

Kultursensitiv matomsorg

Mat og måltider i eldreomsorg og på institusjon innrettet mot nye brukergrupper

Opplæringen er rettet mot mellomledere, ansvarlige for matinnkjøp og tilberedning, postkjøkkenansvarlige og andre som er ansvarlige for produksjon på postkjøkken, større og mindre måltider.

Kursene er lagt opp i forhold til teori om eldre og ernæring, kulturbakgrunn og matpreferanser hos minoritetsspråklige fra de områder og matvaner hvor vi har en stor og kommende gruppe eldre representert. Siktemålet er større trivsel og matlyst i eldreomsorgen. Et annet mål er å få ferdigheter til å tilby /lage enkle og sunne retter og snacks som stimulerer appetitt og trivsel hos de eldre med en flerkulturell matkultur. Samtidig vil en del ha tatt over matvaner fra majoritetskulturen, så generaliseringer er bare et hjelpemiddel til å finne ut hva den enkelte kunne tenke seg. Her kan også pårørende trekkes inn.

Kursene bygges opp rundt:

- Kartlegging av brukeres behov for spesielle matpreferanser (beboer/pårørende og andre som har kjennskap til beboeren)
- Kommunikasjon rundt behov hos forskjellige brukergrupper for tilrettelegging av hva som kan være aktuelt og gjennomførbart av mindre og større måltider
- Generelle trekk ved matkulturen til innvandrere og flytninger fra Pakistan, Somalia, Tyrkia, Eritrea, Iran og Vietnam, samt hos den samiske befolkningen
- Kunnskaper og ferdigheter til å lage noe som kan passe for nye brukergrupper. Små endringer med stor effekt!

Teorien som presenteres er integrert med erfaringer og dialog med deltakerne, for å fremme praktiske kunnskaper og grep som de selv kan anvende i hverdagen. Derfor har det vært lagt inn bolker med matlaging i kurset. Det kan også legges inn smaksprøver med enkle oppskrifter.

Lærer og instruktør på kurset, Gunnhild Aakervik, er pedagog og fagbokforfatter, med flere publiserte titler knyttet til ernæring og helse blant eldre og på sykehjem. Hun er lektor i lektor i ernæring, helse og miljøfag, og har flere års erfaring med undervisning og pedagogikk, også matkurs og kurs i kultursensitiv omsorg på sykehjem og i hjemmebaserte tjenester. Oppskriftene som anvendes på kurset kommer fra bøkene "Mat og måltider i hjemmetjenesten og i eldreomsorg" og "Supper for gammel og ung", samt «Dhal eller lapskaus» av Gunnhild Aakervik (Kopinor /Pensum 2010). Samarbeidspartner og kollega vil være Fatima Berg, med minoritetsbakgrunn. Hun har både god undervisningserfaring og har solid bakgrunn fra flerkulturelt arbeid og fra eldreomsorg.