



Kommunala pensionärsrådet

Datum 2025-05-19

Närvarande Annsofie Thuresson, ordförande
Ingvar Willexberg, vice ordförande
Henrik Ekberg, kommunalråd med tillgänglighetsfrågor
Ebba Hammer, nämndsekreterare
Ulrika Johansson, kvalitetscontroller
Jens Modéer, avdelningschef måltidsservice
Ellen Hugosson, måltidsutvecklare
Monica Persson, Hälsofrämjande enheten

Eva Törnblom, SPF Seniorerna Club 75 Kävlinge
Ulrich Gunnarsson, PRO Furulund
Sven Erik Jönsson, PRO Furulund
Lars Thulin, SPF Gillhög
Gunhild Winther, SKPF avdelning 24
Pia Sönnichsen, PRO Kävlinge, ersättare

1. Mötet öppnas

Ordförande Annsofie Thuresson öppnar mötet och hälsar välkomna.

2. Utbildningsdag 2025

Henrik informerar om utbildningsdagen. Önskade gäster kunde inte komma valt datum och tillfället flyttas därför till hösten. Vi meddelar så snart vi har datum.

3. Kommunstyrelsens ordförande informerar

Aktuellt KS. Förberedelser inför budgeten som tas i september. Volatil budgetprocessen då vi påverkas mycket av omvärlden tex. vad det gäller tullar och befolkningstillväxt

Alla nämnder är i balans. Överskott som är högre än budgeterat beror bla på försäljning av mark och lägre pensionskostnader.

Inriktning tagen för Lallerstedska huset och Kulturscenen.

Annsofie påminner även om möjligheten att lämna åsikter för de detaljplaner som ligger ute på samråd för tillfället och hur processen kring detaljplaner går till.

Tallgården och Kullagården är nu uppe för antagande.

Pristagarna är utsedda inför nationaldagen, Annsofie presenterar dessa.

Lions har tagit fram ett antal nya stipendier, ett gällande miljö är nu utdelat och gick till klass 9e på Tolvåkerskolan. Fler kommer att delas ut under hösten.

Byasnacket kommer att ske i september på nya platser i Kävlinge och Löddeköpinge.

På grund av få antal ungdomar vid tidigare tillfällen har ett ungdomssnack startats på gymnasieskolorna. Kommer att ske i oktober igen.

Fråga angående vårmarknaden. Det är inte kommunen som anordnar denna utan KFS, vilka har beslutat att ersätta vårmarknaden med en parkival.

Presentation biläggs.

4. Aktuellt inom omsorg

Ulrika Johansson, kvalitetscontroller, informerar om utbildningsnivåer inom omsorg, kompetensutveckling, attraktiv arbetsgivare med koppling till målarbetet inom omsorg samt löneutveckling.

Informerar även om yrkesresan, en stor nationell satsning på kompetensutveckling. Upplagt på egenstudier, informationsfilmer och tillfällen med utbildning och diskussioner.

Sedan 2024 är vi även med i Vård och omsorgscollege. 32 kommuner i Skåne är med.

Fråga angående våld inom äldreomsorgen. Ulrika informerar om att man både arbetar proaktivt och utbildar personal i frågan.

Presentation biläggs.

5. Måltidsservice

Jens Modéer, avdelningschef måltidsservice, och Ellen Hugosson, måltidsutvecklare, informerar om näringsriktig kost som senior och aktuellt inom måltidsservice.

Kommunen utgår ifrån livsmedelsverkets råd. De nya kostråden för äldre har inte kommit ännu.

Ellen informerar om nollvisionen för undernäring hos äldre och vad som gjorts inom den. Bland annat har man jobbat med matkassar, diverse måltidstjänster, förskrivning av mellanmål och identifiering av tidiga tecken på risk för undernäring. Framåt finns det förslag på aktiviteter som matlagingskurser, provsmakning, workshops, färdiga menyer och måltidsbidrag.

Jens Modéer informerar om pilotprojektet med uppvärmningsugnar på avdelningar. Detta har testats under våren på Billingshäll med positivt resultat. Nu ska det testas i

3 (3)

full skala på Billingshäll. Förhoppningen är att skapa förutsättningar för högre kvalitet och större valmöjligheter vad det gäller tid för måltid och rätter. Målsättningen är att i framtiden kunna erbjuda detta på alla boenden.

Ytterligare ett projekt är ett hållbarhetsprojekt med beredskap. En del i detta är ett projekt med fårkött.

Man jobbar även med transporter och att göra dessa smarta och kostnadseffektiva.

Avslutningsvis bjuder Jens och Ellen på smakprov av ett antal rätter.

6. Val av ersättare till Skånetrafikens kundråd.

Pia Sönnichssen väljs till ersättare.

Vid mötesanteckningarna

Ebba Hammer, nämndsekreterare

Aktuellt KS

Pensionärsråd 19 maj



Aktuellt

- **Första prognos för året presenterad**
 - Alla nämnder är i balans
 - Visar överskott som är högre än budgeterat
 - Försäljning av mark
 - Lägre pensionskostnader
- **Inriktning Lallerstedska huset och Kulturscen tagit**
 - Lallerstedska – kultur och aktivitetshus. Podiescen, 100 sittade bibliotekssal, makerspace, kunna hyra lokaler, teater, utställningar, verksamheter, kulturskola, LAN, ny teknik
 - Kulturscen – renovering, gradängsittning, tillgänglighetsanpassning, ny inlastning, ny teknik
 - <https://www.kavlinge.se/nyhetsarkiv/nyhetsarkiv-allmant/2025-04-30-satsning-pa-kultur-i-kavlinge-kommun>

Aktuellt

- **Minnesdal – Trädgårdsstad ute på samråd:**
 - <https://www.kavlinge.se/nyhetsarkiv/nyhetsarkiv-allmant/2025-04-28-minnesdal---ett-nytt-bostadsomrade-med-gronska-och-smastadscharm-forslag-ute-pa-samrad-till-28-maj>
- **Tallgården detaljplan uppe för antagande i KS 21 maj och i KF 2 juni**

Aktuellt

- Kullagården detaljplan uppe för antagande 2 juni
- Nationaldagen – pristagare utsedda
- Nytt stipendie utdelat för första gången (Lions)
 - <https://www.kavlinge.se/nyhetsarkiv/nyhetsarkiv-allmant/2025-05-06-klass-9e-pa-tolvakerskolan-far-nyinstiftat-stipendium>
- Första ungdomssnacket genomfört på Korsbacka och Tolvåker, återkommer i oktober
- Byasnack sker under september



Kävlinge
kommun

Kunskap och kompetens

Utbildning och utbildningsnivåer

Utbildning omsorgsyрки

Undersköterska/Stödassistent (gymnasieutbildning 1500 p)

Vårdbiträde/Stöd och omsorgsbiträde (ingen utbildning eller 800 p)

Stödpedagog (yrkeshögskola)

Specialistundersköterska (yrkeshögskola)

Personlig assistans (varierande utb.)

Arbetskonsulent (högskola/universitet)

Arbetsterapeut (högskola/universitet)

Sjuksköterska (högskola/universitet)

Fysioterapeut (högskola/universitet)

Kompetensutveckling

Kompetens och utbildning original.docx



Fortbildning

Kurser



Myndi
samhälle
och beredskap

✓ Avslutad

Digital informationssäkerhet...

⌚ 45min

Syftet med Disa är att på ett enkelt sätt ge alla medarbetare en grundförståelse för informationssäkerhet. Utbildningen

Visa →



FALCK

✓ Avslutad

Föreläsning om klimakteriet ...

⌚ 52min

Inspelad föreläsning om Klimakteriet med Melina Tufvesson från Företagshälsan Falk.

Visa →



HLR

✓ Avslutad

SVENSKA RÅDET FÖR HJÄRT- LUNGRÄDDNING

HLR - Hjärt- och lungräddnin...

⌚ 30min

Utbildningsfilm om hjärt- och lungräddning från HLR-rådet.

Visa →



SKANE

✓ Avslutad

Suicidprevention SPiSS (Regi...

SPiSS är en webbaserad utbildning. Målet med utbildningen är att öka kunskapen för att kunna minska suicid, suicidförsök

Visa →



autism
Sverige

✓ Avslutad

Autism (Autism Sverige)

Introduktion till autism och autismspektrumet.

Visa →



Demens ABC

✓ Avslutad

Demens ABC (Svenskt Deme...

⌚ 2h

Personcentrerad omvårdnad är kanske den viktigaste förutsättningen för en god demensvård. Webbutbildningen Demens

Visa →



Brandskyddsföreningen

Grundläggande brandsäkerh...

En brand kan spridas mycket snabbt och det är viktigt att veta hur man ska agera i olika brandsituationer. Den här

Fortsätt →



SKANE

✓ Avslutad

SIP - Samordnad Individuell ...

⌚ 1h

En webbutbildning där du lär dig om hur SIP hjälper till att samordna vården för den enskilde och hur du använder IT-

Visa →



Socialstyrelsen

✓ Avslutad

AKK som kommunikationsst...

⌚ 1h 15min

Det här är en basutbildning om alternativ och kompletterande kommunikation, AKK, som kommunikationsstöd. Syftet

Visa →

Lär portalen-GRADE



Under 2024 infördes
lärportalen GRADE.

Ett verktyg som stöd att
enkelt kunna tillgängliggöra
utbildningar

[Kävlinges kompetensportal
\(grade.se\)](https://grade.se)

Attraktiv arbetsgivare

Yrkesresan



Yrkesresan- vad är det?



ett koncept för introduktion och kompetensutveckling för socialtjänstens medarbetare.



en nationellt satsning med regionalt genomförande som ger lokal kompetens



Det paketerar bästa tillgängliga kunskap pedagogiskt och samlat



innehåller både digitalt lärande och kursdagar som anordnas regionalt.

Yrkesresan funktionshinder



Vård och omsorgscollege



Äldreomsorgslyftet



Vård och omsorgsbassadörer



Ung Omsorg



Ulrika Johansson



Ulrika.johansson2@kavlinge.se



0730-479484

100%
välkommen!



50
1914-2024

Måltidsservice

Hur bör man äta? (65 år+)

Råd från livsmedelsverket

God aptit

Mindre aptit

Sjukdomar kan påverka vilken mat du behöver äta.

Har du fått särskilda rekommendationer från din läkare eller dietist, så följ deras råd.

Stor aptit på livet, men
mindre aptit på maten?

Råd om bra mat för äldre



Tallriksmodellen



Tallrik för den med
bra aptit, och som är
fysiskt aktiv



Tallrik för den med
bra aptit, men som
inte är fysiskt aktiv



Tallrik för den med
minskad aptit

Viktiga förändringar för bättre hälsa och energibalans



ÖKA

Grönsaker
Baljväxter

Frukt och bär

Fisk och skaldjur

Nötter och frön

BYT UT

Spannmåls-
produkter av
vitt/siktat mjöl



Spannmåls-
produkter av
fullkorn

Smör, smör-
baserade
matfetter



Vegetabiliska
oljor, oljebase-
rade matfetter

Feta mejeri-
produkter



Magra mejeri-
produkter

BEGRÄNSA

Charkprodukter
Rött kött

Drycker och
livsmedel med
tillsatt socker

Salt

Alkohol

Protein

- **Ökat behov för äldre (även då man är stilla) större behov vid liten aptit**
- **Om vi får i oss för lite energi , används proteinet som energi istället för byggstenar till kroppen : muskler bryts ned**
- **Ökat behov av protein vid feber, sår, inflammation**
- **Vid minskad aptit, prioritera proteinet**





Proteinrik mat

- Keso, kesella, ost
- Bönor & Linser
- Nötter
- Animaliska livsmedel
- Ägg

Dagsbehov ca 70 g

1 ägg innehåller ca 7 g protein

Öka proteininnehåll

- Koka gröt på mjölk
- Rör ner ett ägg i potatismos
- Ät mer baljväxter som grönsaker
- Byt ut yoghurt/vaniljsås mot vaniljkvarg
- Dubbla pålägg på smörgåsen
- Färidgprodukter mot träning --> Propud, shakes mm



Kolhydrater



Bra för: energi till hjärnan och kroppen, fibrer, vitaminer, mineraler och antioxidanter.

- Finns i bröd, spannmålsprodukter, potatis, frukt och grönsaker
- Begränsa intaget av sockerrika produkter (energirika, men näringsfattiga)
- Om vi inte får i oss tillräckligt tar kroppen tar energi från musklerna. Näringsbrist.

Kolhydrater: Frukt och grönsaker

"Fem om dagen gör gott för magen"

- Ät gärna 500 g frukt och grönsaker per dag (potatis ej inräknat)
- Grönsaker – gärna fiberrika (s.k. grövre grönsaker)
- Frukt och bär
- Baljväxter och rotfrukter



Fett

Ger oss energi. Fett är också en viktig smakbärare i maten.

Om vi inte får i oss tillräckligt: tar kroppen istället energi från musklerna.

Vid liten aptit är det bra om varje måltid innehåller lite extra energi!

Ta lite extra olja eller smör i maten, använd dressing på salladen.

Mättat fett – hårt

(Bör begränsas vid övervikt – ökad risk för hjärt- och kärlsjukdomar)

Feta chark- och köttprodukter, mejeriprodukter

Omättat fett – mjukt.

Bra för hälsan

Oljor, avokado, fisk





D-Vitamin

Tillskott 20 mikrogram/dag
för personer över 75 år

- Fet fisk
- Solsken
- Berikade mejeriprodukter

Ökat behov med ökad ålder,
minska risk för benskörhet



Vätska



1,5-2L /dag

Vätskeersättning vid behov

Smaksatt dryck

Ökad energi -->

mjök, saft, juice öl mm



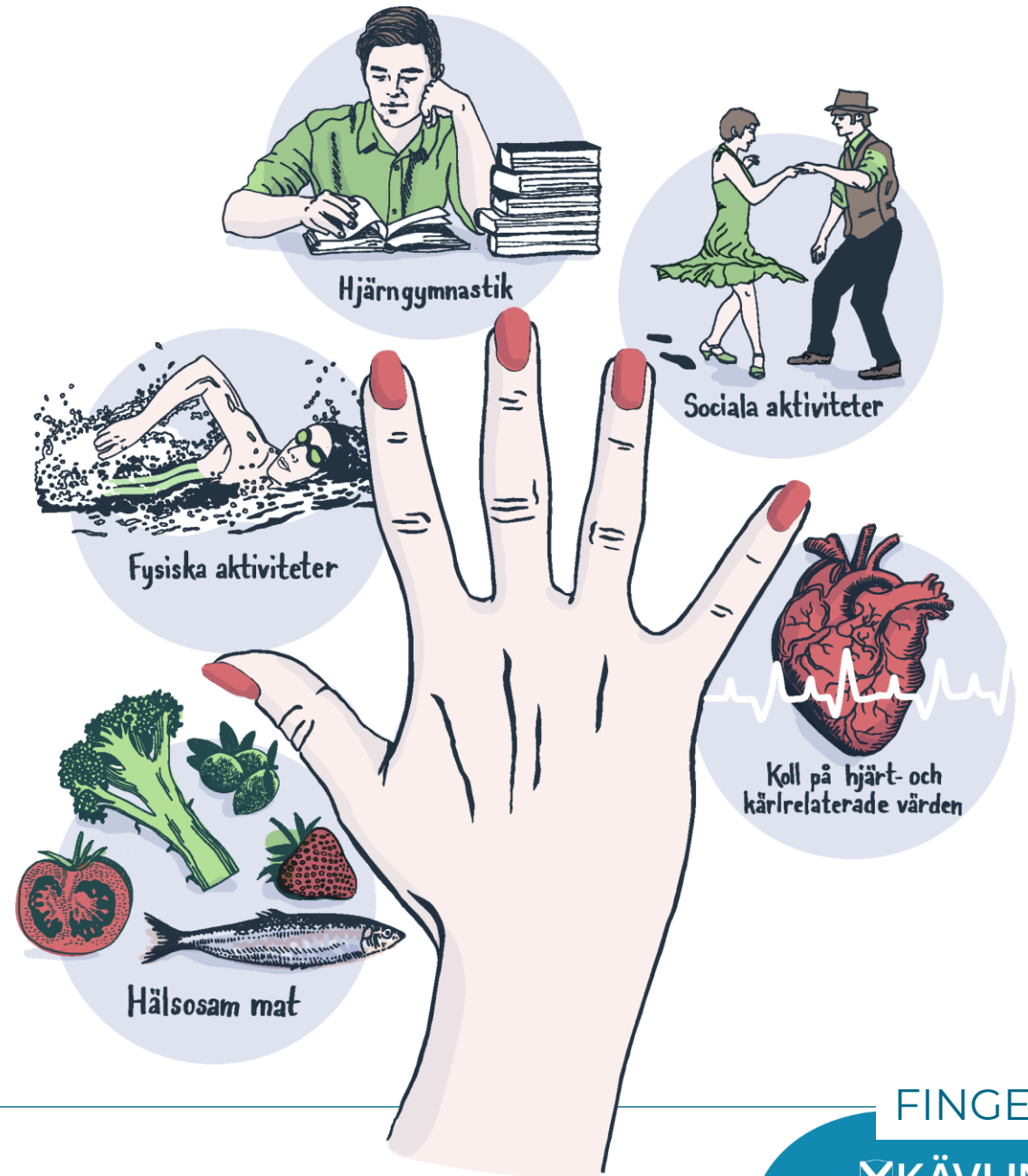
Bra mat för hjärnan

- Omega 3
- Fukt och nötter
- Fet fisk
- Fullkorn
- Avokado
- Blåbär
- Tomat
- Salvia

FINGER-modellen

FINGER-modellen visar hur vi med enkla samordnade livsstilsåtgärder kan förebygga kognitiv svikt och demens.

- Hälsosam kost
- Fysiska aktiviteter
- Hjärngymnastik
- Sociala aktiviteter
- Koll på hjärt- och kärlvärden



Hälsosam kost

Sparsamt med chark och rött kött samt sötsaker.

Lite kyckling, ägg och mejeriprodukter.

Fisk och skaldjur flera gånger i veckan.

Bas: Grönsaker, baljväxter, rotfrukter, bär, frukt, hela korn, nötter och frön. Olja är det bästa fettet.

En grund av rörelse, återhämtning och gemenskap kring matlagning och måltider.



Illustration: Martina Krona från boken "Hjärnhälsa på dina fem fingrar"

FINGER abc – för bättre hjärnhälsa | Demenscentrum



Minska nattfastan!

Vår hjärna kräver energi – vi måste fylla på!

Max 11 timmars nattfasta – sedan börjar kroppen bryta ned muskler för att få energi

.

Maten bidrar till att minska risken för att falla

Tillräckligt med mat och vätska bidrar till

- en stabil vikt
- att musklerna fungerar som de ska
- en bra benhälsa



Vid liten aptit

- Mindre men näringstäta portioner
- Mer protein, ca 1,2- 1,5 g/kg kroppsvikt
- Mer fett, men bra fett!
- Berika med grönt

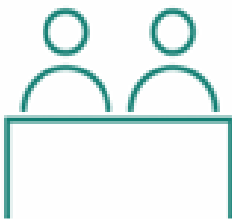




Identifiering



Tillgång



Ensamhet



Kunskap



Beslutsunderlag



**Nollvisionen
för undernäring
hos äldre**

PARTNERSKAPET



Stockholms
stad



Livsmedelsverket

Jämställd
Utbildning
Skåne



COMPASS
GROUP



Orkla



KÄVLINGE
KOMMUN



Socialstyrelsen

RI
SE

cuviva

CITY GROSS



DRIVS
AV



Livsmedels-
akademin

MED STÖD
FRÅN

VINNOVA

Detta har vi gjort

Heldygnsmatkasse

Undersökning av kunskapsbehovet kring mat och måltid i äldreomsorgen

Måltidsservice med hemleverans av färdiglagade rätter

Måltidstjänst vid hemkomst från sjukhus

Individuell Måltidstjänst

Tidig identifiering av omsorgstagare i riskzon för undernäring

Omsorgsmåltid med smakportion

Förskrivning av mellanmål

Test av kostnads kalkyl för att påvisa vinsterna med preventiva insatser - Markovmodellen

Vad händer nu?

Direktiv – Måltidsservice och LSS

I och med projektet Nollvisionen för undernäring hos äldre så har vi sett fördelarna med samverkan mellan olika yrkesgrupper vad det gäller kost och näring.

Majoriteten i Omsorgsnämnden ger i uppdrag till måltidsservice att undersöka hur man kan säkerställa att deltagare inom LSS-verksamheten får näringsriktig och anpassad kost.

Detta kan inkludera bl.a;

- måltidslösningar i kommunens verksamheter
- måltidslösningar på/i boendemiljön,
- aktiviteter och utbildning för deltagare och personal,

Undersökningen ska sammanställas i en rapport som återrapporteras till omsorgsnämnden senast kvartal 3 år 2025.



Förslag på aktiviteter

- **Hjälp till självhjälp:** det ska vara enkelt att laga mat, enkelt att handla färdigt!
- **Matlagningskurs för personal + brukare.** Den ska vara Obligatorisk för personal och för brukare som aktivitet med liten kostnad. Prova på tillfälle.
- **Matlagningskurs för personal och anhöriga**
- **Matlådor från Måltidsservice med enbart huvudkomponent** ex. gryta, kött, fisk. Resten lagar man själv till - kolhydrater, grönsaker.
- **Provsmakning som aktivitet** för rätter som sedan erbjuds i matkassar (närhandeln/Måltidsservice?)
- **Workshop med boende om vilka maträtter man tycker om/önskar** – sedan göra hälsosamma recept av dessa rätter och erbjuda dem.
- **Färdiga menyer!** – recept för individen (närlingsberäknad + ekonomiberäknad) Förbättrad portionskontroll!
- **Pedagogisk måltid inom LSS** – som arbetsverktyg för personalen
- **Måltidstjänst för LSS** , med annorlunda upplägg kring komponenter efter tallriksmodellen - mer sallad
- **Daglig verksamhet äta lunch i skolrestaurang!**
- **Mellanmål/matlagningskurs för fritids LSS** (så bär man med sig in i vuxenlivet vad som är bra att äta)
- **Ekonomi:** ” Måltidsbidrag”
 - Färdiga rätter ingår i hyran för LSS-bostad/DV t.ex.
 - Anpassade priser, subventionerade priser efter de boendes ekonomi

Förskrivning av mellanmål

Näringstäta mellanmål från Billingshäll
Smoothies, söta, salta + inköpta produkter

För ökad aptit

I hemsjukvården, förskrivs av sjuksköterska, som första åtgärd före näringsdryck. Individuellt val. Beställs via app. med bilder.

Levereras hem

Omsorgspersonal levererar.



Nollvisionen
för undernäring
hos äldre

 **KÄVLINGE!**

Pilot med uppvärmningsugn på avdelningar



Tacksam för era idéer

Maila mig: ellen.hugosson@kavlinge.se

Smaka på Måltidstjänst!



Kävlinge kommun