



Oslo

KuttMatsvinn2020 i Sykehjemsetaten

Erfaringer fra matsvinn-prosjekt ved kommunale sykehjem i Oslo.

Tittel: KuttMatsvinn2020 i sykehjem – Erfaringer fra matsvinn-prosjekt ved sykehjem i Oslo

Forfatter: Kjersti Larsen

År: 2019

Innhold

Bakgrunn s. 4

Rammene for prosjektet s. 5

Årsaker til matsvinn ved sykehjemmene s. 6-8

Resultater fra veieperioden s. 8-9

Matsvinn-reduserende tiltak s. 9-10

Anbefalinger til videre matsvinnarbeid i sykehjem s. 10

Konklusjon s. 11

Vedlegg s. 12

Bakgrunn for prosjektet

1/3 av all mat produsert for mennesker ender i dag som svinn¹. I en verden hvor matproduksjon står for rundt 30 % av klimagassutslippene og den globale befolkningen i 2050 er estimert til å nå 9 milliarder, har dette store konsekvenser for klima, miljø og matsikkerhet. I Norge kastes 385.000 tonn spiselig mat hvert år, til en verdi av 22 milliarder norske kroner². Denne maten tilsvarer utslippene fra rundt en halv million personbiler, kunne mettet mer enn 800.000 flere mennesker og frigjort 20 % av Norges samlede jordbruksareal³. Å kaste mindre mat betyr dermed en mer bærekraftig utnyttelse både av våre naturressurser og økonomiske ressurser. Som et resultat av dette har FN satt matsvinn på agendaen i bærekraftsmålene, hvor mål 12.3 sier at vi innen 2030 skal halvere matsvinnet i verden⁴. Norge har siden fulgt opp med en egen bransjeavtale for matsvinn, hvor målet også er halvering av maten som kastes innen 2030⁵.

Østfoldforskning har siden 2009 gjennom ulike forskningsprosjekter styrket kunnskapen om og metoden for beregning av matsvinnet i Norge. Det er allikevel først nylig at vi begynner å få bedre statistikk på matsvinnet i sykehjem og lignende institusjoner. Tall fra våre naboland viser imidlertid et høyt matsvinn i disse sektorene. En studie gjennomført på offentlige sykehus i Danmark i 2012 viste et gjennomsnittlig matsvinn på rundt 140.000 tonn, hvorav 94.000 tonn ble estimert som mulig å unngå dersom de riktige tiltakene blir iverksatt⁶. En lignende studie utført i Finland samme år estimerte at det gjennomsnittlige matsvinnet på finske sykehjem og sykehus ligger på 26 prosent⁷. Som en del av prosjektet «Forebygging av matsvinn i serverings-sektoren» ble det gjort en kartlegging av potensialet for matsvinn-reduksjon blant sykehjemmene i Fredrikstad kommune i 2017. Prosjektet var i regi av Matvett AS, Østfoldforskning og Nofima, og viste blant annet at sykehjem sto for 39 av de 55 tonnene med matsvinn beregnet på grunnlag av ti pilotvirksomheter⁸.

KuttMatsvinn2020 er et prosjekt som har blitt startet av Matvett. Målet med prosjektet å redusere matsvinnet med 20 prosent innen 2020 hos deltakende serveringssteder. Det er også en målsetning å nå 50 prosent av bransjen. Det overordnede målet er å bidra inn i arbeidet med å nå FNs bærekraftsmål 12.3 om å halvere matsvinnet innen 2030.

Framtiden i våre hender (FIVH) har i en rekke år arbeidet for mindre matsvinn gjennom ulike kampanjer og prosjekter, og samarbeider med Matvett om å gjennomføre KuttMatsvinn2020 ute i sykehjemmene. FIVH har de siste årene samlet erfaring og kunnskap om årsaker til matsvinn spesifikt i sykehjemssektoren og tiltak som har gitt positiv effekt. I 2016 utførte FIVH en kartlegging av

¹ https://www.ipcc.ch/2019/08/08/land-is-a-critical-resource_srccl/

² <https://www.matvett.no/uploads/documents/Matsvinn-i-Norge-Rapportering-av-nokkeltall-2015-2017.pdf>

³ Framtiden i våre hender, 2016; Miljø- og etikkonsekvenser av norsk matsvinn.

⁴ <https://sustainabledevelopment.un.org/sdg12>

⁵ <https://www.matvett.no/bransje/aktuelt/bransjeavtale-om-matsvinn>

⁶ Marthinsen, J., Sundt, P., Kaysen, O., Kirkevaag, K., 2012. Rapport utarbeidet til «Nordic Council of Ministers Prevention of food waste in restaurants, hotels, canteens and catering», 11. Mai 2012

⁷ Silvennoinen, K., Katajajuuri, J., Hartikainen, H., Jalkanen, L., Koivupuro, H., & Reinikainen, A., 2012. Food waste volume and composition in the Finnish supply chain: Special focus on food service sector.

<https://portal.mtt.fi/portal/page/portal/mtt/hankkeet/foodspill/Food%20Waste%20Volume%20and%20Composition%20Focus%20on%20Food%20Service%20Sector.pdf>

⁸ <https://www.ostfoldforskning.no/no/aktuelt/gressvik-sykehjem-i-fredrikstad-kommune-har-redusert-matsvinnet-med-25-prosent/>

potensialet for å redusere matsvinn i kommunale sykehjem i Oslo⁹. I etterkant har FIVH jobbet med sykehjem i Sarpsborg, Fredrikstad og Bergen kommune, for å kartlegge matsvinnet og finne tiltak som bidrar til mindre svinn. I 2018 ble Oslo kommune med i prosjektet KuttMatsvinn2020 for å redusere matsvinnet i de kommunale sykehjemmene. Erfaringene fra prosjektet er samlet i denne rapporten, i tillegg til sentrale erfaringer og anbefalinger hentet fra tilsvarende sykehjem i andre kommuner som har gjennomført virkningsfulle tiltak på matsvinn.

Prosjektrammer og gjennomføring

Kartleggingen og tiltakene i dette KuttMatsvinn2020 prosjektet ble gjennomført ved Abildsø sykehjem, Akerselva sykehjem, Ellingsrud sykehjem, Furusethjemmet, Kingosgate bo – og rehabiliteringssenter, Langerud sykehjem, Lillohjemmet, Lilleborg helsehus, Madserudhjemmet, Majorstutunet bo – og behandlingssenter, Midtåsenhjemmet, Nordseterhjemmet, Ryen helsehus, Silurveien sykehjem, Solvang Helsehus, Stovnerskogen sykehjem, Villa Enerhaugen, Valle dagsenter for eldre, Vinderen bo – og servicesenter og Østensjø dagaktivitet. Prosjektet inkludert pilotprosjekt, har pågått i perioden november 2017 til november 2019.

Det ble gjennomført en KuttMatsvinn2020 pilot med Nordseterhjemmet, Langerud sykehjem og Lillohjemmet fra desember 2017 til mars 2018. Noen erfaringspunkter etter gjennomføringen av pilotprosjektet var:

- Liten kunnskap på hjemmene/postene om hva det kastes mest av hos dem.
- Ulik kunnskap blant de ansatte om datomerking av mat og forskjellen på best før og siste forbruksdag.
- Dårlig kommunikasjon fra de ulike postene til bestillingsansvarlig om hvor mye mat som blir til overs.
- Det at middagen må bestilles to uker i forveien og kommer i porsjonspakker til 6, 8 eller 10 personer gjør at det ofte er mat til overs.
- Stor vilje til å gjøre noe med svinnet og begynne å veie avfallet
- Ønsker om å innføre tiltak og bli flinkere til å bruke restemat

Basert på erfaringen fra piloten ble det inngått en avtale mellom FIVH og Bymiljøetaten (BYM) i Oslo kommune om å innføre KuttMatsvinn2020 prosjektet i alle de kommunale sykehjemmene i Oslo.

Det ble gjennomført et informasjonsmøte for prosjektet i februar 2018 for alle sykehjems lederne. Prosjekteier Cecilie Hirsch fra BYM informerte om hvorfor Oslo kommune har fokus på å kutte matsvinnet i sine virksomheter, og konsulent Kjersti Larsen fra FIVH gikk igjennom ulike perspektiver og statistikk for matsvinn globalt og i Norge, og la frem planene for KuttMatsvinn2020 prosjektet.

I etterkant av informasjonsmøtet for sykehjems lederne så startet prosessen med å besøke resten av de kommunale sykehjemmene og få dem i gang med å registrere matsvinnet sitt. Alle sykehjemmene skulle gjennom følgende prosess:

- Ett oppstartsmøte hvor sykehjemsleder, kjøkkenansvarlig, bestillingsansvarlige, og leder for de ulike avdelingen/postene er tilstede. Møtet ble brukt til å informere om hvorfor det er

⁹ Framtiden i våre hender, 2016; Matsvinn i Oslo kommune: En kartlegging av potensialet for å redusere matsvinn på kommunale sykehjem.

viktig å redusere matsvinn og hvordan det skal gjøres. Før møtet så fikk alle som skulle delta på møtet tilgang til en link til KuttMatsvinn2020 ekspertkurs (verktøyene som ble brukt blir utdypet under rammer og metode), dette for at de skulle være forberedt til møtet og for at de skulle kunne stille spørsmål i forhold til tematikken. På møtet ble det også utdelt vekter og skjema for måling slik at de kunne starte arbeidet med å veie matavfallet med engang. Alle hjem skulle veie matsvinnet på alle postkjøkken etter hvert måltid over en 2 ukers periode, i tillegg til å registrere vekt så skulle de registrere hva det ble kastet mest av mat.

- Etter møtet så ble det sendt ut opplæringslink til KuttMatsvinn2020 sitt medarbeiderkurs som skulle gjennomføres av resten av de ansatte på sykehjemmet. Det ble også sendt ut et skriv om hvordan ledelsen kan involvere og motivere de ansatte til å bidra i arbeidet med å kutte matsvinn
- Alle sykehjemmene skulle ha en veierunde nummer 2 etter en stund for å se om prosjektet har ført til reduksjon av matsvinnet.

På møtene ute i sykehjemmene så deltok representanter fra ledelsen og de ulike postene, og kokk (for de hjemmene som har det). Møtet varte omtrent en til en og halv time, alt etter som hvor mye behov det var for dialog og spørsmål. Alle hjemmene fikk en presentasjon av dagens utfordringer med matsvinn, satt i et globalt og nasjonalt perspektiv. Vi gikk igjennom bakgrunnen for KuttMatsvinn2020 prosjektet og hvilke verktøy sykehjemmene hadde til rådighet gjennom prosjektet. I tillegg ble det utdelt vekter for å veie og noe infomateriell for målingene og motivasjon gjennom prosessen.

Etter møtet så skulle hvert enkelt sykehjem bestemme seg for hvilke uker de ønsket å veie matsvinnet sitt, det tok litt tid å få til møter med hjemmene og også få dem i gang med veiingen, så prosjektets første veierunde strakte seg derfor ut over hele 2018 og litt inn i 2019. Første veierunde bød på flere forskjellige utfordringer. Det viste seg at kommunikasjonen om hva som skulle gjøres og hvordan det skulle gjøres ikke helt fungerte i flere sykehjem. Det er kun noen få hjem som har rapport tall fra den første veierunden og de er i tillegg mangelfulle i forhold til hva som har blitt kastet.

I starten av 2018 så ble det også gjennomført et møte med produksjonskjøkkenet som står for all middagslagingen til sykehjemmene. Produksjonskjøkkenet har stort fokus på å legge til rette for sykehjemmene i å få til bra måltider for beboerne og tilbyr derfor sykehjemmene flere ulike størrelser på middagsporsjonspakkene slik at det skal bli enklere for hjemmene å kjøpe inn riktig antall. I tillegg så ble det holdt et innlegg om matsvinn på kokkenes kokkeforum. Det er 12 av sykehjemmene som har egen kokk, noe som gjør at de har en større mulighet til å jobbe med å få ned matsvinnet.

Av ulike årsaker så startet ikke arbeidet med veierunde to før utpå høsten 2019. Etter første veierunde så hadde vi gjort oss noen refleksjoner og det var blant annet at det var en fordel om alle sykehjemmene veide likt og de måtte få klar beskjed om at alle skulle veie i de ukene. Så denne gangen var det ikke rom for forhandling på når veiingen skulle foregå. Informasjon om runde to ble gitt til alle sykehjems lederne på et ledermøte i begynnelsen av oktober 2019. Konsulentene presenterte resultatene fra veierunde nummer en og det ble en god dialog om hva som hadde fungert og hva som ikke hadde fungert. Det var også en enighet blant alle lederne at de skulle gjennomføre veierunde nummer i de ukene som konsulentene foreslo. Før veierunde nummer to så ble det laget et nytt skjema som alle skulle bruke til å registrere i. Alle hjemmene fikk tilsendt skjema og instruksjoner uken før veiingen startet.

Veierunde nummer to ble gjennomført i uke 45 og 46 i 2019. Av 20 sykehjem så var det 18 som fullførte veiingen og leverte veielister. Igjen så var det blandede resultater på måten det var registrert men vi sitter igjen med langt mere informasjon og tall enn ved første runde.

De mest gjennomgående årsakene til matsvinn, tiltakene som ble iverksatt i løpet av prosjektet, hva slags effekt de hadde og de resultatene som foreligger blir presentert videre i denne rapporten. I tillegg presenterer rapporten noen anbefalinger for andre sykehjem, med bakgrunn både fra arbeidet gjort i sykehjemmene i Oslo og andre kommuner som kan vise til gode resultater fra matsvinn-reduserende tiltak.



Foto: Sykehjemsetaten Oslo kommune

Årsaker til matsvinn ved sykehjemmene

Bevissthet, tidspress og konkurrerende hensyn

I oppstartsmøtene med sykehjemmene så var det en viss grad av bevissthet rundt matsvinn som problem og et relativt allment ønske om å kaste mindre blant de ansatte. Allikevel ble det pekt på at graden av bevissthet var såpass varierende blant de ansatte at det var en utfordring for at matsvinnreducerende tiltak ble fulgt på samme måte av alle til enhver tid. Dette førte igjen til at motivasjonen kunne synke også blant de som i utgangspunktet forsøkte å følge rutinene og unngå svinn, som enkelte steder kunne skape en negativ sirkel.

En hovedårsak til at hensynet til matsvinn ikke alltid ble prioritert, var det som opplevdes som konkurrerende hensyn på avdelingene. Å sørge for riktig og nok ernæring til beboerne var naturlig nok et gjennomgående og viktig fokus, noe som kan være vanskelig å gjennomføre når beboerne har ulik appetitt. Sykehjemmene er pliktig å følge retningslinjer om porsjonering og har instruksjoner fra produksjonskjøkkenet om hvordan en porsjon skulle se ut for at beboerne skal få i seg riktig mengde næring. På enheter hvor det ved enkelte måltider ble satt mat frem for at beboerne selv kunne forsyne seg, kunne det også være vanskelig å ivareta hygienens godt nok til at mat kunne tas vare på til senere. Her ble involvering av beboere i måltidet prioritert over en styrt matservering hvor det var lettere å unngå matsvinn.

Videre ble det pekt på lite tid og uforutsigbare situasjoner i forbindelse med måltidene som årsaker til noe av matsvinnet. Å følge rutiner for hvor mat skulle plasseres i kjøleskap på avdelingskjøkken for å holde oversikt kunne også nedprioriteres som følge av tidspress i forbindelse med måltider. Dette bidro til at mat enten ble kastet direkte etter måltider eller «forsvant» i kjøleskap fordi andre hadde vansker med å finne det igjen på rett plass.

Uklar forståelse av retningslinjer og rutiner

Flere ansatte pekte på at retningslinjene fra Mattilsynet bidro til at de kastet mer enn de mente var nødvendig. Dette gjalt særlig når varer gikk ut på dato, hvorvidt de kunne ta vare på restemat og annen mat som hadde stått fremme i romtemperatur en viss tid. Noen av disse retningslinjene ble omtalt som unødvendig strenge av mange. Samtidig var det knyttet endel usikkerhet til dem, ettersom mange opplevde at de ikke ble håndhevet konsekvent fra Mattilsynets side. Det ble uttrykt ønske om at disse retningslinjene ble klargjort og at de i større grad gjenspeilet praksisen og realiteten på avdelingene, som ville gjøre det lettere å kaste mindre mat, samtidig som mattryggheten ble ivaretatt ovenfor en sårbar gruppe med spesielle ernæringsbehov.

Ved alle sykehjem var det rutiner på plass for at det skulle være enkelt å bestille riktig mengde mat til avdelingen, og stort sett alle sykehjemmene har en matansvarlig eller kokk som står for matbestillinger. Selv der disse rutinene var på plass, ble de ikke nødvendigvis forstått og etterfulgt likt av alle ansatte. Dette fører til tider til at mer mat enn nødvendig ble bestilt.

Pakningsstørrelser og innkjøp

Mye av maten som serveres ved sykehjemmene blir bestilt i porsjonspakker fra produksjonskjøkkenet. Selv om det har blitt gjort forsøk på å justere disse til å treffe bedre med

behovene på sykehjemmene, opplever mange av de ansatte at dette bidrar til unødvendig matsvinn. Det varierte også stort hvor mye beboerne spiste av ulike typer middager. Ved enkelte typer middager var det for eksempel behov for å bestille til flere porsjoner enn andre, selv om antall beboere som skulle serveres var det samme. For produksjonskjøkkenet på sin side er det en stor utfordring at mengdene det er behov for varierer såpass mye avhengig av type mat og at tilbakemeldingene til dem ikke alltid kommer i tide eller gir god nok informasjon til å kunne beregne riktig. Det er også en utfordring at flere av de ansatte ikke følger oppvarmingsinstruksene fra produksjonskjøkkenet noe som gjør at poteter og grønnsaker kan bli for mye kokt eller kjøtt for seigt. Dette fører til at maten ikke bli appetittlig og smakfull nok for beboerne og kan føre til mer matsvinn.

Variasjoner i hvor mye beboerne spiser fra dag til dag gjør det avgjørende å ha erfaring og kjennskap til dette for å kunne beregne så riktig som mulig. Dersom vikarer eller relativt nye ansatte uten denne erfaringen får ansvar for bestillingene, er det en relativt stor risiko for at det blir bestilt for mye eller levert for mye mat til avdelingene.

Et område hvor flere sykehjem opplever som problematisk å unngå matsvinn er brødmatt, da store mengder skorper ofte går til spille fordi de må bestille brød med skorper og skjære mye av dette vekk for beboere som trenger det. Et forslag her er å få muligheten til å bestille skorpefrie brød, som både ville fristille tid for de ansatte ved matserveringen og gi leverandøren av brød eller produksjonskjøkkenet mulighet til å benytte skorpene i matlaging fremfor å bli kastet.

Tilgjengelig og oppdatert informasjon

God informasjonsflyt mellom kjøkken og avdelingene, blant de ansatte og på tvers av avdelingene blir også understreket som viktig for å unngå matsvinn. Dersom det skjer endringer i sammensetning av beboere på en avdeling, for eksempel ved flytting, dødsfall eller at nye beboere kommer til, kan det ofte ta tid å justere bestillingene. Kunnskapen om behov og ønsker hos den enkelte beboer ved matserveringene kan også i enkelte tilfeller kun være samlet hos de som jobber fast. I tilfeller med nye ansatte eller vikarer kan det dermed være vanskelig å raskt finne fram til oppdatert info om preferanser, dietter eller endring i sammensetning av beboere og dermed endringer i matserveringer som kan føre til matsvinn. Noen ganger kan også tiltak for å hindre en type matsvinn føre til matsvinn i andre ledd. For eksempel hvis det blir servert vafler på melk med kort holdbarhetsdato eller smoothie av flekkete frukt om ettermiddagene. Dette påvirket matlysten til kveldsmaten, noe som kan føre til at det blir et overskudd av mat ved det måltidet istedet.

På noen poster på noen av hjemmene blir det praktisert å ha matkort med informasjon om hver enkelt beboer og dens matvaner, dette gjør det enklere når det kommer vikarer som ikke kjenner beboerne og er et tiltak som er med på å redusere matsvinn.

Resultater fra veieperiodene

Rammer og vurdering av metode

Alle sykehjemmene fikk tilsendt linker til e-læring som er en del av opplegget til KuttMatsvinn2020. E-læringen skulle være med på å gi de ansatte mye av kunnskapen om hvorfor det er viktig å redusere matsvinnet. I og med at det ikke finnes noe metode for å se hvor mange som har tatt e-læringen så vet vi dessverre ikke om dette har blitt gjort. Som konsulent for prosjektet så måtte vi stole på at den informasjonen vi ga på møtene og de verktøyene vi delte ut ble delt og brukt. Ut ifra resultatene fra veierundene så kan det se ut som at det ikke har fungert bra nok.

Den første veiingen ble gjort over to valgfrie uker i 2018. Veiingen ble gjennomført av de ansatte selv, ved hjelp av kjøkkenvekter og et registrerings skjema med inndeling i dager og måltider. De ansatte skulle også notere hva slags type mat de kastet, for å ta med inn i arbeidet med å finne virkningsfulle tiltak. Det ble på forhånd presisert forskjellen på matavfall og matsvinn¹⁰, og at det var matsvinnet som her skulle veies. Den avsluttende målingen skulle for alle sykehjemmene bli gjennomført i uke 45 og 46 i 2019. Et av sykehjemmene fikk ikke gjennomført den siste målingen, men har gitt tilbakemelding om at de allikevel har iverksatt tiltak for å redusere matsvinnet. Et annet sykehjem har valgt å stå utenfor hele prosessen da de mener de har kontroll på matsvinnet sitt.

Resultater

Siden veieresultatene er såpass mangelfulle fra første periode så er det ikke mulig å sammenligne med resultatene vi har fått fra runde en og to (veieresultatene fra veierunde to ligger vedlagt denne rapporten).

De sykehjemmene som har veid har kastet til sammen 3418 kilo med mat som kunne ha vært spist i løpet av 2 uker. Det utgjør 213 kilo per hjem.

Ut ifra dialog med sykehjemmene og veieresultater fra veierunde to så ser vi at det kastes klart mest i forbindelse med middagservering. Videre følger kveldsmat og frokost som de to andre matserveringene hvor det kastes en stor andel mat.

Resultatene viser samlet at det kastes betydelige mengder nyttbar mat i sykehjems sektoren. Å innføre virkningsfulle grep innenfor denne delen av kommunene har dermed potensiale til å redusere matsvinnet i Norge betraktelig. Videre følger en sammenstilling av tiltak sykehjemmene har utført i arbeidet med matsvinn-reduksjon, som ligger bak resultatene de har oppnådd gjennom prosjektperioden.

¹⁰ "Matsvinn omfatter alle nyttbare deler av mat produsert for mennesker, men som enten kastes eller tas ut av matkjeden til andre formål enn menneskeføde, fra tidspunktet når dyr og planter er slaktet eller høstet»
<https://www.miljodirektoratet.no/globalassets/publikasjoner/M1016/M1016.pdf>

Matsvinn-reduserende tiltak

Kunnskap og motivasjon

For å øke kunnskap og engasjement for prosjektet blant de ansatte, ble det delt ut informasjonsmateriell og på enkelte avdelinger hengt opp plakater og skriv med KuttMatsvinn2020logo og info om prosjektet. Dette for å minne om og motivere de ansatte til å ha et ekstra fokus på å kaste mindre mat i løpet av prosjektet. Alle leder fikk utdelt informasjon om hvordan de kan jobbe med problematikken internt og hvordan de kan engasjere og motivere de ansatte i arbeidete med å få ned matsvinnet.

Rutiner for bedre kommunikasjon

En rekke av årsakene til at mat kastes er knyttet til informasjonsflyt og kommunikasjon både internt på avdelingen, med mottakskjøkkenet og med produksjonskjøkkenet. For å sørge for raskere oppdatering av oversikten over beboere og matbehov, er et virkningsfullt tiltak å sørge for å innføre matkort for hver enkelt beboer og få bedre kontroll på behovet for matbestilling for hele avdelingen.

Sykehjem i andre kommuner som har deltatt i prosjektet har også hatt god erfaring med å legge til en egen kolonne på bestillingslisten som ble sendt med mattrallen fra avdelingene til kjøkkenet, hvor det kunne tilføres oppdatert info om endringer i matbehov på avdelingen. Andre igjen har benyttet seg av egne tavler med oversikt over beboernes ønsker og behov ved matserveringene, som var lett tilgjengelig for de ansatte ved måltidene, uten at innholdet var synlig for beboerne. Dette gjorde det lettere for alle ansatte å servere riktig mengde og type mat til beboerne, samtidig som det var raskt å gjøre endringer på tavla ettersom behov og preferanser endret seg. For noen opplevdes en liste på et ark eller matkort mer rigid og kunne føre til mindre variasjon for beboere som ønsket det, mens en slik tavle gav de ansatte mer fleksibilitet.

Enkelte perioder er det fremdeles utfordrende å beregne riktig mengde mat for avdelingene og produksjonskjøkkenet, for eksempel ved sykdom og endret matlyst som er vanskeligere å forutse. Felles for disse tiltakene er allikevel at de gjør informasjon om matbehov og -preferanser like tilgjengelig for de som jobber jevnlig, nyansatte og vikarer, fremfor å hovedsakelig være samlet i hukommelsen hos de som jobbet oftere og igjen sikre at det ikke ble tolket ulikt. Hvilken løsning som fungerer best i praksis varierer fra sykehjem til sykehjem og avdeling til avdeling, som erfaringene fra prosjektet viser.

Beregning og håndtering av overskuddsmat

Flere sykehjem har iverksatt tiltak for å redusere mengden svinn av mat og drikke, blant annet ved å oppfordre til å ikke fylle glass helt fulle, men heller tilby påfyll til de som hadde ønske eller behov for det. Andre tiltak er å sette ut begrenset med pålegg på frokostbordet og heller fylle på hvis det blir tomt, servere middagen i små porsjoner og heller fylle på til dem som ønsker det. Det har også blitt løftet opp som viktig tiltak å være enda mer bevisst hva beboerne liker og bruke litt mer tid på å anrette maten mer appetitlig, for å både øke matlyst og redusere svinn. I noen tilfeller har endring i beboer-sammensetning ført til mindre svinn i seg selv, for eksempel ved at en avdeling fikk høyere

andel menn. De observerte da at mer av maten ble spist og mindre kastet, fremfor at de automatisk økte matbestillingene som kunne ført til mer matsvinn uten en bevisst vurdering.

Flere avdelinger ytrer også ønske om både klarere retningslinjer fra Mattilsynet og et mer forutsigbart system for hvordan de kan bruke rester, da rester ikke konsekvent ble brukt til senere måltider. Dette er bl.a. avhengig av hvem som er på vakt og prioriterer det. Her opplever mange ansatte at retningslinjene fra Mattilsynet ikke blir overholdt forutsigbart og fører til at de noen ganger kastes mat for å være på den sikre siden, selv om de selv kanskje vurderer den som trygg å ta vare på og servere igjen. Selv om det på informasjonsmøtene var dialog om forskjell på Best før- og Siste forbruksdagmerking, samt behovet for å bruke sanser, har uklarhetene om retningslinjer gjort denne delen av matsvinn-arbeidet utfordrende.

Bonuseffekter og fjerning av tidstyver

Ansatte ved flere sykehjem har gjennom MatVinn-prosjektet påpekt at det har vært viktig å løfte frem positive bonuseffekter av matsvinntiltakene. Dette både for å øke engasjementet blant de ansatte for de tiltakene, og informere beboere og pårørende om hvordan disse både er viktig for matsvinn-reduksjon, men også kan bidra til forbedringer blant annet i form av bedre ernæring og fristilling av ressurser til avdelingene. Mange av tiltakene for å hindre matsvinn kan også bli oppfattet som tiltak mot såkalte «tidstyver». Ved at mottakskjøkkenet får mindre pakninger å justere fordele videre til avdelingene, kan man spare tid. Ved at både mottakskjøkkenet og de ansatte på avdelingene har gode systemer for å oppbevare mat og dermed vite akkurat hvor de skal se om noe mangler, sparer man tid. Og ved å sørge for at skjemaer og andre verktøy for kommunikasjon mellom kjøkkenet og avdelingene har rom for å gi viktige beskjeder om kost og endringer, sparer alle tid. Dette kan være en viktig motivasjon for å opprettholde de rutineene som er innført i forbindelse med prosjektet.



Foto: Thomas Ekström

Anbefalinger til videre matsvinnarbeid i sykehjem

- **Bruk tid på forankring blant de ansatte**, gjennom at så mange som mulig får dele kunnskap om årsaker, idéer til tiltak og mulige bekymringer. Dette for å fjerne eventuell motvilje og øke motivasjonen blant ansatte til å prøve å kaste mindre mat.
- **Finn ut hvor mye, hva og hvorfor dere kaster**. Med et enkelt skjema og en vekt stående ved avfallshåndteringen, kan alle ansatte være med og måle og notere fortløpende når noe kastes. Å avgrense målingen til to ganger to uker gir et relativt godt bilde over årsaker og hovedkilder til svinn, samtidig som det er overkommelig nok til å gjennomføre. Sørg for at resultatene deles med alle ansatte.
- **Finn tiltak som treffer årsakene til svinn hos dere**. Ta utgangspunkt i resultatene fra målingen og hovedårsakene til svinn på de ulike avdelingene, innfør noen tiltak av gangen og evaluer fortløpende hvilke det er hensiktsmessig å fortsette med.
- **Finn gode verktøy og rutiner for effektiv informasjonsflyt**. Mellom avdelinger og kjøkken, avdelingene imellom, mellom sykehjem og leverandører og mellom vaktene. Skjemaer, kort og tavler kan bidra til at informasjon når alle i tide, så justeringer kan gjøres enten fra kjøkkenet sin side eller i matserveringen.
- **Sørg for at rutiner og retningslinjer forstås og følges av alle**. Ofte finnes det gode veiledninger og rutiner for bestilling, oppbevaring, servering og håndtering av mat. Like viktig er det at de oppfattes og følges likt av alle, for at de faktisk skal ha effekt.
- **Fremhev bonuseffektene**. Mange tiltak mot matsvinn fører med seg andre besparelser, som mer effektiv kommunikasjon mellom avdelinger og kjøkken, bedre matlyst og ernæring blant beboere, fjerning av tidstyver ved at man slipper unødvendig leting, og mer trygghet i hvordan håndtere og vurdere mat. Bruk disse i motivasjon av ansatte og i informasjon til beboere og pårørende.
- **Feire innsatsen og resultatene**. Stopp opp underveis og pek på hva tiltakene har ført til og hvor viktig innsatsen til de ansatte er for miljø, ressursbruk og matsvinn-målene, og som eksempel for andre sykehjem om hva som er mulig å få til med relativt små grep.

Konklusjon

Gjennom MatVinn-prosjektet har 18 sykehjem gjennom 2018 og 2019 gjort et forsøk på å kartlegge hvor mye mat som havner i søpla på sine avdelinger, årsakene bak og sammen prøvd ut tiltak for å kaste mindre. Kunnskapen sykehjemmene har tilegnet seg og tiltakene de har innført har forhåpentligvis både bidratt til å effektivisere rutiner på flere områder, bedret informasjonsflyten ansatte imellom, med mottakskjøkken og produksjonskjøkkenet og lagt bedre til rette for å redusere matsvinnet på både kort og lengre sikt.

Et første og viktig steg for å redusere matsvinn er å forstå hva og hvorfor vi kaster. Derfra kan vi finne løsningene som møter akkurat de utfordringene, og forhåpentligvis også se gevinstene som ofte følger med det å bruke ressursene våre mer effektivt, enten det gjelder maten vår eller arbeidstiden vår. At de ansatte selv har vært med å måle og notere matsvinnet gjennom to uker, og derfra vært med på å finne fram til tiltakene gjennom prosjektet, har forhåpentligvis vært avgjørende for bevisstgjøring og motivasjon blant de ansatte også utover de som deltok på oppstartsmøtene.

En gjennomgående driver av matsvinn ved sykehjem er mangelfull eller ineffektiv kommunikasjon i flere ledd. Mange av tiltakene som har vært testet ut ved sykehjemmene i Oslo har derfor handlet om å bedre informasjonsflyt og sørge for at i utgangspunktet gode rutiner og verktøy blir forstått og fulgt likt av alle. Relativt enkle grep som å innføre matkort og innføre matsvinn-tiltak som et punkt på personalmøter eller som påminnelser på epost kan være med på å redusere matsvinnet. Det er imidlertid behov for en klargjøring av retningslinjene fra Mattilsynet, så de både kan sikre mattrygghet og unngå å bidra til unødvendig matsvinn.

Målingene av matsvinn i dette prosjektet viser at den største andelen av matsvinnet på sykehjemmene kommer fra middag. For å redusere enda mer av svinnet fremover har både sykehjemmene, mottakskjøkken, produksjonskjøkken og Mattilsynet viktige roller å spille, så det blir enklere for institusjoner som sykehjem å fortsette å kutte matsvinnet, samtidig som de ivaretar – og kanskje avhjelper - de mange hensynene de står ovenfor i arbeidet med sårbare grupper.

Erfaringene fra MatVinn-prosjektet viser at at det er mulig å prioritere matsvinn uten at det nødvendigvis går på bekostning av annet. Å kutte matsvinn på sykehjem kan tvert om gi gevinster på mange fronter, og skape mer bærekraftige sykehjem som ivaretar verdifulle ressurser både i form av folk og mat på den måten de fortjener.

Vedlegg 1, rapport fra veieperiode 2.

Vi jobber for en rettferdig verden i økologisk balanse.

Framtiden i våre hender

Mariboers gate 8, 0183 Oslo

(+47) 22 03 31 50 - post@framtiden.no

www.framtiden.no

**Framtiden i
våre hender**