltider inom hälso- och sjukvården

Upphandlingsmyndigheten

- Hållbarhetskrav för livsmedel

Folkhälsomyndigheten

- Hur man äter S.M.A.R.T. - Bättre hälsa, bättre miljö och pengar över. Statens folkhälsoinstitut, Andersson B et al. (2009)

Jordbruksverket

» Jordbruksverket.se – Miljö & klimat

SLU

» Ekologisk produktion – möjligheter att minska övergödning. Centrum för uthålligt lantbruk, SLU, Wivstad, M et al. (2009)

Projektgrupp

Kerstin Tibbling, måltidschef
Mats Larsson, skolchef
Arne Karlsson (KD), ordförande TSN
Helena Koch(M), ordförande HUM
Ekoutskott
Elin vanDooren, kommunekolog
Mia Kihlstrand, äldreomsorgschef
Martina Johansson (C), ordförande VON
Stefan Björnmalm (C), ordförande